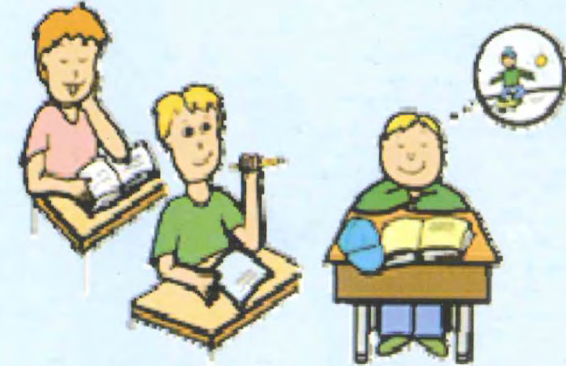


T.C.
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI
Özel Eğitim Rehberlik ve Danışma Hizmetleri Genel Müdürlüğü



**DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE/AŞIRI
HAREKETLİLİK BOZUKLUĞU OLAN ÇOCUKLARIN
EĞİTİMİNDE ÖĞRETMEN EL KİTABI**



T.C.
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI
Özel Eğitim Rehberlik ve Danışma Hizmetleri Genel Müdürlüğü

**DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE/AŞIRI
HAREKETLİLİK BOZUKLUĞU OLAN ÇOCUKLARIN
EĞİTİMİNDE ÖĞRETMEN EL KİTABI**

HAZIRLAYANLAR

Prof. Dr Berka ÖZDOĞAN

Uzm. Aylin AK

Uzm. Mustafa SOYUTÜRK



Devlet Kitapları Müdürlüğü Basımevi ANKARA - 2005

Yayımlar Dairesi Başkanlığının 13/12/2005 tarih ve 5917 sayılı emirleri ile 5000 adet basılmıştır.

ÖN SÖZ

Her çocuğun kendine özgü özellikleri, ilgi, yetenek ve öğrenme ihtiyaçları bulunmaktadır. Çağdaş eğitim anlayışı bu özellik ve ihtiyaç çeşitliliğini dikkate alarak “çocuğu merkez alan” eğitim modeli ve programlarını gerekli kılmaktadır. Bakanlığımızın “Herkes için eğitim” hedefine ulaşabilmesi için, özür veya özelliğı olan çocukların da eğitiminde gerekli önlemleri alması vazgeçilmez bir zorunluluktur.

Çağdaş eğitim anlayışının gereğı olarak, özel eğitime ihtiyacı olan çocukların eğitim almaları en doğal haklarıdır. Bakanlığımız eğitimde fırsat eşitliğı ilkesinden hareketle, özel eğitime ihtiyacı olan çocukların eğitim imkânlarından en üst düzeyde yararlanmaları ve sosyal yaşama katılım için önemli çalışmalar yapmaktadır.

Özel eğitim kapsamına giren “Dikkat Eksikliğı ve Hiperaktivite Bozukluğı” olan çocukların eğitim ihtiyaçlarını karşılamak, özelliklerine uygun eğitsel yaklaşımları geliştirmek ve yaygınlaştırmak Bakanlığımızın görev ve sorumluluklarındandır. Engelli bireylerin eğitimlerinin temelini, erken tanı ve erken eğitim oluşturmaktadır. Bu bireylerin eğitimine ne kadar erken başlanırsa, hedeflenen gelişmelere ulaşılması da o derece mümkün olabilecektir.

Dikkat Eksikliğı ve Hiperaktivite Bozukluğı olan çocukların eğitiminde, öğretmenlerin bilgi birikimlerini ve duyarlılığını arttırmak, sınıf içi müdahale yöntem ve tekniklerini geliştirmeye dönük “Dikkat Eksikliğı ve Hiperaktivite Bozukluğı Olan Çocukların Eğitiminde Öğretmen Kitabı” bir kaynak oluşturmak amacı ile hazırlanmıştır.

Özel eğitime ihtiyaç duyan bireylerin eğitimlerinin sürekli olması zorunluluğı dikkate alındığında; öğretmenlere eğitim ve destek hizmetleri sağlamak, bu hizmetleri okul ortamında gereğı şekilde uygulamak, engelli bireylerin ilerlemesi, gelişimi ve bireysel ihtiyaçlarının karşılanması bakımından büyük yarar sağlayacaktır.

Bu kitabın hazırlanmasında emeğı geçenlere teşekkür eder, özel eğitim alanındaki bu tür çalışmaların devamını dilerim.

Doç. Dr. Hüseyin ÇELİK
Milli Eğitim Bakanı

SUNUŞ

Çağdaş eğitim anlayışının temel taşlarından olan öğrenci merkezli yaklaşımlar, eğitim ortam ve imkânlarının kişinin gelişim özelliğine göre düzenlenmesini, aynı zamanda da öğrenci kişilik hizmetlerinin ön plâna çıkmasını zorunlu hâle getirmektedir.

Günümüzde Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu, aile, eğitim kurumları ve kitle iletişim araçlarında bir sorun olarak gündeme getirilmektedir. Topluma aktarılan bilginin yetersizliği veya aktarılış biçimi dikkat yetersizliği ve hareketlilik belirtileri gösteren çocukların yanlış anlaşılmasına hatta yanlış değerlendirilmesine sebep olabilmektedir.

Görülme sıklığına göre, her sınıfta en az bir öğrencide Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğunun olabileceği varsayılmaktadır. Başka psikolojik sorunları da beraberinde getiren Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu ile başedilmediği takdirde, bu bireyleri gelecekte farklı sorunlar beklemektedir.

Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu olan öğrencinin eğitim-öğretim etkinliklerinden en üst düzeyde yararlanması, sosyalleşmesi ve toplumda varolan sosyal norm ve değerlere uyum sağlaması çok önemlidir. Bu öğrenciler özel eğitim ilke, yöntem ve teknikleriyle eğitim-öğretimine devam etmektedirler. Aileden sonra kalıcı ve etkili olan eğitim kurumlarına devam eden DEHB olan öğrencilerin; eğitim-öğretim programlarının, öğretmen yaklaşımlarının, öğretme-öğrenme strateji yöntem ve tekniklerinin, sınıf ortamlarının ve sınav durumlarının ihtiyaçları oranında yeniden düzenlenmesi gerekmektedir.

Bakanlığımızca yürürlüğe konulan “3-18 Yaş Grubundaki Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocukların Eğitimi Projesi” ile çocukların tespiti ve tanınması, temel hizmet sunucularının eğitimine yönelik dokümanların hazırlanması, eğitsel düzenlemelerinin yapılandırılması ve dikkat toplama eğitimi uygulamalarıyla da eğitim-öğretim etkinliklerinin kalitesinin artırılması hedeflenmiştir.

Bu sebeple Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu olan çocukların eğitiminde etkili öğrenmenin gerçekleşmesi ve sınıf içi desteklerin yapılandırılmasına katkı sağlamak amacıyla bu kitap hazırlanmıştır. Kitabın hazırlanmasında, görüş ve akademik desteğini esirgemeyen yazarlardan değerli öğretim üyesi Prof. Dr. Berka ÖZDOĞAN’a, aynı zamanda Uzm. Aylin AK ve Uzm. Mustafa SOYUTÜRK’e, projenin yürütülmesi ve koordinasyonunu sağlayan Genel Müdür Yardımcısı İsmail TOKSÖZ ile Daire Başkanı Sadrettin GÖNÜLTAŞ’a teşekkür eder, öğretmenlerimiz için faydalı olmasını dilerim.

A. Haydar SILDIROĞLU
Genel Müdür

İÇİNDEKİLER

Ön Söz.....	I
Sunuş.....	II
Giriş.....	III

BÖLÜM I

DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU

Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB) Nedir?.....	2
Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğunun Temel Özellikleri Nelerdir?.....	3
Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğuna Eşlik Eden Diğer Davranış Özellikleri Nelerdir?.....	11
Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğuna Benzer Belirtiler Nelerdir?.....	19
Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğunun Nedenleri Nelerdir?.....	20
Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğunun Görülme Sıklığı Nedir?.....	21
Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Cinsiyete Göre Farklı Görünüm Sergiler mi?.....	21
Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğuna Eşlik Eden Sorunlar Nelerdir?.....	22
Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğun Olan Çocukların Geleceği Nasıldır?.....	23
Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocukların Tanı ve Değerlendirmesi Nasıldır?.....	24
Tanı Ölçütleri.....	24
Dikkat Eksikliği ve Aşırı Hiperaktivite Belirtileri Olan Çocukların Değerlendirilmesi Nasıl Yapılır?.....	28
Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocukların Tanılama Süreci Aşamaları Nelerdir?.....	29
Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocukların Tanılama Sürecinde Yer Alan Kişi ve Kuruluşların Rollerini Nelerdir?.....	30

BÖLÜM II

DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU OLAN ÖĞRENCİLERİN EĞİTİM-SÜRECİ NASIL PLANLANMALIDIR?

Tıbbi tedavi.....	35
Akademik Destek.....	36
Psiko- Sosyal Destek.....	40
Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocukların Öğrenme Süreci Nasıldır?.....	41
Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Olan Öğrencilere Yönelik Eğitimsel ve Öğretimsel Uyarlamalar Nelerdir?.....	50
Sınıf Ortamının Düzenlenmesi.....	51
Dikkat Eksikliği Olan Çocuklarda Okumaya İlişkin Sorunlarla Baş Etme Yöntemleri Nelerdir?.....	62
Okuma Güçlüklerinin Giderilmesine Dönük Sınıf İçi Etkinlikler Nelerdir?.....	64
Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocukların Eğitiminde Öğretmenin Uygulaması Gereken Stratejiler Nelerdir?.....	69

BÖLÜM III

DİKKAT VE DİKKAT TOPLAMA

Dikkat ve Dikkat Toplama Nedir?.....	74
Dikkat Toplama Problemlerinin Yaş ve Cinsiyete Göre Görülme Sıklığı Nedir?.....	77
Dikkat Toplamının Gelişimi Nasıldır?.....	77
Çocuklar Dikkatlerini Hangi Yaşlarda Ne Kadar Süre İle Toplayabilirler?.....	78
Dikkat Toplama Sorunu Nedir?.....	79

Dikkat Toplama Problemlerinin Nedenleri Nelerdir?.....	80
Dikkat Toplamayı Etkileyen Faktörler Nelerdir?.....	84
Okulda Dikkat Toplama Nasıl Geliştirilir?.....	85

BÖLÜM IV **OLUMLU BENLİK ALGISİ**

Benlik Algısı ve Kendini Değerli Bulma Nasıl Oluşur?.....	91
Benlik Algısı ve Kendini Değerli Bulma Nasıl Gelişir?.....	93
Çocuğun Kendini Değerli Bulma Duygusu Nasıl Geliştirilir?.....	95
Kendisi ile Barışık Olan Birey Nasıldır?.....	98

BÖLÜM V **DİKKAT EKSİKLİĞİ HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU OLAN ÇOCUKLARA** **YÖNELİK DAVRANIŞ DEĞİŞTİRME YÖNTEMLERİ**

Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocuklara Yönelik Davranış Değiştirme Yöntemleri Nelerdir?.....	103
Davranış Öncesi.....	104
Davranış.....	112
Davranışsal Sonuçlar.....	114
Mantıksal Sonuçlar Ne Zaman Kullanmalıdır?.....	116
Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocuklarda Uygun Olmayan Davranışlarının Azaltılmasında Kullanılan Yöntemler Nelerdir?.....	117
İstenmeyen Davranışın Söndürülmesi Protokolü Nedir ?.....	123
Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocuklara Yönelik Sınıf İçi Etkili Eğitim Yöntem ve Teknikleri: Nelerdir?.....	135
Öğretmenlerin Sınıf İçi Disiplin Sorununa Müdahale Yöntemleri Nasıl Olmalıdır?.....	141
Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocukların Uygun Davranışlarını Arttırma Yöntemleri Nelerdir?.....	145
Günlük Etkinlikleri Belirleme ve Kullanma Simgesel Ödül Sistemi.....	149
Pekleştiricileri/Ödülleri Kullanırken Nelere Dikkat Etmeliyiz?.....	156
Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocukların Sosyal Becerileri Nasıl Geliştirilir?.....	158
Sosyal Beceri Öğretim Örneği.....	177
Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocukların Eğitiminde Ev-Okul İş birliği.....	181
Nasıl Olmalıdır?.....	181
SONUÇ.....	185
KAYNAKÇA.....	188
EK-1.....	192
EK-2.....	201

GİRİŞ

Eğitim-öğretim çağındaki çocukların, bilişsel alanlarda yaşadıkları zorluklar ile sorunlu davranışlarının büyük bir bölümünü dikkat problemi, aşırı hareketlilik ve öğrenme güçlükleri oluşturmaktadır.

Genel anlamda dikkat duyu organlarımızı objelere, bireylere, bilgilere yöneltme ve çevremizde olan bitenleri algılamadır. Dikkat toplama ise, istek üzerine dikkatin bilinçli olarak bir konuya toplanmasıdır. Bireyin zihinsel gelişimi, yaşı ve bireysel özellikleri burada rol oynar.

Dikkat, sosyal yaşamın her alanında olduğu gibi, eğitimde de etkili ve kalıcı öğrenmenin gerçekleşmesi için özel bir öneme sahiptir. Öğrenme sürecinin ilk adımı olan dikkat; hatırlama, iletişim, problem çözme, algılama ve bütün diğer bilişsel alanlarda etkilidir.

Ülkemizde son yıllarda eğitim çağındaki çocuklarda yaygın olarak dikkat toplama sorunu görülmektedir. Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (DEHB) tanısı almış olan çocuklar, bu sorundan dolayı var olan performanslarını işlevsel düzeyde kullanamamaktadırlar. Bu nedenle dikkat sorunu olan çocuklar, akademik başarısızlık yaşamakta ve bunun sonucunda da olumsuz benlik algısı geliştirmektedirler.

Dikkat toplama enerji gerektiren bir durumdur. Bu nedenle dikkat toplama ve dikkatin dağılması birbirini izler. Bu konuda anne-baba, öğretmen iyi bilgilendirilmesi ve çocukların bir konu üzerine devamlı olarak dikkatlerini toplamaları beklenmemelidir.

Dikkat toplamada ön şart motivasyon ve olumlu benlik algısıdır. Bilindiği gibi çocuk kendini, anne-babası, öğretmeni onu nasıl algırsa öyle algılar. Yetişkinlerin çocuğu algılayış şekli onun benlik algısının oluşumunu etkiler. Çocuğun ve gencin nasıl olduğu değil, kendisi tarafından nasıl algılandığı önemlidir. Bu nedenle anne-babalar, öğretmenler çocuklara karşı davranışlarında çok dikkatli olmalıdırlar.

Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu okullarda önemli bir sorun olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu durum öğrenmeyi ve başarıyı engellemektedir. Bu çocukların dikkat toplayabilmeleri için uzman hekimin, anne-babalarının, öğretmenlerinin iş birliği ve yardımına ihtiyaçları vardır.

Araştırmalar göstermiştir ki, bu sorunla bahsetmek için deneyimli öğretmenlerle sistemli olarak çalışılır ve okul-aile iş birliği kurulursa üstesinden gelinir. Çünkü dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu sadece çocuğun sorunu değildir.

Öğretmenler için hazırlanmış olan bu çalışmada; DEHB olan çocukların özellikleri, eğitim-öğretim sürecinin planlanması, dikkat toplama eğitimi, olumlu benlik algısı, davranış değiştirme yöntemlerinde sınıf içi yaklaşımlar ile eğitim-öğretim sürecinde dikkat edilmesi gereken hususlar açıklanmaya çalışılmıştır.

BÖLÜM I

DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU



Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Nedir?



Günümüzde önemli halk sağlığı sorunu olarak karşımıza çıkan Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB), 7 yaşından önce başlayan ve bireyin gelişim düzeyine uygun olmayan, dikkati toplama ve sürdürme, aşırı hareketlilik ve ataklıkla karakterize yaşam boyu devam eden bir sorundur.

Bu sorun, gelişimsel olarak üç temel alanda problem oluşturmaktadır. Bunlar;



Dikkat süresi kısalığı,



Kendini kontrol etmede güçlük çekme,



Davranışlarda ya da düşüncelerde ataklık ve huzursuzluk olarak görülmektedir.

Bu sorunu olan çocuklarda temelde dikkat problemlerine rastlanırken, bir kısmında da aşırı hareketlilik görülmektedir.

Bu sorun;

- 1) Aşırı hareketlilik ile birlikte olan dikkat eksikliği (DEHB),
- 2) Aşırı hareketlilik olmaksızın dikkat eksikliği bozukluğu (DEB) olarak ikiye ayrılmaktadır.



Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu'nun Temel Özellikleri Nelerdir?



Dikkatsizlik



- ✓ Yönergeleri takip etmede çok güçlük çekiyor.
- ✓ Ders dinlerken başka bir evrende gibi görünüyor.
- ✓ Okuma etkinliklerinde sıra ona geldiğinde hiçbir zaman doğru yeri bulamıyor.

DEHB'nin belirtileri bireyden bireye farklılık göstermesine rağmen, temelde sorunlar aynıdır. Bu çocukların yaş ve zekâ düzeyine göre dikkat süreleri daha kısa olmaktadır. Dikkati, hem ilgili hem de ilgisiz uyaranlar dağıtmaktadır. DEHB'de "dikkatin odaklanamaması" en sık karşılaşılan sorundur.

Bu sorunu olan çocuklar, uyarıların hepsini eşit düzeyde algılamaktadır. Bu nedenle belirli bir işle uğraşırken başka bir uyarıcı dikkatini kolayca dağıtmaktadır. Bu yüzden DEHB olan çocuklar, yaptıkları işleri yarım bırakmakta ve uğraştığı etkinliği bitirmeden diğerine geçmektedirler. Bu çocukların dikkat süreçleri de günden güne değişiklik göstermektedir. Bazı günler işlerinin tümünü belirli zaman süresinde bitirebilirken başka bir günü hiçbir şey yapmadan geçirebilmektedirler. Ayrıca evde bilgisayar oyunlarında şampiyon olabilirken, sınıfta dikkati odaklama da sorunları vardır. Çocukların dikkat süresi ve yoğunluğunda ortama ve uyarana bağlı etmenler, önemli rol oynamaktadır.



Aslı, ilköğretime başladığından beri sessiz, uslu bir öğrencidir. Sınıfta sık sık hayal âlemine dalar. Sınavlarda dikkatini sorulara yoğunlaştıramadığından sürekli düşük not almaktadır. Zekidir fakat, ne kadar çaba sarf etse de ders notlarını düzeltememektedir. Bu nedenle anne ve babası . “çok tembelsin, biraz çalışsan notların düzelecek!” diyerek onu azarlamaktadırlar. Aslı bir gün sınıfta yine sınavdan düşük not alınca “Benim neyim var, niçin başarılı olamıyorum?” diyerek ağlamaya başlar. O anda öğretmeni onu fark eder.

Sınıf öğretmeni şimdiye kadar, sessiz ve sakin oturan, yaramazlık yapmayan Aslı'nın bir sorununun olacağını hiç düşünmemişti. Öğretmeni, zeki olmasına karşın derslerinde başarısız olan Aslı'yı okulun psikolojik danışmanına gönderdi. Okul psikolojik danışmanı da yaptığı değerlendirme sonucunda, Rehberlik ve Araştırma Merkezinde incelenmesine karar verdi. Aslı'nın ailesine, alınan randevu günü ve saatinde Rehberlik ve Araştırma Merkezinde hazır olmaları söylendi. Burada yapılan incelemeler elde edilen bilgi, gözlem ve değerlendirmeye göre Aslı'nın dikkatini yoğunlaştırma ve sürdürmede sorunun olduğu tespit edildi. İncelemeyi yapan uzmanlar, Aslı'nın en kısa sürede çocuk-ergen ruh sağlığı kliniğinde incelenerek, sonucun Merkeze iletilmesi gerektiğini velisine söylediler. Çocuk-ergen ruh sağlığı kliniğinde yapılan inceleme sonucunda, Aslı'ya dikkat eksikliği bozukluğu (DEB) tanısı konuldu ve tedaviye başlandı.

Rehberlik ve Araştırma Merkezi; Aslı'yı, hastane raporundaki teşhise göre eğitsel olarak tanıladı. Bu tanıya göre, Aslı'nın eğitim-öğretim sürecinde gerekli önlemlerin alınması için, Millî Eğitim Müdürlüğü bünyesindeki Özel Eğitim Hizmetleri Kurulu Kararıyla okuluna gönderildi. Okul psikolojik danışmanı, dikkat eksikliği ile baş etmek için; Aslı'nın ailesi ve sınıf öğretmenini, sınıf içi ve sınıf dışı destekler konusunda bilgilendirdi.

Aslı'ya okulda, dikkat toplama eğitimi verilirken aynı zamanda da, öğretimsel ihtiyaçlarının karşılanabilmesi için, destek eğitim odasında (kaynak oda) bireysel ve grup eğitimi verilmeye başlandı.

Yukarıdaki örnekte görülen özelliklerin dışında, Dikkat Eksikliği Bozukluğu olan çocukların;



Bireyin yaşına ve gelişim düzeyine göre dikkat süresi ve yoğunluğu azdır,



Dikkatin bir noktaya toplamasında zorluk çekerler,



Dış uyaranlar dikkati kolayca dağıtır,



Unutkanlıkları vardır,



Eşyaları veya oyuncaklarını çok sık kaybederler,



Organizasyon ve uyum sürecinde yaşanan problemlerden dolayı genel bir dağınıklık ve düzensizlikleri vardır,



Gün içinde sık sık hayallere dalarlar,



Yönergeleri dinleme ve izlemede zorluk çekmedirler.

Dikkat eksikliği olan çocuk bire bir çalışma ortamında bile dikkatini sürdürmede sorun yaşarken, sınıf yönetimi sağlanmamış, aşırı kalabalık sınıfta birçok problem yaşayabilmektedir. Bu çocukların bir kısmında ise, dış uyaranlardan ziyade iç uyaranlar (içsel düşünce ve duygular) dikkatlerini dağıtmaktadır. Genellikle sınıf içerisinde “sessiz başarısızlar” olarak bilinen bu çocuklar hayallere kolayca dalmakta ve çok az davranış problemi göstermektedirler.



Hiperaktivite (Aşırı Hareketlilik)



Aşırı hareketlilik sorunu olan çocuklar yaşlılarıyla karşılaştırıldığında, enerjileri hiç bitmeyecekmiş görünümündedirler. Keyfi ve amaçsız davranışlarını, bitmek tükenmek bilmeyen bir enerjiyle sürdürürler. Bu çocuklar her zaman düz duvara tırmanır gibi hareket eder ve dağınık, dökük saçık bir görünüm sergilerler. Bu durum çoğu zaman anne-babaları ve öğretmenleri çaresizliğe sürüklemektedir.



Anaokuluna yeni başlayan Kaan doğduğu günden beri kıpır kıpır bir çocuktur. Sınıfta sessiz oturamıyor, eli dursa ayağı durmuyor ve sürekli hareket ediyordu. Okulda yaşanan birkaç tatsız olaydan sonra okul yönetimi, ailesini çağırarak Kaan'ı bir çocuk-ergen ruh sağlığı kliniğine götürmesini önerdi. Klinikte yapılan çeşitli incelemeler sonucu, Kaan'a dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğunun "aşırı hareketliliğin baskın tipi" tanısı konuldu ve ilaç tedavisine başlandı. Sınıfta, aşırı hareketlilik ve ataklık belirtileriyle baş etmek için Kaan'ın ailesi, öğretmeni ve okul psikolojik danışmanı birlikte sınıf içi-dışı destekleri içeren bir program uygulamak için anlaştılar.

Hiperaktif çocuklar, yaşlarına göre daha hareketlidirler. Ataklık biçimde sergilenen bu hareketlik bir amaca yönelik değildir. Bu davranışlar, çocuk ve çevresi için sorun oluşturmaktadır. Aşırı hareketliliğin genel özelliklerine bakıldığında aşırı huzursuzluk, kıpırdanıp durma, sessiz, dikkatli ve kontrollü davranışların sergilenmesi gereken ortamlarda davranışları kontrol edemeyip daha hareketli olma, yerinde oturamama ve aşırı konuşma özellikleri göstermektedir. Bazı çocuklar doğuştan enerjik olduklarından hareketlilik düzeyleri yüksektir. Bu nedenle her hareketlilik hiperaktivite değildir. Normal çocuklarda görülen hareketlilik ile hiperaktivite arasında aşağıdaki gibi farklılıklar bulunmaktadır.

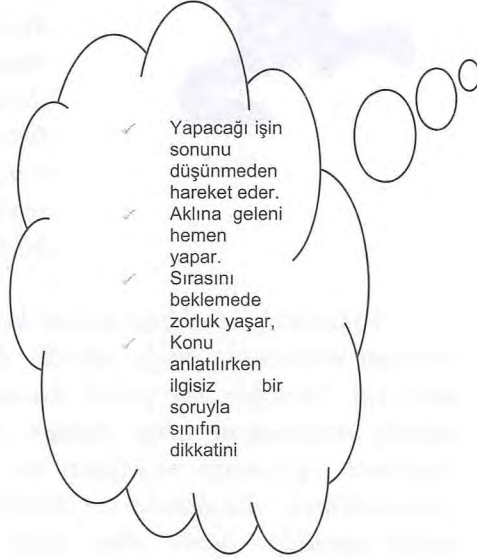
Hareketlilik	Hiperaktivite/Aşırı hareketlilik
<p>-Hareketlilikte davranış, uyumlu ve devamlı niteliktedir.</p> <p>-Hareketlilik, belli bir amaca yöneliktir.</p> <p>- Ortam sınırlayıcı ve dikkati yoğunlaştırmak gerekiyorsa, çocuğun hareketliliği azalır.</p> <p>-Kaygılı çocuklarda hareketlilik ortama yöneliktir. Stresli durumlarda hareketlilikleri artar.</p>	<p>-Davranış keyfi ve amaçsızdır.</p> <p>-Çocuklar tepkilerini kontrol altına alamazlar ve kontrolsüz bir hareketlilik sergilerler.</p> <p>-Ortam sınırlayıcı ve dikkati yoğunlaştırmak gerekiyorsa, çocuğun hareketliliği artar.</p> <p>-Aşırı hareketli çocuklar heyecan verici ortamlarda sakinleşirken, normal durumlarda hareketlilik düzeyleri artar.</p>

Hiperaktivite; çocuğun hareketlerini kontrol etmesi gereken yapılandırılmış ortama (kreş, anaokulu ya da okul gibi) girene kadar çok fazla sorun oluşturmamaktadır. Öğretmenlerin, çocuğun akranlarından belirgin derecede farklı olan aşırı hareketlilik sergileyen davranışlarını gözlemlemesi sonucu bunu fark etmektedirler.

Bu çocuklar sessiz ve hareketsiz olunması (okuma veya uyku zamanı gibi) gereken etkinliklerde sorun yaşamaktadırlar. DEHB'li çocuklar; mırıldanarak, gürültü yaparak (kalem çevirme ya da kalemle ses çıkarma gibi), konuşarak kendilerinin uyarım ihtiyacını karşılamaktadırlar. Çocukların sınıf içerisindeki bu tür davranışları göz ardı edilemeyecek kadar problem oluşturabilmektedir.



Ataklık/Dürtüsellik



Ataklık/dürtüsellik, bireyin kendini kontrol etmede sorun yaşaması ve sonunu düşünmeden harekete geçmesidir. Bu çocuklar; aktif, kendiliğinden hareket eden, canlı ve doğal, kontrolsüz, dağınık, aceleci, isteklerini erteleyemeyen, sohbet sırasında söz kesen, düşündüğünü hemen yapan, aklına geleni geldiği anda söyleyen, sırasını beklemekte güçlük çeken ve plansız bireyler olarak tanımlanırlar. Bu çocukları disipline etmek zordur ve iyi dinlemedikleri için ne istendiğini de bilemezler.



Çağatay, üç yaşından beri çok hareketli bir çocuktur. Etrafta fırtına gibi eser, freni olmayan araba gibi koştururken eşyalara çarpıp devirir, kırıp dökerdi. Odasında oynarken bir etkinlikten diğerine atlar, arkasından bir sürü oyuncakını döküp saçardı. Yemek esnasında sürekli konuşur, bardakları tabakları devirirdi. Sonunu düşünmeden sokaktan caddeye fırlardı. Annesi her ne kadar bu hareketinin çok tehlikeli olduğunu ona söylese de buna aldırmaz gene bildiğini yapardı.

Sabırsızdı ve aklına geleni hemen yapardı. Oyun bahçesinde ise sırasını beklemez, acele ederdi. Arkadaşlarına göre tepkileri daha aşırı idi. Örneğin, bir çocuk istemeden Çağatay'a gelip çarpırsa veya izinsiz oyuncakını alsa, hemen ona vururdu. Her ortamda aynı tepkileri gösteren Çağatay'ın ana-babası, ne yapacaklarını şaşırmışlardı. Babaanne ve dedesi ise, "onun babası da böyle idi, erkek çocuklar böyle olur, nasıl olsa bir süre sonra durulacak" deselerde Çağatay'ın davranışları iyileşeceğine daha kötüye gidiyordu.

İlkokul üçüncü sınıfa gelince bir gün Çağatay, altıncı kez sırasından fırlayıp yan sıradaki arkadaşının kulağına bir şeyler söylemeye kalkışınca, bu esnada kendinin ve yanındakinin defterlerini ve kalemlerini yere düşürdü. Öğretmeni çaresizlikle içinde "yeter artık!" diyerek bağırdı. Ertesi gün de kendini kontrol edemediğinden dolayı yere devirdiği masayı tekmelemeye başlayınca öğretmen onu müdürün odasına yolladı. Müdür, çare aramak için, Çağatay'ın ana-babası, öğretmeni ve okul psikolojik danışmanı/rehber öğretmeni ile bir toplantı düzenledi.



Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğuna Eşlik Eden Diğer Davranış Özellikleri Nelerdir?

Flick (1998), Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğunun temel özelliklerinin yanı sıra çocuklarda farklı derecelerde düzensizlik, sosyal becerilerde yetersizlik, saldırgan davranışlar, olumsuz benlik algısı, uyarım arama davranışı, dalgınlık/uyku hâli, koordinasyon güçlükleri, bellek sorunları, takıntılı düşünme ve tutarsızlık görüldüğünü belirtmektedir.

Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğunda görülen temel belirtilerin yanı sıra, eşlik eden diğer belirtilerle de başa çıkılmalıdır. Çocuğun bireysel özelliklerine göre, uygulanacak tedavi ve eğitim planında eşlik eden belirtilerde dikkate alınmalıdır. Bu çocukların sosyal yaşama etkin katılımı ve uyumu için bu bozukluğun erken tanınması, tedavi ve eğitim hizmetlerinden yararlanılması ve izlenmesi gerekmektedir.

Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğunda görülen temel belirtilerin yanı sıra, eşlik eden diğer belirtiler aşağıda sırasıyla açıklanmaktadır.



Düzensizlik



Bu çocuklar düşüncelerini ya da yapması gereken önemli işleri sıraya koyamamaktadır. Okulla ilgili kitapları ya da futbol çalışmasıyla ilgili önemli materyalleri sınıfa götürmeyi unutmakta ve bunların nerede olduğunu hatırlayamamaktadır. Aileler tarafından bir gece öncesine kadar hatırlatılmasına rağmen çantasını ve ödevlerini hazırlamada eksiklikleri bulunmaktadır. DEHB olan çocuklar organize olamamaları sonucunda ödevlerini tamamlamada da zorluk yaşamaktadırlar.

- Sınıf içerisinde ihtiyacı olan malzemeleri bulamıyor.
- Sınıf içi ödevlerini yaparken önce kâğıdını bulamıyor sonra bulduğu kalemini bırakıp başka kalem arıyor daha sonra kalemini açmak için zaman harcıyor bu hep böyle devam ediyor.
- Sırası karışık olduğu için aradığı hiçbir şeyi bulamıyor.



Sosyal Becerilerde Yetersizlik



DEHB olan çocukların buldukları akran grubunda sosyal kabul görmeye yönelik güçlü istekleri vardır. Ancak bu çocuklar genellikle sosyal ipuçlarını algılamakta zorluk yaşamaları nedeniyle bulunduğu grupta istenmeyen davranış gösterirler. DEHB olan çocuk kendisine söylenen aşağılayıcı ve kırıcı sözlere karşı koymakta zorlanırken diğer çocuklar bu sözlerin kendileriyle ilgili olmadığını düşünerek üstünde durmamaktadır. Çoğu zaman DEHB'li çocuk, başkalarının oyununa davet edilmeden karışması nedeniyle oyunlarda istenmemekte bu durum aklında yalnızca oyuna katılma isteği olan çocuk için anlaşılabilir olmamaktadır. DEHB olan çocuklar küçük grup ve bire bir ilişkilerde bile daima patron ya da ilk kişi olmayı istemektedirler. Bu durum sosyalleşmelerini engellemektedir. Bu çocuklar, buldukları ortamlarda zaman içinde davranışlarını kontrol ederek uyum sağlasalar da ergenlik döneminde sosyal uyum gerektiren farklı ortamlarda iletişim güçlükleri yeniden ortaya çıkmaktadır.

- Çok yalnız, hiç kimse ondan hoşlanmıyor. Bazen sınıf içerisindeki ödevlerini özellikle teneffüste dışarı çıkmamak ve reddedilmekten sakınmak için bitirmediğini düşünüyorum.
- Sınıf arkadaşı onu istemediğinde çok acı çekiyor.
- Gerçek problemi, kurallara uygun oyun oynayamamak.



Saldırgan Davranışlar

Bu özellik DEHB olan çocuklar için uzun vadede olumsuz sonuçlara yol açmaktadır. DEHB'ye eşlik eden saldırgan davranışlar olduğunda çevresiyle olan iletişimi azalmakta, çocuğun davranışını idare etmek ve anlamak zor olmaktadır. Saldırgan davranışlar sıklıkla DEHB'ye eşlik eden "Karşıt Olma Bozukluğu" ya da "Davranım Bozukluğu"nun göstergesi olabilmektedir. Saldırgan davranışların olması durumunda çoklu tedavi programı gerekmekte ve/veya yoğun davranış müdahalelerine ihtiyaç duyulmaktadır.

- Yetişkinlere karşı çok saygısız davranıyor. Bu nedenle bir çok kez disiplin uyarısı aldı.
- Bu çocuğun olduğu yerde mutlaka bir sorun çıkıyor.
- Çevresindeki her şeye zarar veriyor.
- Her teneffüste en az bir kişiyle kavga ediyor.



Olumsuz Benlik Algısı



“Benlik Algısı” ve “Kendini Değerli Bulma” doğuştan gelen bir özellik olmayıp sosyal ve fiziksel çevrede zaman içinde oluşur. Benlik algısının en çok geliştiği dönem okula başlama yaşındır. Çocuğun yaşatları ile beraber olması, yaşatlarından aldığı geri bildirimler, okulda elde ettiği yeni bilgiler, okul başarısı, evin dışında bir yetişkin ile (öğretmen) olan ilişkileri burada rol oynar. Birinci sınıftan sonra okul başarısı benlik algısının gelişimini etkiler. DEHB olan öğrenciler okulda yaramaz, tembel, sıra dışı... vb olarak nitelendirilmektedir. Bu etiketleme, çocukların kendilerini olumsuz algılamalarına ve özgüvenlerinin düşmesine sebep olmaktadır. Okul başarısı düşük olan bu çocuklarda korku, okula gitmek istememe, başarılı çocukların yanında kendilerini küçük görme gibi olumsuzluklar görülür. Başarısızlık deneyimleri ve çevreden aldıkları olumsuz geri bildirimler sonucunda bu çocuklar olumsuz benlik algısı geliştirmektedirler. Bu durum DEHB olan çocukların kendilerini var olan potansiyellerinden daha düşük algılamalarına ve zaman içinde akademik ve sosyal ortamlara uyum sürecinde olumsuz etkilemektedir. Bu çocuklar akran ilişkilerinde de sorunlarından dolayı dışlanmış ve uyumsuz olarak değerlendirilmişlerdir. Öfke patlamaları şeklindeki atak davranışları nedeniyle isimleri; “hiper, engelli, sakar, topu hedefine bile atamaz.” olarak nitelendirilmektedir. Bu durum çocukların; hayal kırıklığı, yetersizlik yaşamalarına, ve incinmelerine sebep olmaktadır. Buna bağlı olarak çocuklarda sorunlu davranışlar görülmektedir.

- Başarısız olacak endişesiyle etkinliklere katılmıyor.
- Yaptığı işi hiç uğraşmadan kolayca bırakıyor.
- Kendini yetersiz hissediyor.



Heyecan Arayışı



DEHB olan çocukların bu özelliği diğer özellikleri kadar sık ortaya çıkmamaktadır. Bu çocukların bir kısmının az uykuya gereksinim duymalarından dolayı hiperaktif davranış sergiledikleri görülmektedir. Tren veya arabalara asılarak gitme ya da ağaçların tepesine tırmanma gibi tehlikeli davranışlar sergilerler. Yaptıkları bu davranışlar, ağır yaralanma ya da ölümle sonuçlanabilmektedir. Bu davranışların daha az tehlikeli olanları ise caddede bisiklete binme garajın ve ağaçların tepesinden atlama ya da keskin bıçakla hokkabazlıktır. Bu durum DEHB'nin diğer özellikleri gibi derece derece ve kişiden kişiye değişiklik göstermektedir.

- Bu çocuk limitleri zorlamayı seviyor.
- Derste çoğu zaman elinde bir oyuncak ya da materyalle oynarken görüyorum.
- Daima dikkat ve heyecanın merkezi olmak istiyor.



Dalgınlık/Uyku Hâli



Bu çocuklar, sınıf ve buna benzer yapılandırılmış ortamları sıkıcı bulmaktadırlar. Ders esnasında dikkatlerinin çekilmediği ve etkileşimde bulunulmadığı durumlarda sık sık uykulu oldukları görülmektedir. Bu nedenle sınıf içerisinde yerinde oturamama ya da palyaço tarzı hareketlerle farkında olmadan dalgınlık/uyku hâllerini engellemektedirler.

- Bedeni sınıfta fakat akli nerede bilinmiyor.
- Sanki başka bir evrendeymiş gibi davranıyor.
- Ders esnasında zaman zaman uykuya daldığını görüyorum.



Bellek Sorunları

Bu çocukların bellek işleyişinde güçlükleri vardır. Belleğe ilişkin asıl sorun, söylenen sözün çocuğun dikkat alanına girmemesi nedeniyle öğrenmede yetersizlik yaşanmasıdır. Aileler ve öğretmenler sıklıkla bu çocukların unutkanlıklarından yakınmaktadırlar. Bellek sorunları özellikle çocuklardan bir şey yapmaları istendiğinde ya da birkaç yönerge aynı anda verildiğinde yaşanır.

- Aynı anda iki işi yapması istendiğinde sorun yaşıyor.
- Söylenenler bir kulağından girip öteki kulağından çıkıyor.
- Bir ders öncesi anlatılanları bile hatırlamıyor.



Israrcı Tutum

Bu çocuklar bir düşünceye takıldıklarında, sürekli o düşünce ile meşgul olmaktadır. Sınıf içinde öğretmenlerini hep aynı tip sorular sorarak rahatsız etmektedirler. Bu çocuklar ipuçlarını yorumlamakta da zorlanmaktadır. Örneğin, takıntılı düşüncelerinden dolayı yetişkinlerin defalarca söylemiş olduğu “hayır öyle değil” gibi olumsuz verilen cevapları bile anlamak istememektedirler.

- İpuçlarını yorumlamakta zorlanıyor.
- Aynı konu hakkında milyonlarca soru sorabilir.
- Aklına bir fikir geldiğinde onu yapmadan duramıyor.



Tutarsızlık

DEHB'nin en belirgin özelliğidir. Bu çocuklar çok değişkendirler. Çevresindekiler, onların iyi ve kötü günlerinin olduğuna inanırlar. Bazı günler verilen ödevlerin hepsini tamamlarken ertesi gün hiç dokunmayabilirler. Genellikle bu durum çocuğu akademik yönden başarısızlığa itmektir. Ayrıca bu çocukların geçişlere ve değişikliklere uyum sağlamada güçlükleri vardır. Bunlar;



Aile yaşantısındaki önemli değişimler (eşlerin ayrılması, boşanma, kardeşin doğumu gibi)



Yaz saati uygulamasında bir saatin ileri/geri alınması gibi küçük değişiklikler,



Normalde iyi olarak görülebilen ev ve araba alma ya da değiştirme gibi değişikliklerdir.

- Başarısı çok değişken. Aynı dersin sınavlarından bir iyi bir kötü sonuç alıyor.
- Bir gün ev ödevlerini tam yaparak getirirken ertesi gün hiç birini yapmıyor.
- Ondan ne bekleyeceğimi bilemiyorum.



Koordinasyon Güçlükleri



DEHB olan çocukların çoğu ince motor becerisi gerektiren işlerde özellikle yazı yazmada zorluk yaşarlar.

Bu sabah Ben erken
kalktım Kuvvetim i yaptım
Sonra Okulumu gittim
Matematik dersi yaptım
Niçin Bu ~~okulum~~ geldim is

MURATSEKER



Bazıları ince motor becerilerinde sorun yaşarken bunun yanında çok azının kaba motor becerilerinde zorlukları bulunmaktadır. Bu nedenle çocuklar bazı spor dallarında mükemmel performans gösterirler. Bu alanlardaki yetenekleri, sınıf içerisindeki başarısızlıklarıyla denge oluşturmaktadır.

- Oyunlara seçilen, sonuncu kişi oluyor.
- Yazısı çok kötü.
- Sık sık sakarlık yapıyor.



Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğuna Benzer Belirtiler Nelerdir?



Sağlığa ilişkin bazı durumlar DEHB'ye benzer özellikler göstermektedir. Aileler ve öğretmenler çocuğu hiperaktif, dürtüsel ve dikkatsiz olarak nitelemeden önce aşağıda yer alan sorunların olup olmadığının araştırılması için hekimle iş birliği içinde olmalıdırlar.



Alerji, Astım ve Solunum Problemleri – Dikkati azaltır.



şeker Hastalığı – Dikkati azaltır.



İşitme ve Görme Sorunları – Aşırı hareketlilik ve başka davranışsal sorunlar yaratır.



Demir Eksikliğine Bağlı Kansızlık – Dürtü kontrolünü azaltır.



Kurşun Zehirlenmesi – Hiperaktiviteyi artırır.



Bazı ilaçlar – Çocuğun devamlı kullandığı ilaç hiperaktif belirtiler yaratabilir.



Nörolojik Sorunlar – Çocuğun geçirdiği hafif epileptik nöbetler bir anda dikkatinin dağılmasına neden olur.



Psikiyatrik Sorunlar – Bazen stres, sıkılma, depresyon ve kaygı DEHB belirtileri yaratır.



Tiroit Sorunları – Tiroit bezi uykuyu, duyguları ve faaliyetini etkileyen hormonlar salgılar. Bu hormonlardaki değişiklik DEHB belirtileri yaratır.



Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğunun Nedenleri Nelerdir?

Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu nedenleri tam olarak bilinmemektedir. Başka bozukluklarla da çok sık olarak birliktelik gösterir. DEHB'nin ortaya çıkmasında; hem psiko-sosyal hem de biyolojik ve genetik etkenlerin rol oynadığı düşünülmektedir.



Psiko-sosyal Etmenler



İlk çocukluk dönemindeki eğitim hataları,



Aşırı beklenti (çocuktan yapabileceğinden fazlasını bekleme)



Korkulu olma,



Az ya da yanlış motivasyon,



Gelişim krizleri,



Olumsuz yaşam şartları,



Biyolojik ve Genetik Etmenler



Beyin zedelenmesi



Genetik etkenler



Beyindeki yapısal ve işlevsel anormallikler



Biyokimyasal değişimler



Merkezi sinir sistemindeki yapısal ve işlevsel bozukluklar



Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğunun Görülme Sıklığı Nedir?

DEHB'nin görülme sıklığı DSM-IV tanı kriterlerine göre, okul çağındaki çocuklar arasında yapılan araştırmalarda, %3-5 olarak belirlenmiştir. Bununla birlikte okul çağı çocukları içerisinde sıklığa yönelik yapılan araştırmalarda kullanılan değerlendirme ölçeklerine göre değişiklik göstermekte ve bu doğrultuda %3 ile %10 arasında değişmektedir. Yapılan araştırmalarda bu bozukluğun erkeklerde kızlara oranla en az iki-üç kat daha fazla olduğu görülmektedir.



Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Cinsiyete Göre Farklı Görünüm Sergiler mi?

DEHB'nin cinsiyete ilişkin farklılığı bulunmaktadır. Erkekler hiperaktivite, dürtüsellik, dikkatsizlik alanlarında sorun yaşarlarken kızlarda bunların yanı sıra aşağıda yer alan özellikler görülmür;



Sınıf ortamında sessiz olmaları ve uyumlu davranışlar sergilemeleri nedeniyle erkek çocuklarının bir çoğunda görülen problem davranışları sergilemezler.



Akademik, sosyal ve duygusal alanlarda ciddi sorunlar yaşamalarına rağmen çevresindekiler gerçekte yaşadıkları ciddi problemlerin etkilerini fark edemezler.

Bunların dışında,



Kaygı ve depresyona daha fazla yatkın olma,



Çok çalışmalarına rağmen akademik başarısızlık gösterme (özellikle ilköğretimin 5. sınıfından itibaren),



Dürtüsellik belirtileri olarak aşırı yemek yeme ve riskli alışkanlıklar edinme (sigara, alkol ve ilaç kullanma ile karşı cinsle ilgili sorunlar),



Olumsuz benlik algısına ilişkin problemleri yoğun olarak yaşama,



Özellikle hiperaktivite yerine ara vermeksizin konuşma (hyperverbal), dedikodu yapma ve her konuda fikir beyan etme,



Duygu durum değişikliği yaşama,



Öfke nöbetleri sergileme

gibi özellikler de göstermektedirler.

DEHB olan kız çocukları, erkeklerde gözlenebilen ve dikkat çeken hiperaktif davranışları göstermemesi nedeniyle okul yaşamının ilk yıllarında fark edilmemektedir. DEHB belirtilerinin sınıf seviyesi arttıkça akademik güçlük yaşamalarına yol açması nedeniyle daha geç yaşlarda fark edilmektedir.



Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğuna Eşlik Eden Sorunlar Nelerdir?

DEHB tanısı ile değerlendirilen çocuklarda diğer gelişimsel ve psikolojik bozuklukların birlikte görülme sıklığı farklılık göstermektedir. Ancak DEHB olan çocukların 1/3 ünde DEHB'ye eşlik eden bozukluklardan en az bir ya da daha fazlası birlikte görülmektedir.

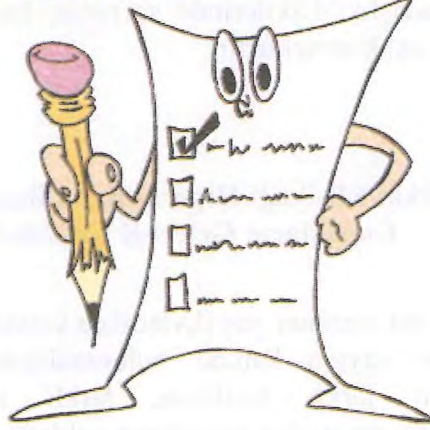
DEHB'ye okul sorunları ve öğrenme bozuklukları, karşıt olma, karşıt gelme bozuklukları, davranım bozukluğu, depresyon ve kaygı bozuklukları, arkadaşlık ilişkilerinde sorunlar, bağlanma bozuklukları, madde bağımlılığı eşlik etmektedir .



Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocukların Geleceği Nasıldır?

Toplumda, bu sorunun yaş ilerledikçe kendiliğinden azalacağı ve geçeceğine ilişkin yaygın kanılar bulunmaktadır. Araştırmalar, bu sorunun gidişinin farklı kişilerde, farklı seyirler gösterdiğini göstermektedir. Bu sorunu olan çocukların yaklaşık %40'ında belirtilerin ileriki yaşlarda da devam ettiği belirlenmiştir. Bu sorunlara duygusal ve sosyal sorunlar da eşlik etmektedir. Etkili bir tedavi ve eğitim programı uygulanmadığında bu bireylerde yetişkin yaşamda hareketlilik azalmakta, huzursuzluk ve dikkat dağınıklığı ise aynı kalmaktadır. Ayrıca bu bireylerde suçlu alt kültürüne girme, madde bağımlılığı, kişiler arası ilişkilerde sorunlar ortalamanın üstünde olmaktadır.

DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU OLAN ÇOCUKLARIN TANI VE DEĞERLENDİRİLMESİ NASILDIR?



Tanı Ölçütleri

DEHB'nin temel belirtileri içinde yer alan dikkat eksikliği, ataklık ve aşırı hareketlilik belirtilerinin ayırt edici tanı ölçütlerine göre değerlendirilmesi aşağıda yer almaktadır.



Dikkatsizlik



Çoğu zaman ayrıntıya dikkat etmede başarısızdır veya okulla, işiyle ilgili ya da başka etkinliklerde dikkatsizce hatalar yapar.



Çoğu zaman görevlerinde ve oyun etkinliklerinde dikkatini sürdürmede güçlük çeker.



Çoğu zaman kendisiyle doğrudan konuşulduğu zamanlar dinlemez görünür.



Çoğu zaman yönergeleri başından sonuna kadar takip etmez ve okul ödevlerini, görevlerini, sorumluluklarını çalıştığı yerde bitirmez. (Bitirememesinin nedeni karşıt tepki göstermesi veya yönergeleri anlamakta başarısız olması değildir).



Çoğu zaman görevleri veya etkinlikleri organize etmekte güçlük yaşar.



Çoğu zaman uzun süreli bilişsel çaba gerektiren görevlerden (okul veya ev ödevleri gibi) kaçınır, hoşlanmaz veya gönülsüzce yapar.



Çoğu zaman görevleri veya etkinlikleri için gerekli şeyleri (oyuncak, okul ödevi, kalem, kitap veya araçlar) kaybeder.



Çoğu zaman dış uyarıcılar kolaylıkla dikkatini dağıtır.



Çoğu zaman günlük işlerini unuttur.



(Çocuğun “*dikkatsizlik*” semptomlarından altısı ya da

daha fazlasını, en az altı aydır uyumsuzluk yaratacak ve gelişim düzeyine uygun olmayan şekilde göstermesi gerekir)



Hiperaktivite



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.



Çoğu zaman, sakin bir biçimde, boş zamanları geçirme etkinliklerine katılma ya da oyun oynama zorluğu vardır.



Çoğu zaman hareket hâindedir ya da bir motor tarafından sürülüyormuş gibi davranır.



Çoğu zaman çok konuşur.



Ataklık (impulsivite)



Çoğu zaman sorulan soru tamamlanmadan cevabını yapıştırır.



Çoğu zaman sırasını bekleme güçlüğü vardır.



Çoğu zaman başkalarının sözünü keser ya da yaptıklarının arasına girer. (Örnek: Başkalarının konuşmalarına ya da oyunlarına karışır).



(hiperaktivite-ataklık belirtilerinden altısı ya da daha fazlasını, en az altı aydır uyumsuzluk yaratacak ve gelişim düzeyine uygun olmayan şekilde göstermesi gerekir)

Çocukta yukarıda yer alan tanı ölçütlerinin yanı sıra;



Belirtilerin 7 yaşından önce başlaması



Belirtilerden kaynaklanan bazı sorunların iki ya da daha fazla ortamda (okul/iş ve ev) görülmesi,



Bu belirtilerden aile ve öğretmenin şikâyetçi olması



Belirtilerin 6 ay boyunca devam etmesi,



Yaygın gelişimsel bozukluk, zihinsel ve gelişimsel yetersizlik ve diğer psikolojik bozuklukların olmaması,



İşitme ve görme yetersizliklerinin olmaması gerekmektedir.



Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Belirtileri Olan Çocukların Değerlendirilmesi Nasıl Yapılır?

Bireylerde okul öncesi dönemden itibaren görülmeye başlayan DEHB'nin, tanısını kesinleştirecek bir test bulunmamaktadır. Bu nedenle DEHB'nin tanısının konulması çok yönlü değerlendirmeyi ve farklı bilgi kaynaklarının iş birliğini gerektirmektedir. Klinisyenin tanı araçları, ana baba çocuk görüşmesi, ana baba çocuk gözlemi, ebeveyn ve öğretmen davranış dereceleme ölçekleri, fiziksel ve nörolojik muayene, bilişsel testler, işitme ve görme testi gibi yaklaşımlardır. Çocuk-ergen ruh sağlığı ve hastalıkları kliniklerinde DEHB tanısı, mevcut belirtilerin yaş ve zihinsel düzeye göre değerlendirilip çocuk psikiyatristleri ve klinik psikologlar tarafından DSM-IV tanı ölçütlerine göre konulmaktadır.



Tıbbî Değerlendirme

Tıbbî öz geçmiş, fiziksel ve nöro-psikiyatrik değerlendirme, genel ve işitsel değerlendirmeden oluşmaktadır. DEHB'nin ayırt edici tanı ölçütüne göre 3 alt tipi vardır:

Dikkat eksikliği sorununun önde olduğu tip: Eğer son altı aydır dikkatsizlik belirtilerindeki ölçütleri taşıırken, aşırı hareketlilik ve ataklık belirtilerindeki ölçütlere rastlanmıyorsa,

Dikkat eksikliği, Aşırı hareketlilik ve ataklık (Dürtüsellik) sorununun olduğu bileşik tip: Eğer son altı aydır dikkatsizlik, aşırı hareketlilik ve ataklık belirtileri ölçütlerini taşıyorsa,

Aşırı hareketlilik ve ataklık sorununun önde olduğu tip: Dikkatsizlik belirtileri ölçütlerine rastlanmazken, aşırı hareketlilik ve ataklık belirtilerindeki ölçütleri son altı aydır taşıyorsa,

DEHB olan çocuklar, bu gruplara göre sınıflandırılır. DEHB olan çocukların tanısında alt tipinin belirlenmesi, tıbbi tedavi ve psiko-eğitsel yaklaşımlar açısından büyük önem taşımaktadır.



Psiko-Eğitsel Değerlendirme

Aile, çocukla görüşme ve bilgi alma, veli ve öğretmen ölçekleri, bireysel test ve ölçekler, test dışı teknikler, eğitsel öz geçmiş ve sosyo-ekonomik yapının değerlendirmesinden oluşmaktadır.

Dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik belirtileri olan çocuklar, tıbbi ve psiko eğitsel verilerin değerlendirilmesi sonucunda tanılanmaktadır.



Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocukların Tanılama Süreci Aşamaları Nelerdir?

Tanılama, tıbbi ve eğitsel olarak ikiye ayrılmaktadır.



Tıbbi tanı; tıbbi ve psiko-eğitsel verilerin, tanı ölçütüne göre değerlendirilmesi sonucu, çocuk-ergen ruh sağlığı ve hastalıkları kliniğinde konulurken,



Eğitsel tanı; tıbbi tanı dikkate alınarak, rehberlik ve araştırma merkezlerindeki psiko-eğitsel değerlendirme sonuçlarına göre konulmaktadır. DEHB olan çocuğun eğitsel tanılması; rehberlik ve araştırma merkezinde oluşturulan “Özel Eğitim Değerlendirme Kurulu” tarafından yapılmaktadır. Bu kurul öğrencinin özel eğitimde alınacak önlemleri belirlemektedir.



Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocukların Tanılama Sürecinde Yer Alan Kişi ve Kuruluşların Rollerini Nelerdir?



Anne-Baba/Veli

Veliler; okul rehberlik ve psikolojik danışma servisine, il/ilçe rehberlik ve araştırma merkezine ve çocuk-ergen ruh sağlığı kliniğine;



Veli ölçeklerini doldurarak,



Sosyo-ekonomik öz geçmişleri hakkında bilgi vererek,



Çocuğunun evdeki problem davranışlarının neler olduğu, sıklığı ve bu davranışlara yol açan durumlar hakkında açıklamalar yaparak,






Çocuğun okul dışındaki özel ilgi alanları, etkinlikleri, yeterli-yetersiz olduğu alanları, değer, kişilik ve tutumları hakkında görüşlerini bildirerek

bilgi sağlarlar.



Öğretmen

Sınıf ve branş öğretmenleri; okul rehberlik ve psikolojik danışma servisine ve il/ilçe rehberlik ve araştırma merkezi ile çocuk-ergen ruh sağlığı kliniğine;




-  Öğretmen ölçeklerini doldurarak,
-  Çocuğun eğitsel öz geçmişi hakkında bilgi vererek,
-  Test dışı tekniklerden elde edilen bilgiler hakkında görüşlerini bildirerek,

bilgi sağlarlar.



Okul Rehberlik ve Psikolojik Danışma Servisi

Eğitsel tanılama için rehberlik ve araştırma merkezine, tıbbi tanılama için de uzman hekime;

-  Yetenek, başarı, ilgi, tutum, kişilik testlerini uygulayarak ve veli-öğretmen ölçeklerini değerlendirerek,
-  Test dışı tekniklerden elde edilen bilgileri yorumlayarak,
-  Görüşme, psikolojik danışma ve test esnasında öğrenci hakkında elde edilen bilgi, gözlem ve kritik davranışları yorumlayarak,

bilgi sağlar. Tanılama için veliyi, ilgili merkez ve kliniğe yöneltir.



Okul Yönetimi

Eğitsel tanılama için, dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik sorunu olan öğrenciyi resmî yazıyla bağlı bulunduğu rehberlik ve araştırma merkezine sevk eder.



Rehberlik ve Araştırma Merkezi



Eğitim-öğretim kurumlarının rehberlik ve psikolojik danışma servisinden okul resmî yazısıyla ve diğer kurum ve kuruluşlardan Dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik sorunu ile gönderilen veya bireysel olarak merkeze başvuran çocukları kabul eder,



Dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik sorunu olan çocukların incelenmesinde; psiko-egitimsel değerlendirme sürecini yürütür. Bu süreçte;



Aile ve çocukla görüşme yapar, bilgi alır.



Veli ve öğretmen ölçeklerini değerlendirir.



Bireysel test ve ölçekleri uygular ve değerlendirir.



Dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik sorununu tespit eder.



Psiko-egitimsel değerlendirme sonuçlarını, tıbbî tanılama için çocuk-ergen ruh sağlığı kliniğine iletir.



Tıbbî tanılama raporuna ve psiko-egitimsel değerlendirme sonuçlarına göre eğitsel tanılama yapar.



Rehberlik ve araştırma merkezi bünyesinde kurulmuş **Özel Eğitim Değerlendirme Kurulu** öğrencinin özel gereksinimlerine uygun özel eğitim önemlerini alır .



Çocuk-Ergen Ruh Sağlığı Kliniği



Dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik sorunu olduğu tespit edilen çocukları, tanı ölçütüne göre değerlendirerek, tıbbi olarak tanırlar.



Tedavide kullanılacak ilacın cinsi ve dozunu ayarlayarak tedavi sürecini yürütür.



BÖLÜM II

DİKKAT EKSİKLİĞİ VE AŞIRI HAREKETLİLİK BOZUKLUĞU OLAN ÖĞRENCİLERİN EĞİTİM-ÖĞRETİM SÜRECİ NASIL PLANLANMALIDIR?



Geleneksel eğitim sistemi içerisinde öğretmenler, öğrencilerinin ders süresince yerinde oturmasını, sözel yönergelere ve anlatılan konuya dikkat etmesini ve uğraşmakta olduğu iş (ödev, etkinlik vb.) sonuçlanıncaya kadar yerinden kalmaksızın devam etmesini beklemektedirler. Bu nedenle okul ortamında bir çok çocuk bu beklentiler nedeniyle özellikle dikkatsizlik ve aşırı hareketliliğe bağlı sorunlar yaşamaktadırlar.

Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu olan öğrencilerin eğitim süreci; tıbbi tedavi, psiko-sosyal destekler ve eğitsel düzenlemeleri içeren çok yönlü bir programı kapsar. Bu süreçte; okul, aile ile profesyonel destek sunucularının iş birliği içinde olması gerekir. Bu iş birliği çok yönlü bilgi alışverişine dayanır.



Dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik bozukluğu olan öğrencinin eğitiminde;



Tıbbi tedavi



İlaç tedavisi

Dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik bozukluğu olan çocukların tedavi ve eğitiminde etkililiği kanıtlanmış ilaçlar kullanılmaktadır. Ancak bozukluğun tedavisinde tek başına ilaç kullanımı yeterli olmamaktadır. Bu nedenle ilaçlar, davranış kontrolü, dikkat toplama ve dikkatin kalitesini arttırmak için davranışsal yaklaşımla birlikte kullanılmaktadır.



Alternatif tedaviler

Dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik bozukluğu olan çocukların tedavisinde, bilimsel geçerliliği henüz kanıtlanmamış olan diyetin düzenlenmesi, bazı mineral ve vitamin kürleri, alternatif tedavi yaklaşımları uygulanmaktadır.











Akademik destek

DEHB olan çocuklar okul ortamında, dikkatsizlik, aşırı hareketlilik özelliklerinden dolayı eğitimde hedef davranışları gerçekleştiremediği için, sorun yaşamaktadırlar. DEHB'li çocuklar, bozukluğa bağlı sınıf içi problem davranışları ve performanslarına göre düşük akademik başarı göstermeleri nedeniyle öğretmenleri tarafından sık sık azarlanmakta ve bu da olumsuz benlik algısı gelişimine yol açmaktadır.

Bu sorunlar, zaman zaman eğitimdeki hedef davranışların gerçekleşmesini engellemektedir. Bu nedenle DEHB olan çocukların okulda yaşadıkları akademik güçlükler ve sergiledikleri sorunlu davranışlarla baş edebilmesi için, özel eğitim ilke, yöntem ve tekniklerinin uygulanması gerekmektedir.



Eğitsel tanılama ve yerleştirme kararında, kaynaştırma yoluyla eğitimine devamı uygun görülen DEHB'li öğrenci için, eğitim programı bireyselleştirilerek uygulanmalı ve gerekli fiziksel düzenlemeler yapılmalıdır. Bu uygulamaların gerçekleşmesi için okulda öncelikle iş birliğine yönelik **Bireyselleştirilmiş Eğitim Programı Geliştirme Birimi** kurulmalıdır. Bu birim; okul yönetimi, sınıf öğretmeni/hazırlanan programın içeriğine uygun branş öğretmeni, DEHB'li öğrenci, aile, okul rehberlik ve psikolojik danışma servisi danışmanı/rehberlik ve araştırma merkezinden bir psikolojik danışman, eğer uygunsa tıbbî tedavisini takip eden hekimden oluşur. Bu birim üyeleri DEHB'li öğrencinin,

-  Akademik performansını,
-  Eğitim-öğretiminde kısa dönemli öğretim hedeflerini de içeren uzun dönemli amaçlarını,
-  Yararlanacağı özel eğitim hizmetlerini,
-  Alacağı destek eğitim hizmetlerini,
-  Eğitim programına ilişkin uyarlamaları,
-  Değerlendirme sürecini,
-  Yararlanacağı hizmetin süresini,
-  Yararlanacağı programın süresini, belirlemelidir.

Yukarıda yer alan bilgiler doğrultusunda öğrencinin özel gereksinimleri dikkate alınarak ihtiyaçlarına göre hedeflenen amaçlar doğrultusunda destek eğitim hizmetlerini içeren “Bireyselleştirilmiş Eğitim Programı (BEP)” hazırlanır.



Öğrencinin öğrenme stilleri BEP ekibi tarafından ayrıntılı bir şekilde belirlenerek;



Öğrencinin okul başarısı için gerekli olan becerilerin neler olduğu?



Öğrencinin derslerde sahip olduğu güçlü ve zayıf yönlerin becerilerine etkisinin nasıl olduğu?"

gibi soruların öncelikle cevaplandırılması gerekmektedir. Bu soruların cevabına göre öğrencinin eğitiminde sağlanacak destek eğitim hizmetleri planlamalıdır. Bu süreç aşağıda yer alan sorulara göre planlanmalıdır. Bunlar;



Nasıl ? (yöntem teknik ve materyal),



Ne zaman ? (gün ve saat),



Ne kadar süre ? (ay/yıl),



Kimlerle birlikte ? (yaş/sınıf düzeyi),



Kim tarafından ? (sınıf/ branş öğretmeni),



Nerede? (kendi sınıfında, başka sınıfta, kaynak oda/
destek eğitim odasında)

oluşur.



Kaynak Oda/ Destek Eğitim Odası:



Akademik becerileri göz önünde bulundurulduğunda ekranlarından belirgin derecede farklılığı olan DEHB'li öğrenciler sınıftaki öğrenme ortamlarından üst düzeyde yararlanamayabilirler. Bu çocuklara yönelik sınıf içi uyarılma ve düzenlemeler yapılırsa da bazı öğrenciler daha yoğun desteğe ihtiyaç duyabilirler.

Bu nedenle DEHB olan çocukların öğretimsel gereksinimlerinin karşılanması için daha yoğun, küçük gruplar halinde çalışılması ve bireysel öğretimle desteklenmesi gerekir. Sınıf ortamında yapılan düzenlemeler ve uyarılmalara karşın, sınıf müfredat programını takip edemeyen DEHB'li öğrencilerin belirli zaman diliminde eğitimsel-öğretimsel gereksinimlerinin karşılanması için kaynak oda/destek eğitim odasında eğitim almaları gerekebilir.

Bu çalışma çocukların sınıfta yapılan akademik etkinliklere katılımını artırmayı amaçlayan bir destek eğitim modelidir. DEHB'nin türü ve derecesine göre kaynak oda/destek eğitim odasında öğrencinin geçireceği süre ve hangi alanlarda öğretim yapılacağına "Bireyselleştirilmiş Eğitim Programı Geliştirme Birimi" karar verir.



Psiko-sosyal destek



DEHB sorunu olan çocuklar sosyal ve duygusal yaşam alanlarında birçok olumsuzlukları yaşarlar. Bu çocuklar çevresi tarafından olumsuz olarak değerlendirilmekte ve onlara farklı oldukları hissettirilmektedir. Bu farklılığın üstesinden gelmeye çalışan DEHB'li çocuklar, duygusal sorunlar yaşamakta ve bununla baş etmede zorlanmaktadır. Bu çocuklar, istenmeyen davranışların ardından yaşadığı pişmanlıklar, arkadaşları tarafından dışlanmanın duygusal ağırlığı, başarısızlıklar, ailelerinin çabasına yardımcı olmak gibi birçok yükü omuzlarında taşımaktadırlar. Bu nedenle çocukların yaşam kalitesini arttırmak için sınıf içi ve sınıf dışı desteklerin olması gerekmektedir.

Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu olan çocukların eğitim ve tedavisinde, aile, öğretmen ve akran eğitimi etkin olarak kullanılan yöntemlerden biridir. Bu eğitim yolu ile ailelere ve öğretmenlere, DEHB'nin genel özellikleri, davranış yönetimi, dikkat toplama eğitimi, sosyal beceri eğitimi hakkında bilgi ve beceri kazandırılmaktadır. Öğretmenin ve ailenin kazanmış olduğu bilgi ve beceriler; öğretmene, aileye ve çocuğa psiko-sosyal destek olarak yansımaktadır.



Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocukların Öğrenme Süreci Nasıldır?

DEHB olan öğrencilerin okul ortamındaki öğrenme sürecinde başarısızlık yaşamalarına neden olan etmenler “**öğrenmenin yapıtaşları**” olarak adlandırılan öğrenme piramidi modeliyle açıklanmaktadır.



Bu modelde öğrenme becerileriyle ilgili en alt seviyede yer alan **temel yapı taşı**;



dikkat/dürtü kontrolü,



duygular ve davranışlar,



kendine güven

öğrenme ortamları olarak dört bölümden oluşmaktadır.

Bu yapı taşının bir üst seviyesinde ise piramidin tam ortasında yer alan **işleme yapıtaşı**;

Görsel,

İşitsel,

Motor

işleme bölümlerinden oluşmaktadır.



Piramidin en üst seviyesindeki **bilişsel yapıtaşı** ise;

Konuşma dili,

Zihinde canlandırma,

Öğrenme stratejilerinin tamamlanmasından

oluşmaktadır.



Temel Yapıtaşı

Piramidin temel yapıtaşı bölümü, tam öğrenmenin gerçekleşmesi için destekleyici temel unsurlardan oluşmaktadır. Tam öğrenmenin gerçekleşebilmesi ve daha üst seviyede gerçekleşecek öğrenme bölümlerini desteklemek için, yapıtaşı bölümlerinin oldukça sağlam olması gerekmektedir. Bu nedenle daha üst seviyede öğrenme stratejilerini desteklemek için, DEHB’li öğrencinin bu bölümde yer alan dikkat/dürtü kontrolünü kazanmış olması, duygu ve davranışlarının uyumlu olması, kendine güvenini kazanmış olması ve öğrenme ortamının onun özelliklerine göre düzenlenmiş olması gerekmektedir. Tam öğrenme için özellikle dikkat toplama becerisinin kazanılmış olması gerekmektedir. Öğrencilerin, dikkat/dürtü kontrolünü kazanmaya dönük becerilere sahip olması öğrenmenin gerçekleşebilmesinde etkili olan stratejileri de kazanmalarına yol açmaktadır.

Duygular ve kendine güven ise çocuğun kendine ilişkin benlik algısı ve motivasyonuna olduğu kadar başarıyla sonuçlanana kadar bir işi sürdürme isteğine de etki etmektedir. Çevresel düzenlemeler ise çocuğa evde ve okulda; güvenli, destekleyici ve uygun öğrenme ortamının yaratılmasını sağlamaktadır.

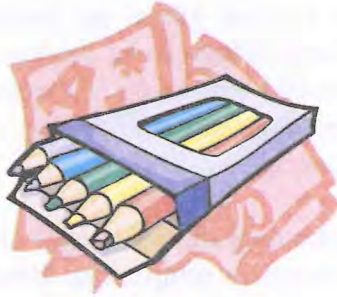
Tüm bu bilgiler doğrultusunda etkili dikkat ve dürtü kontrolünün kazanımı, sağlıklı duygulara sahip olma, kendine yönelik olumlu benlik algısı oluşturma ve içinde bulunulan çevrenin destekleyici, tutarlı ve sevgi dolu olması bir çocuğun öğrenmede başarıya ulaşılması için olmazsa olmaz önceliklerdir.

Temel yapıtaşı bölümünün güçlendirilmesi, çocuğun öğrenmeye ilişkin karşılaştığı güçlüklerle baş etmesine ve beceri eksikliğini yaşadığı durumları telafi etmeyi öğrenmesine yardımcı olmaktadır. Ancak unutulmaması gereken önemli bir nokta temel yapıtaşı becerileri, çocuğun okulda yaşadığı güçlüklerin tamamının üstesinden gelmesini garanti etmemektedir. Çocuğun okuldaki performansının iyi olabilmesi için piramidin diğer işleme ve bilişsel yapıtaşı bölümlerinin de güçlü olması gerekmektedir.



İşleme Yapıtaşı

Öğrenmenin ikinci seviyesindeki yapıtaşında, görsel, işitsel ve dokunsal yolla olmak üzere farklı öğrenme stillerinin olduğu görülmektedir. Öğrenmenin gerçekleşebilmesi için DEHB'li bireylerinde akranları gibi görsel, işitsel ve dokunsal uyarıcılar yoluyla bilgiyi kazanması gerekmektedir. Genel olarak bakıldığında eğitimciler kendi öğrenme stillerine göre öğrencilerine bilgiyi aktarmaktadırlar. Bu durum öğrenme ortamlarında bireysel farklılıklara göre bilginin işlenmesi boyutunda sorun teşkil etmektedir. Bazı durumlarda ise öğretim yolu yalnızca öğrencinin sınıf ortamında bir sekreter gibi işitme ve yazma, not tutma biçiminde olmaktadır. İşleme yapıtaşında öğrencilere bilgiyi alma, farklı parçalarını kavrama, hatırlama ve uygulama becerilerinin kazandırılması gerekmektedir. Bu beceriler kazanıldığında öğrencilerin öğrenmeye ilişkin görevlere uzun ve yoğun çaba göstermesine gerek kalmamaktadır.



DEHB'li öğrenciler, ilköğretimin ilk yıllarında uyarıcıların işlemlenmesine ilişkin becerileri diğer çocuklar gibi kendi başlarına kazanamamaları nedeniyle öğrenmede zorluk yaşamaktadırlar. İşitsel uyarıcıların işlemlenmesindeki gerilik bu çocukların dilin seslerini öğrenmelerinde büyük çoğunluğunun sorun yaşamasına neden olmaktadır. Bununla birlikte DEHB'li çocukların bir kısmı ise görsel uyarıcıların işlemlenmesinde yaşadıkları güçlükler nedeniyle bir kelimeyi tahtadan defterine yazana dek geçen sürede hatırlamada zorlanırken bir kısmı ise yazdıkları kelimeleri hecelere bölememekte, sözcüklerin harflerini doğru sıralayamamakta ve eksik harf ve hecelerden oluşan sözcükler yazmaktadırlar. DEHB'li çocukların bir kısmının motor becerilerindeki gerilikleri öğrenmenin gerçekleşmesinde sorun yaratmaktadır. Özellikle kalemle harfleri yazma ve çizim yapma gibi ince motor becerilerinde sorun yaşamaktadırlar. Bu durum yazdıkları yazılarda oldukça fazla hata olmasına ve yazılarının okunamayacak kadar karışık olmasına yol açmaktadır. İkinci seviyedeki işleme yapıtaşı, temel yapıtaşı olduğu gibi okul başarısında ve özellikle öğrenmenin gerçekleşmesinde başlı başına etkili değildir. Bu yapıtaşı özellikle ilköğretimin ilk yıllarındaki temel akademik becerilerin kazanılmasında etkili olmaktadır.

Öğrenme sürecinde DEHB'li çocuğun öğrenme stillerinden hangisinin etkili olduğunun belirlenerek öğretim etkinliklerinin buna göre planlanması gerekmektedir. Bu nedenle aşağıda yer alan tablo; görsel, işitsel ve dokunsal özelliklerin önde olduğu öğrencilerin belirlenmesine yardımcı olacaktır.

Görsel	İşitsel	Dokunsal
<ul style="list-style-type: none"> • Okumaktan hoşlanır. • Resimli kitap ve materyallerden hoşlanır. • Genellikle düzgün bir imlası vardır. • Şekil ve tabloları görerek ezberler. • Dikkati fazla dağılmaz. • El yazısı iyidir. • Ayrıntılara dikkat eder. • Sözlü talimatları uygulamakta zorlanır. • Karalamayı sever. • Yüzleri iyi hatırlar. • Konuşmaktan çok gözlem yapar. • Zihninde resimler oluşturur. 	<ul style="list-style-type: none"> • Müziği sever. • Okurken mırıldanır. • Dinlemekten hoşlanır. • Kendisine bir şey okunmasından hoşlanır. • İçinden ya da sesli şarkı söylemeyi sever. • Sözlü talimatları daha kolay alır. • Dikkati kolay dağılır. • Dersi dinleyerek kolay algılar. • Yüksek sesle okuyarak ders çalışmaktan hoşlanır. • Ritmik seslerden hoşlanır. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ders çalışırken yürür. • Sırasında hareket halindedir. • İnsanlara dokunmaktan hoşlanır. • Ders dinlerken kalemını sallar. • Çalışırken ayağını sallar. • Konuşurken ellerini çok hareket ettirir. • Duyularının fiziksel hareketlerle belirtir. • Nesnelere oynamayı sever. • İmlası kötüdür. • Okumayı pek sevmez.

* (Tablo) SELÇUK, Ziya (2000). "Okul Deneyimi ve Uygulama" Nobel Yayın Dağıtım. Ankara.



Bilişsel Yapıtışı

Piramidin üst bölümünde yer alan bilişsel yapıtaşı bölümü; dil, zihinde canlandırma ve öğrenmeye ilişkin stratejilerden oluşmaktadır. Dile dayalı düşünme, konuşma ve yazı dilini anlama, okuma ve yazmayla düşünceleri ifade etme ve kavram kazanımından oluşmaktadır. Zihinde canlandırarak düşünme becerisi; görsel karmaşık işlemleri yeniden yapılandırılmayı, görsel ilişkileri anlamlandırma yoluyla yargıya varmayı, matematiği anlamayı kapsamaktadır. Aynı zamanda öğrenme stratejileri yoluyla düşünme becerisinde ise düşünceler üzerinde yeniden düşünebilme becerisini gerektirmektedir. Bu beceri ayrıca plan yapma, organize olma, süreci izleme ve değerlendirmeyi kapsamaktadır. DEHB'li çocuklar okulla ilgili görevleri yerine getirirken daha önceden kazanılmış bilgiye başvurma, kavramlar arasında ilişki kurma ve kavramları anlamlandırma da sorun yaşamaktadırlar. Ayrıca bu çocuklarda öğrenme için okuma becerileri de gelişmemiştir. Bir hikâye ya da rapor oluşturmadan önce beyin fırtınası yöntemiyle düşünce üretilmesi ve konuyla ilgili bilgilerin organize edilmesi gerekmektedir. Örneğin matematikle ilgili problem çözerken öğrencinin problemi okuması, verilen ipuçlarını belirlemesi, ne istendiğini anlaması ve doğru sonuca ulaşılması gerekmektedir. DEHB'li öğrencilerde bu basamakların birinde ve/veya birden fazlasında sorun olması durumunda problemin çözümüne gidememektedirler.

DEHB'li öğrencinin okulda başarılı olabilmesi için öğrenmenin yapı taşlarındaki becerileri kazanmış olması gerekmektedir. Bununla birlikte etkinlik süresince yerinde oturması, dikkatini toplaması ve bir işi sürdürmeye dönük motivasyonunun olması gerekmektedir. Öğretmenin DEHB olan çocuklarla sınıf içinde ilgilenmesi, ilişki kurması, çalışma planı yaparak hedefi birlikte saptaması öğrenmede etkili olmaktadır.

Piramit modelinin daha anlaşılır olabilmesi için aşağıda yer alan örnekler bize yardımcı olacaktır.



Ali, ilköğretim okulunun ikinci sınıfında okuyan ve ailesinden her anlamda oldukça çok destek alan bir çocuktur. Bu nedenle Ali temel yapıtaş bölümünde yer alan duygu, kendine güven ve çevre desteği açısından oldukça güçlü olmasına rağmen dikkat ve dürtü kontrolünde sorun yaşamaktadır. Bu durum ise onun tekrara dayalı etkinliklerde dikkatini toplayamamasına ve bu etkinliklerden çabuk sıkılmasına neden olmaktadır.

Özellikle öğretmeni bir metni okumasını istediğinde Ali'nin gözleri etrafındaki diğer uyarıcılar ile metinde yer alan kelimelerde dahil olmak üzere her yerde gezinmektedir. Bu durum Ali'nin ödevlerini yarım bırakmasına yol açmaktadır. Ali'nin temel yapıtaşının dört bölümünden birinde yaşadığı sorun onun okulda başarısız olmasına yol açmaktadır. Bu durum Ali'ye ev ve okul arasında iş birliği sonucunda dikkat ve dürtü kontrolüne dönük bir program hazırlanmasını zorunlu hale getirmektedir.



Ayşe, ilköğretim okulunun sekizinci sınıfında okuyan bir öğrencidir. Matematikle ilgili işlemleri çok hızlı yapabilmekte ancak sınıf içerisinde tahtada yazılı metni okumada ya da defterine yazmada güçlük yaşamaktadır. Bununla birlikte şekil ve grafikte düşünme becerisinde de mükemmel bir performans gösterirken görsel işleme boyutunda ve özellikle kelimeleri ayırt etmede güçlük yaşamaktadır. Aynı zamanda da sözel ifade becerisi çok iyi olmasına rağmen yazmayla ilgili yaşadığı güçlükler onun tam öğrenmesini engellemektedir.

Ayşe piramitte işleme yapıtaşında yer alan şekillerle düşünme becerisi oldukça iyi olmasına rağmen görsel işleme boyutunda kelimeleri ayırt etme becerisinde sorun yaşamaktadır. Bu nedenle eğitimcilerin ve ailelerinin öğrencinin güçlü ve zayıf yönlerini çok iyi belirleyerek bir program dahilinde destek vermesi gerekmektedir. Sonuç olarak öğrenmenin yapıtaşları modeli çerçevesinde yapılacak uygulamalarla öğrenciyi anlama ve değerlendirme daha kolay olabilecek ve eğitim stratejilerinin etkili kullanımı sonucunda öğrencinin okulda yaşadığı güçlüklerle başa çıkması ve başarıyı yakalaması mümkün olabilecektir.



Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Öğrencilere Yönelik Eğitimsel ve Öğretimsel Uyarlamalar Nelerdir ?



Öğrenim süresinin büyük bir bölümünün geçirildiği sınıf, eğitim-öğretim etkinliklerinin ve sınıf öğretmeninin öğrencileriyle yüz yüze iletişimi gerçekleştirildiği yerdir. Eğitimin asıl hedefi olan istenilen davranışlarda burada kazandırılır. Öğretim etkinliklerinin gerçekleştiği sınıfın içinde öğretmen, öğrenci, program ve materyaller yer almaktadır. Bu yüzden eğitimin kalitesi sınıf yönetiminin kalitesine bağlıdır. DEHB olan çocukların eğitiminde, istenilen hedeflere ulaşılması için sınıfın fizikî yapısının düzenlenmesi, sınıf içi kuralların oluşturulması, davranış değiştirme tekniklerinin etkin olarak kullanılması, sosyal beceri ve dikkat toplama eğitiminin yapılması gerekmektedir.



Sınıf Ortamının Düzenlenmesi

Sınıf ortamında belirlenmiş hedef davranışların gerçekleştirilmesi için; öğrenci sayısı, ışık, hava, ses, gürültü, görünüm...vb. sınıfın fizikî özellikleri dikkate alınarak, öğrenci-öğretmen ve öğrenci-öğrenci arasında çok yönlü iletişim sağlayacak biçimde düzenlenmesi gerekir.

Öğrenci Sayısı : Sınıfta eğitim öğretim etkinliklerinin etkili bir şekilde yürütülebilmesi için öğrenci sayısının 30'u aşmaması gerekmektedir. Ancak ideal öğrenci sayısı, sınıf düzeyine, dersin konusuna, kullanılan öğretim yöntemlerine, öğretmenin bilgi, beceri ve yeteneklerine göre değişmektedir.

Yerleşim Düzeni : Başarılı bir yerleşim düzeni, sınıf içi etkileşimi ve öğretimi olumlu yönde etkiler. DEHB olan çocuklar sınıf içindeki yerleşim düzeninde öğretmene yakın, ön sırada, pencere ve kapıdan uzak olacak biçimde oturtulmalıdır. Ayrıca öğrencinin etrafına sakin, dikkatli, sınıf kurallarına uyan, iş birliğine açık öğrencilerin oturması sağlanmalıdır. Bununla birlikte bu çocukların sınıf içinde izin alarak kontrollü hareket etmelerini sağlamak amacıyla ikinci bir sıra öğretmenin hemen yanında ya da kapıya yakın bir yerde oluşturulmalıdır.

Isı, Işık, Renk: Isı, öğrencilerin derse yönelik konsantrasyonunda etkiliyken, ışık, insan psikolojisi üzerinde etkili olan önemli bir fiziksel değişkendir. Sınıfta iyi renk uyumunun sağlanması da göz estetiği ve zihinsel etkinlik açısından uyarıcı etkiler yaratabilmektedir.

Gürültü: Öğretmen-öğrenci etkileşimini olumsuz yönde etkileyen bir değişken olan gürültü, derse yönelik ilgi ve dikkat kaybı gibi nedenlere bağlı olarak ortaya çıkar. Etkili öğretim ortamının sağlanması için öğretmen, öğrencilerinin sessizliği tanınması için etkinlikler düzenlemelidir.

Görünüm: Sınıfta öğretim sırasında kullanılan ders araçlarının eğitim amacına uygun olarak yerleştirilmesi gereklidir. DEHB olan öğrencinin oturduğu yer dikkatini dağıtıcı materyallerden uzak olmalıdır. Sınıf içinde öğretim amacına uygun olmayan ve dikkati dağıtıcı öğretim materyaller kaldırılmalı ya da oturma düzeninde öğrencilerin arka kısmına gelecek şekilde düzenlenmelidir. Dikkat eksikliği olan çocuklar için sınıftaki sıralar ve diğer malzemeler değişik şekilde düzenlenerek farklı öğrenme ortamları oluşturulabilir. Sınıf içinde bireysel çalışma, küçük kümeyle çalışma, bağımsız çalışma ve bireysel ödüllendirme için köşeler düzenlenebilir.



Bireysel Çalışma ve Değerlendirme Köşesi

Belli bir disiplin alanında destek eğitime ihtiyacı olan DEHB'li öğrenci için sınıf içinde bireysel çalışma ve değerlendirme köşesi oluşturulabilir. Örneğin masa, iki dolap arasına ve duvara doğru yerleştirilerek, bireysel çalışma alanı oluşturulduğunda, dikkat dağıtıcılardan arındırılmış ortam hazırlanmış olur. Bu yer çocukların sınıf içinde hareket ihtiyaçlarını karşılamak için çocuğa özel iki farklı oturma yeri olarak da kullanılabilir.



Öğrenme Köşeleri

Öğrenme köşesi, DEHB olan öğrencinin düzeyine göre ödevlerin verildiği ve öğrenilen becerilerle ilgili küçük grupların uygulamalarını yaptığı köşedir. Bu köşede ödevler, eğitsel oyunlar, test çözme ya da dikkat toplama etkinlikleri yapılabilir. DEHB olan öğrencinin, öğrenme köşesinde geçireceği süre sınıf öğretmeni tarafından planlanmalıdır.



Küçük Grupla Öğretim Köşesi

Tüm sınıflarda ve disiplin alanlarında küçük grupla öğretim gereklidir. Bu öğretim, öğretmene öğrencileriyle yakından çalışma fırsatı verir. Sınıfta belirli bir alan, küçük grupla çalışma alanı olarak ayrılmalıdır.



İlköğretim okulunun ilk beş sınıfında, küçük grupla çalışma köşesi belli öğretim becerisi üzerinde kısa süre çalışma için oluşturulur. Bu durumda ikiyle beş arasında değişen öğrenci kümeleri beceri kazanma masası olarak adlandırılan bu köşeye gelir. Öğretmen bu köşede belli bir öğretim becerisini kısa sürede kazandırır ve diğer kümeyi alır.



Güdüleme Köşesi

Sınıfta çocukların sergiledikleri istendik davranışların devamı için ödül köşesi oluşturulmalıdır. Ödüllendirme alanlarında öğrencilerin resim ve isimlerinden oluşturulan ödül panosu, çalışmalarını sergileyebilecekleri ya da ilgi köşeleri olabilir






Öğretimi Başlatma ve Sürdürme












Bireyler, ortamda yer alan ipuçlarına dikkat ederek tepkide bulunur. Örneğin, otomobilini güvenli kullanan kişi ileride dikkat işaretini gördüğünde, otomobilini otomatik olarak yavaşlatır. Kişi dikkat işaretine belli şekilde tepkide bulunmayı öğrendiği zaman, daha sonra karşılaştığı dikkat işareti aynı şekilde tepkide bulunmasına zemin hazırlayarak “ayırt edici uyarıcı” işlevi görür.





Öğretmen derse başlamadan önce, öğrencilerin derse dikkatini yoğunlaştırmak için, görsel ipucu işlevi gören (ayakta sessizce durma veya parmağını şaklatma ya da sınıfın simgesi olan bir kartı tahtaya asma gibi) hatırlatıcıları ders yılı başında belirlemelidir. Daha sonra öğrencilere, bu ipuçlarının derse dikkat etmeleri için belirlendiği anlatılmalı ve öğretilmelidir. Sınıftaki öğrencilerden bir kaçına ne yapılacağı tekrarlatılmalı ipucuna uygun davranışlar ödüllendirilmelidir.

Sınıf ortamında, öğrenme etkinliklerinin başladığını hatırlatan işaret ve ipuçları oluşturulduğunda, öğretim süresinin etkililiği artmaktadır. DEHB’li çocuklar çevrelerinden gelen ayırt edici uyarıcı işlevine yönelik ipuçlarını çözümlenmekte sorun yaşadıklarından dolayı;

-  Öğretmede, öğrenmenin duygusal boyutu (katılım, ait olma, eğlence) etkin olarak kullanılmalı,
-  Günlük ders planına, öğrencinin dikkatinin nasıl çekileceği dahil edilmeli,
-  Öğretimde, daha fazla görsel ipuçları ve hatırlatıcılardan oluşan öğrenme-öğretme stratejileri benimsenmelidir.

Bununla birlikte;

-  Sınıf içine dersle ilgili hatırlatıcı bilgiler veya talimatlar görülebilecek bir yere asılmalı,
-  Ders işlemeye başlamadan önce hatırlatıcı bilgilerin kontrol edilmeli,
-  Ders tamamlandıktan sonra öğrenciye kısa sözlü sınav yapılmalı,
-  Önemli bilgilere dikkati çekmek için renkli kalem kullanılmalı,
-  Her derste bir hayal kurma etkinliğinin yapılmalı,
-  Öğrenciyle ders esnasında kullanılacak özel işaretlerin oluşturulmalı,
-  Öğrenciye, derslere ilişkin yol gösterici günlük notların verilmeli.
-  Görsel hatırlatıcılar olarak sınıfta bilgi verici film, resimli kartlar, posterler ve grafik düzenleyicilerin kullanılmalı,
-  Öğrenciye, sınıfta sınav öncesi; işlenmiş konuların özetinin yapılmalı, öncelikli konuların belirlenmeli ve sınava hazırlanma becerileri öğretilmeli,

-  Sınıfta bütün öğrencilerin derse aktif katılımını sağlayıcı grup tepkisi ve çoklu duyuya dayalı öğrenme yaşantıları sağlanmalı,
-  Uyanıklık ve dikkatin artması için öğrenciye her ders planında fiziksel hareketler planlanmalı,
-  Konuların anlamlı olarak yapılandırılması ve önemli noktaların belirlenmeli,
-  Derste yapılan sununun ana noktalarının bir kopyasının öğrenciye verilmelidir.



Sınıf İçi Kuralların Oluşturulması

Günlük yaşamın her alanında kuralların olduğunu görmekteyiz. DEHB olan çocukların özellikle kurallara uyma ve kuralların kazanımında güçlükleri vardır. Bu öğrenciler, akranlarından daha fazla kurallara ihtiyaç duymaktadırlar. Kurallar önceden oluşturulur ve gerekli durumlarda öğrencilere hatırlatılırsa, DEHB olan çocuklar sınıf içi disiplin sorunları ile karşı karşıya kalmazlar. Sınıfta çocukların davranış yönetimi için, sınıf içi kuralların belirlenmesi gerekir. DEHB'li öğrenciler akranlarından farklı olarak çevreden gelen ayırt edici uyaran işlevi gören ipuçlarını algılamada sorun yaşadıkları bilinmektedir. Bu nedenle bu çocuklara kuralların görsel uyanlarla hatırlatılması daha işlevsel olmaktadır. Öğretmenin, sınıf içinde öğrencilerinin suçluluk duymaması, kızgınlık ve düşmanlık duygularının gelişmemesi için uzun ve sık öğütler vermekten kaçınarak sınıf içi kuralları oluşturulması gerekmektedir.

Sık sık hatırlatılan kurallar öğretmen için yorucu olurken aynı zamanda da çocuğun öz denetim gelişimini engellemektedir. Öğretmenin çocuğa “kuralları biliyorsun böyle yapmamalıydın.” şeklindeki ifadesi, dikkati dağınık olan çocuğun zihninde karışığa yol açmaktadır.

Öğretmen, sınıf kurallarının belirlenme sürecine, öğrencileri ne kadar katacağına karar vermelidir. Öğretmenlerin çoğu, kuralların oluşturulmasında öğrencilerin görüşlerinin alınmasının ne kadar önemli olduğunu farkında değildir. Bu nedenle de öğretmenler kuralların belirlenmesi sürecine öğrencileri pek katmazlar. Oysa öğrencilerin, kuralların oluşturulmasına katılmaları, onların bu kuralları benimsemelerine ve kurallarının sonuçlarına gönüllü olarak bağlı olmalarına olumlu bir etkide bulunmaktadır. Bu nedenle;



Sınıf kurallarının belirlenmesi sürecine öğrenciler de katılmalı,



Uygun davranışları belirleyip bu davranışları sınıf kurallarına dönüştürülmeli,



Olumlu davranışlar üzerinde odaklanılmalı,



Kural sayısını yaş grubunun ihtiyaçları ve seviyesine göre 3-8 arasında tutulmalı,



Kurallar basit, kısa ve olumlu şekilde belirtilmeli,



Kuralların gözlenebilir davranışları hedeflemesi sağlanmalı,



Uygulanabilecek kurallar belirlenmeli,



Farklı öğretim ortamları için farklı kurallar oluşturmalı (örnek: büyük ve küçük grup, laboratuvar çalışmaları, bağımsız çalışma için),



Öğrencinin kurallara uyması ve kuralları çiğnemesi durumunda oluşacak sonuçlar belirlenmeli,



Öğrencilere kurallar teker teker kazandırılmalı ve bir kural öğretilmeden diğerine geçilmemeli,



Sınıf kurallarına uyan, uygun davranışları gösteren öğrenciler ödüllendirilmelidir.



Kuralların Öğretilmesi ve İncelenmesi

Sınıf kurallarının belirlenmesinden sonra sanki ders konusuymuş gibi ilk derste, öğretmenin öğrencilere kuralları öğretmesi gerekir. Bunun için sayfa 61’de yer alan etkinlik sınıf içinde özellikle ilköğretimin ilk beş yılında uygulanabilir. Bu ve buna benzer etkinlikler sonucunda, öğrenciler kuralları anlar. Kuralların öğretilmesi sürecinde ise kuralların açıklanması, tartışma, dönüt, düzeltme ve tekrar öğretme yer almalıdır. Kuralların altında yatan mantığın, öğrencilerce anlaşılması ve öğrencilere her kural için ne tür beklentiler olduğunun sunulması çok önemlidir.



Sınıf Kurallarının Kazandırılması



İlk derste kurallar tartışılmalı,



Kuralların nedenleri tartışılmalı,



Her bir kuralla ilgili beklentiler belirlenmeli, örnek verilmeli
ve kuralların olumlu yönleri vurgulanmalı,



Kurallar, etkinliklerle ders konusuymuş gibi öğretilmeli
(sayfa 61).



Bir kural kazandırıldıktan sonra diğer kurala geçilmeli,



Kurallara uyulduğunda veya uyulmadığında olası sonuçlar öğrencilere anlatılmalı,



Farklı sınıf etkinliklerinde farklı kurallar olduğu öğrenciye açıklanmalı,



Kuralların resimlerinin bulunduğu ya da yazılı olduğu bir karton ya da çerçeveli tablonun sınıfta öğrencilerin tam karşısında olacak şekilde uygun bir yere asılmalı (bakınız sayfa 107),



Sınıf disiplinine ilişkin yapılan uygulamaların bir örneği de ana-babalara iletilmeli,



Sınıf kurallarına uyan çocuklar ödüllendirilmelidir.

Ödüllendirme, aşağıdaki şekillerde olabilir:



Öğrenci çalışmalarını tüm sınıfa göstermek,



Öğrencilerin ilerlemesini grafikte göstermek,



Ek puanlar vermek,



İstenilen etkinlikler için serbest zaman vermek,



İkramlar, partiler düzenlemek,



Eve övgü notları yollamak,



Ayrıcalıklar vermek (boş zaman gibi),



Panoya gülen yüz çizmek, çıkartmalar vermek vb.,



Güdüleyici ifadeler kullanmak (“Ali’nin her seferinde parmak kaldırmasını ve söz verilene kadar beklemesini çok beğeniyorum. Teşekkür ederim, Ali” gibi)

Derste izin alınca konuşmalısın!
Konuşmadan önce parmağını kaldırarak izin istemelisin!

Adı Soyadı: _____

Tarih: _____

Sınıf içerisinde izin aldıktan sonra konuşman çok önemlidir. Bunu hatırlamada güçlük yaşıyorsan bu çalışma kâğıdında yer alan uygulama hatırlamanı kolaylaştıracaktır.

Aşağıdaki resimde saklanmış olan kemikleri bul ve her birini boyamadan önce sınıf içerisinde konuşmadan önce izin istemek için **PARMAĞINI KALDIRMAN** gerektiğini hatırla!






Dikkat Eksikliği Olan Çocuklarda Okumaya İlişkin Sorunlarla Başetme Yöntemleri Nelerdir?




DEHB'li bireylerin, planlama ve organize olma sorunları ve bir işle uğraşırken dikkatlerini sürdürmedeki güçlükleri nedeniyle okuduğunu hatırlama ve okuduğu metni anlama konusunda sorun yaşamaktadırlar. Ayrıca işleyen bellek sorunları nedeniyle okunan metni tekrar hatırlamada güçlükleri metnin anlaşılmasını da engellemekte ve öğrenciler özet yapmada, sözel anlatımda ve metne ilişkin soruların cevaplamada sorun yaşamaktadırlar. Bu durum tam öğrenmenin gerçekleşmesini engellemektedir.


Bu öğrencilerde karşılaşılan okuma güçlüklerinin genel özellikleri aşağıda yer almaktadır.

 Bağımsız kitap okuma sınırlılığı,


 Okunan metnin içinde anlaşılmayan bölümleri anlamaya ve kendini değerlendirmeye ilişkin bilişsel becerilerden yoksun olma,


 Okuduğu metni anlamaya ilişkin içsel dil, sorgulama ve yargılamanın olmaması,


Örneğin;


 Metnin ana fikri nedir ?


 Yazar üçüncü paragrafta ne anlatmaya çalışıyor ?


 Bu metin bana neleri çağrıştırdı ?


 Bir sonraki bölümde neler olabilir ?

 Okurken dikkatsizliğe bağlı olarak kelimeleri atlama, okuduğu yeri kaybetme, önemli mesajları kaçırma nedeniyle okunan metnin anlaşılabilmesi,

 Sessiz okumada güçlük çekme, (DEHB'li çocukların okuma biçimlerine dikkat ettiğinizde okuduğu metni anlamaya ve dikkatini sürdürmeye yönelik olarak alçak sesle ya da dudaklarını kıpırdatarak okudukları görülmektedir)

 Okunan metni anlamaya ilişkin şema ya da yapı oluşturmada güçlük çekme,

 Ders esnasında sesli okuma sırasında okunulan metne ya da hikayeye sınıfla birlikte dikkatini vermede güçlük çekme,

 Sesli okuması yapılan yazılı metni takip etmede zorlanmadır.



Okuma Güçlüklerinin Giderilmesine Dönük Sınıf İçi Etkinlikler Nelerdir ?

DEHB'li öğrencilerin okuma güçlüklerinin giderilmesine dönük olarak öğretmene büyük görevler düşmektedir. Bu nedenle Türkçe derslerinde öncelikli olmak üzere derste işlenen okuma metninin ilk olarak sınıf öğretmeni tarafından akıcı ve anlamlı biçimde okunması ve daha sonra öğrencilere okutulması kuralının mutlaka oluşturulması gerekmektedir.

DEHB'li öğrencilere okuma akıcılığı kazandırılması için;



Sonu aynı heceyle biten sözcükler bulmalarının sağlanması, örneğin arka-daş, paydaş, sırdaş vb.



Sınıf içinde tepegözle asetatin yansıtılması yoluyla koro şeklinde sesli okuma yapılması (istedikleri grupla, kızlar, erkekler, sağ-orta-sol sıra vb).



Sınıf öğretmenin bir parçayı okurken bazı kelimeleri atlayarak öğrencilerin takip etmelerinin sağlanması aynı etkinlik öğrenciler akranlarıyla eşleştirilerek de yaptırılabilir.

DEHB'li öğrencilere okuma akıcılığının kazandırılması için oldukça sık sesli okuma yapmaları sağlanmalıdır. Ancak sesli okuma etkinliğinden sıkılmamaları için farklı kişilere, büyük ve küçük gruplar ile teybe kayıt yaptırılarak değişiklik yaratılmalıdır.

Çocuğun yaş ve gelişim düzeyine uygun okuma metni belirlenerek üç heceli kelimeleri ya da somut ve soyut kavramları işaretlemesi istenebilir. Böylece okuma, amaca dönük olarak daha işlevsel hale gelebilir. Bu çocukların okuma ve anlamalarına katkı sağlamaya yönelik sınıf içi etkinlikler hazırlanmıştır.

Etkinlik-1 Kavram Öğretimi (4. sınıftan itibaren)



Soyut ve Somut Kavram Öğretimi

Öğrencilere somut ve soyut kavramları anlamı açıklanır ve tahtada örneklerle birlikte tanımları yapılır. İçerisinde toplam 10 somut ve soyut kavramın yer aldığı bir okuma metni belirlenir. Bu metinden sizin belirlediğiniz 10 sözcüğün parça içerisinden çocuğun bularak işaretlemesi istenir.

Bu sözcükler aşağıda yer aldığı biçimde verilerek soyut ve somut olanların işaretlenmesi istenir.

1- gökkuşağı	(somut/soyut)	6-	(somut/soyut)
2 - vazo	(somut/soyut)	7-	(somut/soyut)
3 - tavır	(somut/soyut)	8-	(somut/soyut)
4-	(somut/soyut)	9-	(somut/soyut)
5-	(somut/soyut)	10-	(somut/soyut)

Daha sonra bu sözcüklerle 10 cümle oluşturması istenir. Ayrıca verdiğiniz 10 sözcükle okuma parçasından farklı bir paragraf yazmasını da isteyebilirsiniz. Bununla birlikte öğrencilerinizden kendilerini hiç tanımayan kişilere tanıtmaya dönük olarak içerisinde somut ve soyut kavramların yer aldığı bir paragraf yazmalarını da isteyebilirsiniz.

Etkinlik-2 Hikaye Oluşturma (3. sınıftan itibaren)

DEHB’li çocuklar yazılı ve sözlü anlatımda sorun yaşamaktadırlar. Bununla birlikte DEHB olan çocuklara bir konu başlığı verildiğinde hikâye oluşturmakta oldukça zorlandıkları görülmektedir. Sizin belirlediğiniz sözcüklerden oluşan bir hikâyeyi yazmaları çok daha kolay olmaktadır. Bu nedenle çocukların bu konuda eksikliklerinin giderilmesi amacıyla aşağıda yer alan “Hikaye Başlatıcı” isimli yapılandırılmış kelimeleri içeren etkinlik örneği özellikle yazılı anlatımda yaşadıkları güçlüklerle baş etmelerine yardımcı olacaktır.



Hikâye Başlatıcı.....

azarladı, yelkenli, atladı, avladı, çağırdı, fırlattı, arazi sahibi, diledi, kiraladı, sordu.

- Yukarıda yer alan kelimelerin **tümünü** bir paragraf içerisinde kullanın.
- Verilmiş her kelimeyi hikaye içerisinde kullandıktan sonra altını çiziniz.
- Hikayeyi yazarken noktalama işaretlerine, hece bölmelerine, büyük-küçük harf kullanımına ve cümleler arasındaki bağlantılara dikkat edin.

Hikâye:

Etkinlik-3 Bağımsız Okuma Becerilerini Arttırma (3. sınıftan itibaren)

Öğrencilerinizin sessiz okuma zamanında okuyacağı bir kitabı belirleyerek okumalarını isteyiniz. Daha sonra bu kitapla ilgili aşağıda yer alan soruları cevaplamalarını isteyiniz. Öğrencilerin bağımsız okumasını arttırmaya dönük olarak bir dönem içerisinde en az 10 kitap raporu getirmeleri gerektiği ve bunun zamanını onların belirlemesini ve her raporun numarasını aşağıdaki yazılı metinden işaretlemeleri gerektiğini belirtiniz



KİTAP RAPORU (1-2-3-4-5-6-7-8-9-10)

Adı Soyadı:

Tarih:

Kitabın Adı:

Yazarı:

Kitaptaki olayın Geçtiği Zaman ve Yer:

Olayın kahramanı:

Olayın kahramanının temel özellikleri:

Diğer önemli karakterler:

Önemli olayları sırasıyla yaz.

1)

2)

3)

Sizce en önemli sorun nedir?

Sorun nasıl çözüldü?

Kitabın en ilgi çekici kısım nedir?

Bu kitabı arkadaşlarınıza da tavsiye eder misiniz?

Etkinlik-4 Cümlelerin Yapısını Kavrayabilme (4. sınıftan itibaren)

Öğrencilerinize aşağıda yazılı örnekte olduğu gibi içinde özne, yüklem, sıfat ve zamirin yer aldığı cümle örnekleri hazırlayarak cümlelerin yapısını işlevsel biçimde analiz yaparak öğrenmelerini sağlayabilirsiniz.

Adı soyadı:-----

Tarih:-----

RENKLİ CÜMLE ANALİZİ



Özne=sarı

Yüklem=yeşil

Sıfat=mavi

Zamir=kırmızı

Aşağıda yer alan cümleleri yukarıda belirtildiği şekilde cümlelerin öğelerine uygun renkte altını çizerek ayırınız.












- 1) Ali kırmızı topu attı.
- 2) Pazar günü, çocuklar pikniğe gidiyordu.
- 3) Caddedeki insanlar yağmurdan kaçmak için hızlı hızlı ilerliyorlardı.
- 4) -----
- 5) -----
- 6) -----
- 7) -----
- 8) -----
- 9) -----
- 10) -----



Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocukların Eğitiminde Öğretmenin Uygulaması Gerekten Stratejiler Nelerdir?



Çalışma ve Ödevler

-  Ödevlerin ve etkinliklerin önem derecesine göre sıraya konulması,
-  Ödevlerde nicelik yerine kalite aranması
-  Her bir ödevi tamamlamak için gerekli olan basamakların listelenmesi,
-  Ödevin teslim tarihlerinin belirlenmesi,
-  Ödevlerin tamamlanmasında alternatif metotlara izin verilmesi (sözel sunu, kasete çekilmiş rapor, görsel sunu, grafik, haritalar ve resimler....vb.)
-  Öğrencinin hoşlandığı bir akranını çalışma veya ödev yapımında yardımcı olarak belirlenmesi,
-  Öğrencinin bir ödevi yaparken kendi hızına göre değerlendirilmesi,
-  Öğrenciye çalışmada veya ödevde konunun ana fikrini bulma, kavram haritalama, taslak çıkarma, gözden geçirme, özetleme stratejilerinin öğretilmesi,
-  Öğrenciye daha az soru veya problem düzenlenmesi,
-  Ödevlerin bölümlere ayrılması,
-  Öğrenciye her çalışma esnasında aklında tutabileceği miktarda bilgi verilmesi,



Ödev yaparken öğrencilerin bilgisayar kullanmasına izin verilmesi



Öğrencinin hazırladığı ödevle ilgili beklentilerin azaltılması,



Öğrencinin bir ödev defteri kullanmasının sağlanması, bütün ödevlerin sorumlulukların ve sınav günlerinin bu deftere yazılmasının sağlanması. Bu defterin günlük olarak anne baba ve öğretmen tarafından kontrol edilmesi,



Öğrenciye işlenen konulara ilişkin proje ödevinin verilmesi,



Sınama Durumları

Öğrenme öğretme süreci sonunda; DEHB olan öğrencilerin belirlenmiş hedef davranışların gerçekleşip gerçekleşmediği, gerçekleşiyse derecesi, gerçekleşmediyse nedenleri ve eğitim programının yeniden düzenlenmesi, geliştirilmesi ve uygulama stratejilerini belirlemek için değerlendirme yapılır.

Öğrenme-öğretme süreci sonunda DEHB olan öğrencilerin hedefe ulaşma derecesini belirlemek için not ve sınav sistemlerinin aşağıdaki şekilde düzenlenmesi gerekir.



Sınav sistemi öğrencinin bilişsel, duyuşsal ve devinişsel alanlarının özelliklerine göre düzenlenmelidir.



Hedef davranışların hangi sınav veya not verme sistemi ile (yazılı, sözlü, doğru/yanlış, doldurmalı, kısa cevaplı, çoktan seçmeli, ev ödevleri, özel projeler) değerlendirileceğine önceden karar verilmelidir.










Öğrencinin sınavda dikkatinin dağılmaması için testin kısaltılmış bir formu (daha az soru) kullanılmalıdır.






Yazı yazma problemi olan veya testte başarısız olan öğrenciler sözlü sınavla değerlendirilmelidir.
















Öğrenciye sınavlarda ek zaman verilmelidir.







-  Sınav ortamı DEHB olan öğrencilerin özelliklerine göre düzenlenmelidir.
-  Sınavda ölçme aracının geçerliliği ve güvenilirliğinin düşmemesi için sınav sırasında öğretmen tarafından öğrenciye dönüt, düzeltme, pekiştirme ve ipucu verilmemelidir.
-  Sınav soruları değişik düzeylerde ve çok sayıda sorudan oluşuyorsa kolay sorular başa, zor soruların arasına ve sona yerleştirilmelidir.
-  Sınav ortamında öğretmen, öğrencinin DEHB özelliğinden kaynaklanan göstermiş olduğu davranışlarına kızmamalı, onu küçük düşürücü, güdülenmişliğini olumsuz yönde etkileyici, isteğini kırııcı, şaşırtıcı, korkutucu... vb. istenmedik davranış örüntülerinden kaçınmalıdır.
-  Bilgiyi işleme hızı ve bilginin hatırlanmasında problem yaşayan DEHB olan öğrenciler çoktan seçmeli veya doğru/yanlış cevaplarla değerlendirilmelidir.
-  Bilginin hatırlanmasında problem yaşayan DEHB olan öğrenci doğru cevabın seçildiği bir kelime listesi veya cevapların eşleştirilmesini gerektiren iki sütunu içeren kelime bankası kullanılarak değerlendirilmelidir.
-  Sözel ifadesinde ve düşüncesini ifade etmede zorluk çeken DEHB olan öğrenciler açık uçlu sorular değerlendirilmeden kaçınılmalıdır. Öğrenciden bu tür soruların cevaplanması isteniyorsa anahtar kelime veya konulardan oluşan bir kelime bankası oluşturulmalıdır.

Ayrıca bu çocukların yaşadıkları öğrenme güçlüklerin üstesinden gelinebilmesi için aşağıdaki stratejiler;

-  Pozitif öğrenme ortamının oluşturulması,
-  Doğru motive edilmesi,
-  Olumlu benlik algısının geliştirilmesi,
çok önemlidir.

Bununla birlikte eğitim-öğretim sırasında;

-  Sınıfta nefes alma ve gevşeme alıştırmalarının yapılması,
-  Öğrencilerin bireysel ve grup çalışmalarına yönlendirilmesi,
-  Çalışmalar sırasında kısa aralar verilmesi,
-  Sınıftaki uyaranların azaltılması,
-  Dersin yapılandırılması, derste hangi konuların işleneceğinin öğrencilere açıklanması,
-  Sınıf içi etkinliklerin öğretmen tarafından organize edilmesi,
-  Öğretimsel hedefleri gerçekleştirebilecek sınıf düzenlemesinin yapılması,
-  Sınıf kurallarının önceden oluşturulması,
-  Çocuğa uygun öğrenme yönteminin belirlenmesi,
-  Çocuğa uygun öğrenme ortamının oluşturulması,
-  Çocuğun kendi öğrenme motivasyonunun sağlanması,
-  Çocuğun kendi kendine karar verme becerisinin geliştirilmesi
-  Uygun bir güdüleme ve davranışsal sonuçlar sisteminin geliştirilmesi,

-  Akran desteğinin olması,
-  Fiziksel yakınlık, göz kontağı kurulması ve teşvik edilmesi,
-  Öğretmenin soru-cevap şeklinde, öğrencilerle sürekli iletişim hâlinde olması,
-  Olumlu davranışların ödüllendirilmesi, olumsuz davranışların ise görmezden gelinmesi,
-  Öğrencilerin kendi davranışlarını gözleyebilmesi için “kendini gözleme tekniğinin (dikkat ediyor muyum?)” kullanılması,
-  Her öğrencinin performansını dersin sonunda özetleyerek güçlü ve zayıf yanlarına vurgu yapılması gerekmektedir.



BÖLÜM III

DİKKAT VE DİKKAT TOPLAMA

Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocukların, okul ortamındaki öğrenme sürecinde başarısızlık yaşamalarına neden olan etmenler ikinci bölümde “öğrenmenin yapıtaşları” olarak adlandırılan öğrenme piramidi modeliyle açıklanmıştır.

DEHB’li çocuklarda tam öğrenmenin gerçekleşebilmesi için dikkat/dürtü kontrolünü kazanmış olması, duygu ve davranışlarının uyumlu olması, kendine güvenini kazanmış olması ve öğrenme ortamının onun özelliklerine göre düzenlenmiş olması gerekmektedir. Tam öğrenme için özellikle dikkat toplama becerisinin kazanılmış olması gerekmektedir. Bu çocukların, dikkat kontrolünü kazanmaya dönük becerilere sahip olması öğrenmenin gerçekleşebilmesinde etkili olan stratejileri de kazanmalarına yol açmaktadır.

Bu bölümde dikkat ve dikkat toplama, dikkatin yaşa ve cinsiyete göre değişimi, dikkat toplamanın gelişimi, dikkatin yaşa göre değişimi, dikkat toplama sorunu ve nedenleri, dikkat toplamayı etkileyen faktörler, okulda dikkat toplama konularına yer verilmiştir.













Dikkat ve Dikkat Toplama Nedir ?





Dikkat; en genel anlamda zihinsel etkinliğin bir durum üzerinde yoğunlaşması ve odaklanmasıdır. Dikkat sürecini etkileyen bir dizi psikolojik, çevresel ve sosyal değişkenler söz konusudur.

Bu değişkenler;

-  Zeka düzeyi,
-  Motivasyon,
-  İlgi,
-  Algı ve belleğin işleyişi,
-  Başarısızlığa ilişkin kaygı,
-  Fiziksel uyaranlar (beslenme, uyku, yorgunluk, ısı, ışık vb.),
-  Ana baba tutumları,
-  Öğrenme ortamıdır.

Erken çocukluk döneminden başlayarak tüm yaşam boyunca dikkat;

-  Dış dünyanın algılanmasında,
-  Çevreye uyum sağlamak için gerekli davranışların öğrenilmesinde,



Bilgilerin hatırlanmasında,



Problem çözmeye,



Sosyal etkileşimde,



Zihinsel faaliyetlerin gerçekleştirilmesinde büyük öneme sahiptir.

Öğrenci merkezli okul sistemlerinde, öğrenciyi başarısızlığa götürecek tüm faktörler belirlenerek henüz ortaya çıkıp öğrenciyi olumsuz şekilde etkilemeden gerekli önlemlerin alınması ve sorunun ortaya çıkma olasılığının en aza indirgenmesi amaçlanır. Böylece, bu sorunların öğrenciye vereceği olası zararlarda önlenmiş olur. Bu açıdan, öğrenci başarısını ve dolaylı olarak da kişilik gelişimini etkileyen bir faktör olarak dikkat konusunun önemi ön plana çıkmaktadır.

Öğretmenlerin, okul ortamında çocukların dikkat toplama problemi ile ilgili şikayetleri çok yaygındır. Bununla birlikte dikkat toplamanın, davranışların düzenlenmesindeki ve organizasyonundaki önemi ve yetersizliğinin çocuklukta sıklıkla karşılaşılan bir problem olması nedeniyle doktorlar, psikologlar ve pedagoglar uzun zamandır bu konu ile yoğun bir şekilde ilgilenmektedirler.

Bu sorun, küçük yaşlarda ev içi etkileşimlerde, okul çağında ise öğretimsel etkinlikler sırasında sıklıkla gözlenmektedir. Özellikle anneler çocuklarının söylenenleri dinlemediği, dikkatini toplayamadığı, çabuk sıkıldığı gibi konularda şikayetlerde bulunmaktadırlar. Okulda ise, öğretmenler, sınıf içi etkinliklerde akranlarına yetişemeyen çocuklar için benzer şikayetlerde bulunmaktadırlar. Bu sorun kimi zaman televizyon seyretmeyle, kimi zaman da çocuğun zekâ düzeyiyle ilişkilendirilmektedir. Bu gibi durumlarda sıklıkla eklenen bir ifade ise çocuğun istediği şeylere dikkatini rahatlıkla yöneltebildiğidir.

Dikkat toplama ile ilgili problemler sıklıkla ilköğretim döneminde fark edilir. Bu dönemde çocuğun bir konu üzerinde dikkatini toplaması, belirli bir süre yerinde oturması ve dersi dinlemesi beklenir. Çocuğun, bu beklentileri gerçekleştirememesi durumunda başarısızlık yaşaması kaçınılmazdır.



Dikkat Toplama Sorununun Yaş ve Cinsiyete Göre Görülme Sıklığı Nedir?

Çocuklarda dikkat toplama sorununun görülme sıklığı üzerinde yapılan araştırmalardan çok çeşitli sonuçlar elde edilmiştir. Bu doğrultuda elde edilen sonuçlara bakıldığında dikkat toplama sorununun görülüş sıklığı, okul çağı çocuklarında %1 ile %20 arasında bir oran sergilemektedir. Bu durum pratikte her sınıfta dikkat toplama sorunu olan pek çok öğrencinin var olduğu şeklinde ifade edilebilir.

Okul çağı çocukları arasında dikkat toplama sorunu oranının %12-13 olduğu bazı kaynaklarda ise %10 ile %45 arasında değiştiği ve 3-6 yaş arasındaki çocuklarda dikkat toplama bozukluğu oranının ise %10-15 olarak belirlendiği araştırmalar bulunmaktadır.

Cinsiyet açısından incelendiğinde, erkeklerde çok daha fazla görüldüğü ancak kız çocuklarının erkek çocuklar kadar davranış problemleri sergilememeleri nedeniyle daha geç fark edildiği belirlenmiştir. Bununla birlikte araştırmalarda ilköğretim okullarında erkek çocuklarının %30'unun, kızların ise %20'sinin dikkat problemi yaşadığını gösteren çalışmalar bulunmaktadır.



Dikkat Toplamanın Gelişimi Nasıldır?

Yeni doğan bebeklerde dikkatin, kesintisiz sese ya da yanıp sönen ışığa, hareket eden nesnelere ve kenar çizgilerine yöneldiğini, dört aylık bebeklerin çok renkli ve hareket eden nesnelere kısa sürelerle izledikleri, insan yüzü fotoğrafına uzun bir süre bakabildikleri bilinmektedir. Araştırmalar, bebeklerin dikkatlerini en çok insan yüzüne isteyerek yönlendirdiğini göstermektedir.

Yaşamın birinci yılına ulaşmadan önce bebekler, bazı uyaranlara yoğun bir şekilde yönelim davranışı gösterirler. Beşiğin dışında asılı olan bir oyuncuğa ulaşmaya çalışırlar. Bebeklerin en fazla, beklentilerinden biraz farklılık gösteren uyaranlara dikkat ettikleri yapılan araştırmalarla belirlenmiştir.

2 yaşındaki bir çocuğun dikkati, çevredeki merak ve heyecan uyandıran uyarılar tarafından kontrol edildiğini, 5-7 yaşları arasında ise dikkatin sistematik stratejilerinin oluşturulduğu belirlenmiştir. Küçük çocukların dikkati, daha çok çevrelerini keşfetmeye yöneliktir. Buna karşın, ilerleyen yaşla birlikte dikkat davranışları daha aktif, mantıklı, sistemli, planlı, devamlı ve amaca odaklanmış şekilde sergilenmektedir.

6-7 yaşları dikkatin gelişimindeki anlamlı dönüm noktasıdır. Bununla birlikte dikkat kapasitesindeki artış, 8-9 yaşlarında gerçekleşmektedir. Bununla birlikte, dikkat davranışlarındaki gelişmeler 6-12 yaş döneminde olmaktadır. Bu dönemde çocuklarda seçici dikkatte artan yaşla birlikte gelişmeler görüldüğünü, bu yaşlarda zihinsel gelişimin işlem öncesi dönemden somut işlemler sonra soyut işlemler dönemine ilerlediğini, dikkat sürecinde değişim ve devamlılık görülmektedir.



Çocuklar Dikkatlerini Hangi Yaşlarda Ne Kadar Süre İle Toplayabilirler?

Yapılan araştırmalara göre;



Bir yaşındaki bir çocuğun lastik bir halka ile 1 dakika yoğun bir şekilde oynayabildiği;



6 yaşındaki çocuklarının işaretleme ödevlerinde 10 dakika süreyle çalışabildikleri,



5-7 yaşlarında dikkatin devamlılığının 15 dakika olduğu,



7-10 yaşları arasında 20 dakika olduğu,



10-14 yaşları arasında ise 25-30 dakika dikkatin yoğunlaştığı bir çalışmanın yapabildikleri,



Çocukların değişik durumlarda ve farklı koşullarda değişik uzunluktaki sürelerde çalışabilecekleri belirlenmiştir.

Bununla birlikte ilköğretim dördüncü sınıftaki bir çocuk, ilk ders saatinde matematik ödevi üzerinde 30 dakika çalışabilir ve bir dinlenme arasından sonra başka bir ödev (bir metni temize çekme gibi) üzerinde 15 dakika gibi bir süre çalışabilmektedir.

Sonuç olarak, çocukların dikkat toplama sürelerinin yaşla bağlantılı olarak arttığı belirlenmiştir.



Dikkat Toplama Sorunu Nedir?

Dikkat toplayamama ya da dikkat toplama sorunu; “Öğrencilerin kapasitelerine uygun ve üzerinde belli bir süre çalışılması gereken bir ödev üzerinde gerektiği gibi çalışamaması” olarak tanımlanmaktadır. Dikkat toplama sorunu, özellikle DEHB olan çocukların dikkatsiz, dürtüsel, aşırı hareketli olmaları nedeniyle herhangi bir konu ile ilgilenmeleri istenildiğinde bir problem olarak ortaya çıkmaktadır.

Dikkat toplama sorunu olan çocukların genellikle dalgın, hareketli oldukları görülmektedir. Bu çocukların dikkatleri en ufak bir gürültüde bile dağılır. Sınıfta sürekli pencereden dışarıya bakarlar, yanındaki arkadaşına bir şeyler söylerler, oturduğu sırada sürekli ileri geri kayarlar, ilgilenmeleri gereken işler yerine başka şeylerle ilgilenirler. Bu çocukların çalışma isteklerini devam ettirebilmeleri ya da uzun süre oturup bir ev ödevini yapabilmeleri için sürekli yeni uyarıcılara ve güdülenmeye ihtiyaçları vardır.

Dikkat toplama sorunu yaşayan çocukların, genellikle bu problem nedeniyle okulda; matematik, okuma, yazma ve dil gelişiminde yaşadıkları belirgin sorunların yanı sıra, sosyal davranışlarında ve duygusal gelişimlerinde de pek çok sorunla karşılaştıkları görülmektedir.

Günlük yaşam içerisinde, okulda, ev içi etkileşimlerde çocuklar dikkat toplama ile ilgili problemler yaşayabilirler. Ancak, bu problemlerle dikkat toplama sorununu birbirinden ayırmak gerekir. Dikkat toplama sorununun uzun süreli olması ve beraberinde bir takım belirtilerle birlikte yaşanıyor olması dikkat toplama bozukluğu olarak ifade edilmektedir.

Dikkat toplama sorunu olan çocuklar ikiye ayrılırlar. Bunlar;

1.Tip: Bu çocuklar sürekli hareket halinde, dürtüsel ve acelecidirler, Çevreden gelen tüm uyarıcılara açıktırlar ve ilgileri kolayca dağılır. Uzun bir zaman süresince herhangi bir nesneyle ilgilenemezler, etrafta sürekli gürültü yaparlar. Çevrelerindeki insanlar sürekli olarak onlardan şikayet ederler. Bu çocuklar kendilerinden istenen çalışmalara yönelemezler ve bu nedenle bir çalışmada devamlılık sağlayamazlar.

2.Tip: Bu çocuklar çok sessizdirler, motivasyonları düşüktür, kendi kendilerine hayallere dalarlar, isteksizdirler ve ilgisizdirler. Bir iş üzerinde özensiz, gelişi güzel çalışırlar. Bu çocuklar 1. tip çocuklar gibi çevrelerine zarar vermezler.



Dikkat Toplama Problemlerinin Nedenleri Nelerdir?

Dikkat toplama problemleri ortaya çıkış nedenlerine göre üç gruba ayrılmaktadır.



Bedensel nedenler; Vejetatif düzensizlik, sinir sistemi ve beyinde meydana gelmiş olan bazı rahatsızlıklar, metabolizmanın düzensiz çalışması, organik gelişim bozukluklarıdır.



Eğitimsel nedenler; Katı eğitim tutumu, aile yaşantısı ile ilgili problemler, aşırı zorlama, erken çocukluk dönemindeki eğitim hataları, öğretmenin olumsuz tutumu, okul ve öğretim yönteminin değişmesi, büyük sınıflar, çok erken ya da geç okula gitme, öğrencilere yönelik bireysel rehberlik hizmetlerinin yetersiz olması, başarı konusunda baskı yapılması, ders işleniş biçiminin konuşulmaması gibi nedenlerdir.













Çevresel nedenler; Yoğun uyaran akışı (görsel ve yazılı basın, kent yaşamı, aşırı oyuncak bolluğu gibi), psikolojik sarsılmalar, anne babanın boşanması, heyecan, öfke, korku, çevre koşullarında yaşanan yoksunluklar ya da aşırılıklar gibi nedenlerdir.

Dikkat toplama problemlerinin içten ve dıştan kaynaklanan nedenlerinin olduğu bilinmektedir. Dikkat toplama problemlerinin nedenleri arasında, çevre şartlarının neden olduğu gürültü, medyanın zararları (fazla televizyon izleme), yorgunluk, yanlış cezalandırma ve uzun süren hastalıklar sayılabilir. Dikkat toplama bozukluğuna neden olan bu tür dış faktörler kolaylıkla tanınabilir ve ortadan kaldırılabilir. Fakat dikkat toplama problemlerine neden olan psikolojik koşullar olan içsel nedenler ise oldukça karmaşıktır.

Bunu yanı sıra öğrencilerin okulda dikkatlerini yeterince toplayamamalarının nedenleri arasında yetersiz ilgi, başarı güdüsünün düşük olması, okul ve sınav korkusu, verimsiz çalışma teknikleri sayılabilir. Bu bağlamda öğrencilerin dikkatlerini toplamayı engelleyen faktörleri belirlemek amacıyla sayfa 83 de yer alan kontrol listesi kullanılabilir. Bu sorunu belirlemek amacıyla yapılan bir çalışmada; 100 ilköğretim ve ortaöğretim okulu öğretmenine öğrencilerdeki dikkat toplama problemlerinin nedenleri sorulmuştur.

Öğretmenler nedenleri aşağıdaki şekilde sıralamışlardır:

-  Çevrede çok ve çeşitli uyaranların var olması,
-  Öğrencinin aile yaşantısındaki bozukluklar,
-  Öğrencinin dikkat toplama becerisini kullanmadaki yetersizlikleri,
-  Öğrencinin isteksizliği,
-  Öğrencinin birlikte çalıştığı arkadaşlarından dolayı dikkatinin dağılması,
-  Bedensel rahatsızlıklar,
-  Öğrencinin kendi kapasitesinin çok altında ya da üstünde beklenti içerisinde olması.
-  Öğretmenin öğrenciden, kapasitesinin çok üzerinde ya da altında bir beklenti içerisinde olması,
-  Öğretmenin ders işleyiş tarzı (duygusal anlamda yakın olmayan bir iletişim),
-  Öğretmenin dersi öğrencileri motive edici zenginlikte işleyememesidir.

Sonuç olarak, dikkat toplama problemlerinin çok az bir bölümünün (%2' sinin) doğuştan olduğu ve çoğu durumlarda dikkat toplama problemlerinin sonradan ortaya çıkan faktörlerden büyük ölçüde etkilendiği belirtilmektedir.

Dikkat Toplamayı Engelleyen Etmenler

Adı Soyadı: _____

Tarih: _____



Aşağıda “dikkat toplamayı engelleyen etmenler” bir liste halinde verilmiştir. Bu listede yer alan her madde dikkatimizin dağılmasına veya bir konuya yoğun olarak dikkatimizi vermemize engel olmaktadır. Bu listeden sizin dikkatinizi dağıttığını düşündüğünüz maddeleri daire içine alınız ve yan tarafa bu konuyla ilgili ne yapacağımızı yazınız.

Dikkat Toplamayı Engelleyen Etmenler

Baş etmek için ne yapabilirim!














1. Televizyon seyretme _____
2. Bilgisayar oyunları oynama _____
3. Oyuncaklar _____
4. Etraftakilerin telefonla konuşması _____
5. Arkadaşların çağırılması _____
6. Kardeşler _____
7. Açlık _____
8. Yorgunluk _____
9. Sıkıntı _____
10. Kaygı _____
11. Konuşma _____
12. Sokaktan gelen sesler (korna çalan arabalar, otobüs, kamyon gürültüsü vb.) _____
13. Karışıklık, düzensizlik _____
14. Öfke ya da hayal kırıklığı hissetme _____
15. Huzursuz olma _____
16. Dışarıda oynayan çocuklar _____











Dikkat Toplamayı Etkileyen Faktörler Nelerdir?

Dikkatin incelenmesi konusu, bireyle ilgili birçok faktörün ele alınmasını zorunlu kılmaktadır. Öğretmenler, ana-babalar ve eğitimciler bu faktörleri de göz önüne almak zorundadır.

Aydın (1999), okulda dikkat toplamayı etkileyen olumsuz değişkenleri ise şöyle sıralamaktadır:

-  Zekâ, algı ve bellek süreçlerinin işleyişindeki problemler,
-  Öğrencinin duyuşsal özelliklerinin, bilişsel yeterliliklerinin ve devinsel becerilerinin uygun düzeyde olmaması,
-  Organizmanın içinde bulunduğu iç ve dış fiziksel uyararlardaki yetersizlik (iç fiziksel uyarılar, beslenme ve uyku eksikliği, yorgunluk vb. dış uyarılar ise ısı, ışık, ses vb.),
-  Aşırı ya da yetersiz güdülenme,
-  Uygun bir ödül ve ceza sisteminden yoksunluk,
-  Geri bildirim yetersizliği,
-  Amaç yoksunluğu ya da belirsizliği,
-  Başarısızlık endişesi,
-  Başarı hazzından yoksunluk,
-  Aşırı kaygı ve gerginlik,
-  Öğrenme yaşantısının bireyin içindeki duygu durumuna uygun düşmemesi,
-  Hatalı zamanlama,
-  Eğitimde öğretmen merkezli öğretim stratejilerinin egemen olması,

-  Otokratik ve emir verici öğretmen tutumları,
-  Sınıf içi etkileşimde empatik algıdan yoksunluk,
-  Aşırı şekilde standartlaştırılmış başarı ölçütleriyle öğrenci performansını değerlendirme anlayışı,
-  Öğretim yaşantısı içinde öğrencinin kendilik, bütünlük ve özerklik gereksinimlerinin karşılanamaması,
-  Eğitimde demokratik, katılımcı ve esnek bir öğretim yaklaşımından yoksunluk,
-  Öğretim yaşantılarının soyutluk ve karmaşıklık düzeyi,
-  Eğitim ortamının psikolojik ve fiziksel özelliklerinin, öğretim yaşantılarının amaçlarına uygun olmaması,
-  Çeşitli psikolojik, sosyal ya da zihinsel etmenler nedeniyle, bazı öğrencilerin yaşadıkları öğrenme güçlükleridir.



Okulda Dikkat Toplama Nasıl Geliştirilir?

Çoğu araştırmacı ve eğitim bilimcisine göre, okulda öğretmenler zamanlarının ve enerjilerinin çoğunu sınıfın kontrolüne harcamaktadırlar. Derste dikkatini toplayamayan öğrenciler, öğretmenin günlük eğitim öğretim faaliyetlerini sınırlar. Bu değerlendirmenin ayrıntılarına inildiğinde, karşımıza, sınıfta kontrol edilmesi zor, sürekli ders dışı etkinliklerle ilgilenen ve dikkatini o anda sınıftaki etkinliklere yeterince veremeyen öğrencilerle ilgili şu yakınmalarla karşılaşırız.

“Ayşe dikkatini çok iyi topluyor ve karnesi mükemmel”,
“Mehmet derste yeteri kadar dikkatli değil bundan dolayı okuldaki başarısı tutarsız”,

“Selin düşünme yeteneğini iyi kullanamıyor; çünkü derste sürekli başka şeylerle ilgileniyor, ne konuşulduğu bilgisi yok ve sürekli basit hatalar yapıyor.”

Sınıfta çocuğun öğrenmesini ve uyumunu zorlaştıran problemlerden en önemlisi, çocuğun dikkatini, ilgisini çekmeyen ya da onu zorlayan “görev ve sorumluluk özelliği taşıyan” şeylere verememesidir. Dikkatle ilgili sorunlar sınıflarımızda çok yaygındır. Çocukların akademik başarıları, dikkatin bir konu üzerinde toplanması ya da toplanmamasından önemli ölçüde etkilenmektedir. Dikkat toplama yeteneği iyi olan bir çocuk tahtaya yazılmış olan beş satırlık bir yazıyı, örneğin altı kez tahtaya bakarak defterine geçirebilirken bir başka çocuk otuz üç kere baktıktan sonra geçirebilir. Bu iki çocuk arasındaki temel farklılıklardan biri, dikkat toplama ile ilgilidir. Otuz üç kere tahtaya bakmak zorunda kalan bir çocuk yorulacak, dinlenmek için sık sık etrafına bakacak, yanındakilerin dikkatini dağıtacak, ödevini tamamlayamayacak ve bu arada öğretmenden sıkça uyarı alacaktır. Dikkati toplama özellikleri farklı bu iki öğrenciden aynı performansın beklenmesi elbette bir ölçme ve değerlendirme hatasıdır. Ancak, yapılan gözlemler bu hatanın oldukça sık işlendiğini göstermektedir. Zekâ düzeyi düşük olan öğrenciler, düzeylerine uygun olmayan bir içerik ve yöntemle karşılaştıklarında uyumsuzluk ve dikkatsizlik belirtileri gösterebilirler. Zekâ düzeyi yüksek olan, ancak okuldaki konuları basit bulan çocuklar da dikkatsizlik belirtileri gösterebilirler.

Dikkat toplama problemlerinin ortadan kaldırılmasıyla ilgili olarak literatür incelendiğinde, dikkat toplama eğitimi programlarıyla karşılaşmaktayız. Bu eğitim programlarının hem okul içinde hem de okul dışında yapıldığı görülmektedir. Okul dışındaki dikkat toplama programlarında, çocuklarla tek tek ya da küçük gruplar halinde çalışılır. Bu çalışmalarda başarı genellikle yüksektir. Çocukların okul başarılarına da katkı sağlanmaktadır. Fakat gerçekçi ve olumlu bir beklenti, okulda öğrenilen bilgiler ve bu materyallerle bir arada çalışılırsa mümkün görünmektedir.

Dikkat toplama eğitim programlarıyla, bireyler bir konu üzerinde dikkatlerini toplama yönünde eğitilebilir ve var olan kapasiteleri geliştirilebilir. Dikkatin bir konu üzerinde toplanması, erken yaşlarda başlatılan eğitimle öğretilir. Böylece ilerleyen zamanlarda ortaya çıkabilecek eğitsel problemler de engellenebilmektedir.

Dikkat toplama ile ilgili problemlerin erkenden fark edilmesinin mümkün olduğu ve böylece yapılacak yardımla çocukların ilköğretim döneminde yaşayabilecekleri dikkat toplama problemlerinin onların okul başarılarını ve kişilik gelişimlerini olumsuz yönde etkilenmesinin de engellenmiş olacağı araştırmalarla belirlenmiştir. Ayrıca, öğrencilerin dikkat toplama becerilerinin geliştirilmesinin öğretmenin bir görevi olduğu ve bu görevin onun eğitimsel ve öğretimsel faaliyetlerinin temelini oluşturduğu da belirlenmiştir.



Dikkat toplama çalışmalarında çocuğa yapılması gereken yardım:



Çocuğun kendi kendine karar verme yeteneğinin geliştirilmesi,



Zorlukların üstesinden kendisinin gelebileceğini düşünmesi,



Kendini çevreye bağımlı hissetmeden yönlendirmesi



Kendine güvenmesinin sağlanmasıdır.



Sınıf İçinde Yapılacak Çalışmalarda;



Çalışmalar sırasında ara verme,



Sınıf içinde gevşeme ve nefes alma çalışmalarının yapma (EK-1),



Öğrencilerin sessizliği tanınmasının sağlanması ve sessizliği aramasına yol açma,



Hareket etmeye imkan tanıma,



Model olma,



Sınıfı stres ortamı olarak görmemesini sağlama,



Bireysel farklılıkları ön plana çıkaran bireysel eğitim verme,



Olumlu davranışları görme ve pekiştirme, olumsuzları görmezden gelme çok önemlidir.

Kaymak (2003) ve Karaduman (2004), ilköğretim düzeyinde gerek sınıf içi gerekse sınıf dışında bireysel ve küçük gruplarla yaptıkları dikkat toplama eğitimi çalışmaları sonucunda bu yaş grubundaki çocukların dikkatlerinde belirgin düzeyde artış olduğunu belirlemişlerdir. Bu bağlamda Özel Eğitim Rehberlik ve Danışma Hizmetleri Genel Müdürlüğünce yürütülmekte olan “Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocukların Eğitimi Projesi” (EK-2) kapsamında yurt dışında kullanılan dikkat toplama eğitimi çalışmalarından esinlenerek, okul öncesi dönemden başlayarak, ilköğretim çağındaki öğrencilerin dikkat toplamalarını geliştiren bir program oluşturulması çalışmalarına başlanmış olup proje kapsamındaki 14 ildeki pilot okullarda “Dikkat Toplama Eğitimi Uygulama Çalışmaları” yapılmaktadır. Bu çalışma programında yer alan ödevler el, göz koordinasyonu temeline dayalı olup oyun niteliğinde hazırlanmıştır. Böylece çocukların zevk alarak çalışmaları ve dikkat toplama becerilerinin geliştirilmesi amaçlanmıştır.



Dikkat Toplama Eğitimi Uygulama Çalışmalarında

Yaş gruplarına uygun olarak hazırlanmış etkinliklerde;



Benzerlikler,



Farklılıklar,



Karışık mekan içinde objeleri görme,



Labirentler,



İşaretleme ve doldurma alıştırmaları,



Resimleri karşılaştırma,



Bellek alıştırmaları,



Okul yaşına uygun hesaplama alıştırmaları yer almaktadır.

Bu çalışmalarda dikkat toplama düzeyinin eğitimle geliştirilebileceği görülmüştür. Aynı zamanda bu öğrencilerin benlik algıları ve başarı düzeyleri de olumlu olarak etkilenmiştir.

Bu çalışmaların;



Bireysel ve grup çalışması olarak yürütülmesi,







Çalışmalar sırasında çocukların dikkatini dağıtacak uyarıcıların ortamda bulunmaması,



Çocukların rahat olmalarına özen gösterilmesi,



Programda yer alan etkinliklerin öğrencilerin hızlarına göre ayarlanması,

-  Çalışmalardaki ödevlerin basitten, karmaşığa doğru sıralanması,
-  Çalışmalar sırasında öğrencilerin kendi hatalarını kendilerinin bulmasına olanak verilmesi ve olumlu davranışların pekiştirilmesi,
-  Öğrencilerin motivasyonlarını ve ilgilerini desteklemek amacıyla *aferin!*, *harikasın!* gibi sözel pekiştiriciler ve bazen de bu sözlerin yazılı olduğu çıkartmalar verilerek cesaretlendirilmesi,
-  Etkinliğin sonunda başarıma duygusunu hissetmelerinin sağlanması gerekmektedir.



BÖLÜM IV

OLUMLU BENLİK ALGISI



İkinci bölümde tam öğrenmenin gerçekleşmesi için piramit modelinin temel yapıtaşını oluşturan etkili dikkat ve dürtü kontrolünün kazanımı, sağlıklı duygulara sahip olma, bireyin kendine yönelik olumlu benlik algısı oluşturması ve içinde bulunulan çevrenin destekleyici, tutarlı ve sevgi dolu olması bir çocuğun öğrenmede başarıya ulaşılması için olmazsa olmaz öncelikler olduğu anlatılmıştı.

Özellikle DEHB'li çocukların olumlu benlik algısının kazanmasında ailenin ve öğretmenlerin desteği gerekmektedir. Bu bölümde benlik algısı ve kendini değerli bulma ile çocuğun çevresindeki kişilerin olumlu benlik algısının gelişimine etkisi anlatılmaktadır.



“Benlik Algısı” ve “Kendini Değerli Bulma” Nasıl Oluşur ?

“Benlik Algısı” ve “Kendini Değerli Bulma” doğuştan gelen bir özellik olmayıp sosyal ve fiziksel çevrede zaman içinde oluşur. Yeni doğan bebek, anne ya da bakımından sorumlu kişilerle gereksinmelerinin doyurulması beklentisiyle ilişki kurar. Beslenirken ya da uyutulurken annenin yüzünü ve davranışlarını algılar. Böylece zihninde şemalar oluşur. Bu ilk sosyal ilişkilerde “benlik algısı” oluşur. Eğer gereksinmeleri zamanında doyurulursa, seviliyorsa, ilgi görüyorsa, çevresi tarafından istendiği duygusunu yaşar ve “olumlu benlik algısı” gelişir.

Özellikle çocuğun bakımından sorumlu kişinin yüz ifadesi burada önemli rol oynar.



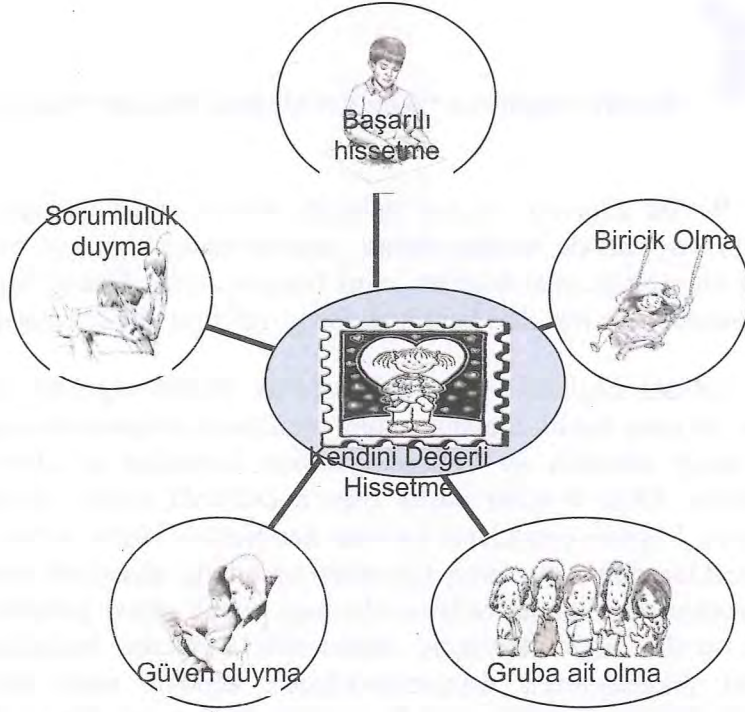
Çocuk, ilk birkaç ay içinde annenin kendisinden ayrı bir varlık olduğunu fark eder. Ondan kısa sürelerle ayrılacağını farkındadır. Fakat devamlı ve düzenli bir ilişki bekler. İki, üç yaşlarında kendi davranışlarının farkındadır. Bu dönemde dil gelişiminde de kendisinin farkında olduğunu belirten ifadelere rastlanılır. İsmi bilir ve oyuncağını göstererek “benim bebeğim” der. 3-5 yaşlarında “sen kimsin?” sorusuna yanıt verir. Fiziksel özelliklerini gözlerim mavi, saçım kısa şeklinde ifade edebilir.



“Benlik Algısı” ve “Kendini Değerli Bulma” Nasıl Gelişir ?

Benlik algısının en çok geliştiği dönem okula başlama yaşıdır. Çocuğun yaşlıları ile beraber olması, yaşlılarından aldığı geri bildirimler, okulda elde ettiği yeni bilgiler, okul başarısı, evin dışında bir yetişkin olan öğretmen ile ilişkileri benlik algısının gelişiminde rol oynar.

Birinci sınıftan sonra okul başarısı, benlik algısının gelişimini etkiler. Olumlu benlik algısına sahip çocukların dikkatlerini toplamaları daha kolay olmakta ve bununla birlikte başarıları da daha yüksek olmaktadır. Okul başarısı düşük olan çocuklarda korku, okula gitmek istememe, başarılı çocukların yanında kendilerini küçük görme görülür. Bu çocuklar dikkat toplama sorunları nedeniyle akademik başarısızlık göstermekte ve bununla birlikte olumsuz benlik algısı geliştirmektedir. Başarı benlik algısı kavramı, öğrencinin kendisini bulunduğu grup içindeki arkadaşlarıyla karşılaştığında kendini nasıl gördüğünün göstergesidir. Bu kavram okul başarısının göstergesi olan notlardan ve öğrencinin çevresindeki kişilerden aldıkları geribildirimler sonucu oluşmaktadır. Bu nedenle okuldaki yaşantılar olumlu bir benlik algısının oluşmasına bu durum ise bireyin olumlu bir genel benlik algısı oluşturması açısından oldukça önemlidir. Okul başarısı, ergenlik döneminde de benlik algısı oluşumunda özellikle “başarı benlik algısında” önemli rol oynar. Benlik algısına ilişkin araştırma sonuçlarına göre özellikle “başarı benlik algısında” cinsiyetler arasında farklılıklar bulunduğu belirlenmiştir. Kızların yüksek okul başarılarına rağmen erkek akranlarından daha düşük “başarı benlik algısı”na sahip oldukları belirlenmiştir.



Ergenlik döneminde okul başarısından daha çok dış görünüşe bağlı beden imajı ve arkadaşlar tarafından kabul görme "sosyal benlik algısının" oluşumunda rol oynamaktadır. Bunların yanı sıra gencin anne-babası ve arkadaşları ile olan ilişkileri genel benlik algısı oluşumunda önemli rol oynar. Bu ilişkiler sürekli ve olumlu ise gencin benlik algısı da olumludur. Olumlu benlik algısına sahip olan bir genç, sosyal ilişkilerinde yardımsever, yapıcı, yaratıcı ve saldırgan olmayan bir davranış modeli sergiler.



Çocuğun Kendini Değerli Bulma Duygusu ve Olumlu Benlik Algısı Nasıl Geliştirilir?



Çocuğun kendini değerli bulması ya da bulmaması anne-baba çocuk ilişkisi sonucunda oluşur. Burada anne-babanın eğitim tarzı büyük öneme sahiptir. Demokratik eğitim tarzı, çocuğun kendini olumlu algılamasına yardımcı olur. Çocuğun anne-babası ile güvenli bir ilişki içinde olması, kendini değerli bulmasına neden olur. Aile çevresinde isteklerini gerçekleştirme olanağı tanınması ve çocuk zorluklarla karşılaştığı zaman destekleyici yardımda bulunulması, çocuğa güvenilmesi ve kuralların açıklayarak koyulması da "kendine güveni" geliştirmektedir. Aynı zamanda anne-babanın tutarlı davranması ve çocuğun gereksinmelerinin dikkate alınması önemlidir. Genellikle çocuklar okula iyi gelişmiş, olumlu benlik sistemleri ile başlarlar. Zaman içinde anne-babaların, öğretmenlerin yüklemeleri çocuğun benlik algısını etkiler. Okul çağında çocuğun başarısı, fizik görünümü arkadaşları ile karşılaştırılmamalıdır. Her birey tektir ve kendine özgüdür. Çocuğun arkadaş gruplarına kabulü izlenmeli ve desteklenmelidir.

"Kendini değerli bulma" bireyin başkalarına bağımlı olmadan davranmasını sağlar. Bunun için "ben kimim?" sorusunun yanı sıra "ben kim olmalıyım?" sorusuna da yanıt aranmalıdır. Kendini değerli bulma yaşamın anlam kazanması için ve bireyin mutlu olması için önemlidir. Kendini değerli bulan, olumlu benlik algısına sahip olan çocukların okul başarıları da yüksektir.

Yetişkinlerin davranışları çocuklar tarafından taklit edilir. Anne-babanın ve öğretmenin çocuklarına model olması çok önemlidir. Eğer anne-baba kendileri ile barışık bir birey olurlarsa, çocukları da kendileri ile barışık olurlar. Duygularla davranma algılayarak öğrenilir. İlk 10 yılda anne-baba davranışları çocuklar tarafından benimsenir. Aynı zamanda öğretmen, özellikle çocuklar için model olan kişidir. Her gün 4-5 saat ve en az 5 yıl çocuklarla beraberdir.



Kişinin kendine değer vermesi, kendine olan duygularının olumlu olması, kişinin sağlıklı bir ruhsal yapıya sahip olması, aynı zamanda diğer insanlarla sağlıklı bir ilişki kurabilmesi için önemlidir. Çocuklara uyum, otonomi ve uygun sosyal davranış eğitimi kazandırılmalıdır.

Kişinin kendine değer vermesi, diğer insanlar tarafından değer verilmesi ya da değer verilmemesi ile gelişir ya da gelişmez. Bu kişiler anne-baba, öğretmen, sınıf arkadaşları ya da kardeşler olabilir. Okulda öğretmen çocuklarla ilgilenir, ilişki kurar, birlikte çalışma planı yapar, hedefi birlikte saptarsa, çocuklar bu tarz davranışları yaşayarak öğrenirler. Bunlar;



Öğretmenin kendisine her zaman her şey sorulabilir.



Öğretmen hata yapabilir, öğretmen düzeltilebilir.



Öğretmen dinler.



Öğretmen herhangi bir konuda ikna edilebilir.

Böyle bir eğitimde çocuklar, kendilerine güvenen, bağımsız, çocuksu spontanlık ve kendi kendilerine bir şeyler yapmakla gelişirler. Sınıf içerisinde saldırgan davranışları azalır ve her birey eşit hakka sahip olduğunu anlar.

Öğretmenler;



Öğrencilere karşı tutarlı davranış sergiler,



Öğrencilerini onaylar ve yüreklendirir,



Aldığı kararları sonuna kadar uygular,



Kriz ortamlarını büyük bir yaratıcılıkla kontrol altına alırsa

çocukların benlik algılarında olumlu gelişmeler görülür.

Bununla birlikte anne-babalar, öğretmenler; açık ve gerçekçi bir davranış sergilerlerse çocuklara ve gençlere yardımcı olurlar. Açık ve gerçekçi olan bir kişi kendi duygularından bahseder. Örnek: "Senin başarın konusunda endişelerim var." gibi. Karşısındakini suçlamaz, yargılamaz. Örnek: "Tembelsin, başaramıyorsun." gibi. Açık ve gerçekçi olan kişi karşısındaki kişiye yardımcı olur, onu rencide edici cümleler kullanmaz.

Açık ve gerçekçi olan kişi;



Ne düşünür, ne hissederse onu söyler.



Nasılsa öyle görünür.



Rol yapmaz olduğu gibi davranır.



Bir perdenin arkasına gizlenmez.



Çevresine güvenir, inanır.



Kendisine ve çevresine karşı dürüst davranır.



Açık ve saydamdır.



Duygularını açığa vurur.



Çok yönlüdür.

Öğretmenler, çocuk ve gençlerle iletişimlerini yukarıda belirtilen noktalara dikkat ederek yapılandırır ve uygun öğrenme ortamı yaratırlarsa çocuklarda ruhsal, zihinsel ve akademik yönden olumlu gelişmeler görülür.



Kendisi İle Barışık Olan Birey Nasıldır?

Eğer birey açık olur, gerçekçi davranır, düşündüğü gibi hareket ederse, kendisini kısıtlanmış gibi hissetmez. Ses tonu ve mimikleri ile kendini iç dünyasını yansıtır. Kişiliğinin parçalarını saklamaya kalkmaz. Başkalarının normlarına ve beklentilerine göre davranmaz. Bununla birlikte kendini başkalarına rahatça açabilir. Olduğu gibi davranabilir, bir maske arkasına gizlenmez. Kendine yabancı değildir.

Birçok insan gerçek yaşamlarında bir maskenin altında yaşarlar. Kendilerini kalın bir duvarla çevirmişlerdir. Gerçekte oldukları gibi davranmazlar, hatta kendilerine yabancıdırlar. Düşündüklerinden ve hissettiklerinden farklı bir davranış sergilerler. Farklı bir ses tonu ile konuşurlar, mimikleri de kendilerini yansıtmaz. Örneğin, kendilerinden emin değildirler. İç dünyalarında korkulu, gergin ve heyecanlı oldukları zaman çevrelerine karşı soğuk ve mesafeli davranırlar. Olduğu gibi davranmayan insan, başkalarına kendi iç dünyasından bahsetmek istemez. Birlikte olduğu kişilere rol yapar. Gerçekte olduğu gibi görünmeye ve davranmaya hazır değildir. Davranışları savunma şeklindedir. Başkalarının kendi iç dünyalarına girmesine izin vermez. Olduğundan farklı görünmek için çok çaba sarf eder.

Örnek 1; ben korkağım, ama bunu başkalarının görmesini istemiyorum. Düşünce ve duygularımı saklamayı yeğliyorum. Çevreme de gösterdiğimden farklı bir insanım, sık sık hissettiğimden ve düşündüğümünden farklı şeyler söylerim.

Örnek 2; benim devamlı maskem vardır. Akşamları arkadaşlarımla bir yere gittiğim zaman neşeli görünürüm. Arkadaşlarım benim yanımda kendilerini mutlu hissettiklerini söylerler. Eve döndüğüm zaman maskem düşer. Kimse benim gerçek benliğimi bilmez. Beni tanımaz. Herkesin bir maskesi vardır. Gerçek bu. Yıllardır içten ağlamama rağmen dıştan gülerim. Biliyorum birçok ortamda rol yapıyorum. Bundan kurtulmak istiyorum ve çaba sarf ediyorum.

Okul yıllarımda hep kendinden emin rolü yaptım. Bilinçli ve neşeli davrandım. Fakat hep kendimi yalnız, mutsuz ve kendine güvensiz hissettim. Başkalarına karşı kendini beğenmiş izlenimi yaptım. Sonuçta diğer insanlarla iyi bir ilişki kuramadım. Kendimi devamlı gergin hissettim.

Kişinin çevresine olduğundan farklı görünmesi onu olumsuz etkiler. Ruhsal ve bedensel işlevleri olumsuz etkilenir. Kendisi devamlı yorgundur. Kendini koruyan kalkını muhafaza edebilmek için devamlı ruhsal enerji harcar. Rol yapan insan iki farklı dünyada aynı anda yaşar, biri gerçek dünyası diğeri rol yaptığı dünyası. İkisi birbirinden belirgin bir şekilde farklıdır.






Zamanla kendisinin nasıl bir kişiliğe sahip olduğunu bilmez, kendisine yabancılaşır. Onu saran zırhı onu sıkar, fakat o zırhın içinden kurtulmayı bilmez, biraz rahat hareket etmeyi beceremez. Bir süre sonra bu koruma kafesini terk etmek istemez. Gerçek duygularını yaşamayan birey diğer bireylerle, derin, rahat, insancıl ilişkiler kuramaz. Diğer insanların da kendisinin davrandığı gibi davranacağına inanır. Diğer insanlara güveni yoktur. Birçok insan duygularının farkında değildir ve duygularına dikkat etmeyi bilemez. Bazı insanlar duyguları üzerine konuşmayı istemezler, bazıları da duygularına yabancıdırlar. "Benim var oluşum düşünme, bilgi ve çok az da duygu üzerine kurulmuştur. Yapacaklarımı duygularımın gölgesine bırakamam. Kararlarımda duygularım çok seyrek rol oynar. Ben duygularımı bastırırım, çünkü duygularım beni engeller." şeklinde ifade eder.

Duygularını diğerk insanlarla paylaşan kişi duygularının daha çok farkına varır. Duygularının farkında olan kişi yaşantılarının anlamını hisseder. Kendi davranışları hakkında daha fazla bilgiye sahip olur. Geçmişteki olumsuzluklara ya da geleceğin bilinmezliğine takılmaktansa günlük yaşama odaklanılırsa ruh sağlığı için daha iyidir. Ne kadar çok “şimdi ve burada” yaşanırsa o kadar çok “var oluş” felsefesi benimsemiş olur.




Birçok kişinin düşündüğünün aksine dikkatin bir konu üzerine toplanmasında i huzurun olması, rahat, sakin ve gergin olmaması gerekir. Çocuklarla dikkat toplama çalışmaları yapılırken kendi kendilerine söyleyebilecekleri cmlerler oluşturmalıdır. Bu cmlerler çocukların kendilerini güçlü ve çalışmaya hazır hissetmelerine yardımcı olmalıdır.



Bu cmlerler pozitif ve kuvvetlendirici olmalıdır.

-  Sakinim, rahatım, dikkatimi toplayabilirim.
-  Enerjim bütün vücudumu kaplamış durumda.
-  İyi ki ben bu dnyadayım.
-  Yaşamayı seviyorum
-  Kendimi beğeniyorum.

Stres altında olan kişi de,

-  Zayıf bir ben,
-  Yorgunluk,
-  Çalışmada isteksizlik,



Mide, bağırsak ve kalp rahatsızlıkları, uykusuzluk,



Dikkat toplama bozukluğu görülür.

Stresin üstesinden gelebilmek için çocuk ve genç kendi kendine talimat vermelidir.



Sakin ve rahat olmalıyım.



Başkasının beni meşgul etmesine izin vermemeliyim.



Cesaretim var.



Doğru düşünüyorum ve doğru hareket ediyorum.



Belirlediğim hedefe doğru ilerliyorum.

Birçok çalışma sonucunda elde edilen bilgilere göre davranış bozukluğu görülen çocuklarda yüksek derecede kas kasılmaları, korku ve duygusal kayganlık görülmüştür. Bu çocuklara gevşeme teknikleri ile yardım edilebilir. Öğretmen çocuklara sınıf ortamında EK-1 de yer alan gevşeme tekniklerini uygulayabilir.

Kas gevşetme tekniği ilk olarak Jacobson (1938) tarafından ortaya atılmıştır. Daha sonra Benson (1975) tarafından iyileştirici bir teknik olarak kullanılmıştır. 16 kas grubu önce kasılır sonra gevşetilir. Öğrenciler arka arkaya kas bölgelerini çalıştırırlar. Eller, kollar, omuzlar, yüz, ense, göğüs, karın, bacak kaslarını çalıştırırlar. Önce kasların kasıldığını fark ederler, 5 saniye süreyle kaslarını gevşetirler. Kasılma ve gevşeme arasındaki farkı fark ederler. Farklı günlerde 6 gevşeme egzersizinden sonra kasların gevşeme duygusunun farkına varırlar.

Bir alıştırma:

Uzan ya da rahat otur. G6zlerini kapa ve rahatla. Rahat nefes al ve ver. Çok sakinsin ve kendini çok iyi hissediyorsun. Seni zorlayan d6şüncelerden bir süre için uzaklaş.

şimdi çok g6zel, r6ya gibi bir adada olduğunu d6şün. Burada g6r6lt6 yok, iş yok. Denizi ve ufku seyret. Yanındaki ayırdaki zeytin ağaçları var. Her bir ağaca tek tek bak, her ağacın kendine 6zg6 şekli ve hik6yesi var.

şimdi daha sakin nefes alıp ver. Kendi adanda kendini rahat hisset. Parlayan g6neş senin v6cudunu ısıtsın. Denizin dans eden dalgaları seni daha da rahatlatsın. İçindeki her şey sessiz ve sakın, sakın ve rahat olduğunu hisset. Bu duygunun tadını çıkar. şimdi yavaş yavaş g6zlerini a.



BÖLÜM V

DİKKAT EKSİKLİĞİ HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU OLAN ÇOCUKLARA YÖNELİK DAVRANIŞ DEĞİŞTİRME YÖNTEMLERİ



Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocuklara Yönelik Davranış Değişirme Yöntemleri Nelerdir?

Davranış yönetimi, kişinin davranışları üzerinde denetim sağlama olarak tanımlanır. Davranış yönetme her durumda, ortama, koşullara ve çocuğa göre farklı tekniklerin kullanılmasını gerektirerek bireysellik gösterir. Kişinin kendi kendini kontrol etmesi, çaba gerektirir ve zamanla kazanılır. DEHB olan çocukların kendi kendini kontrol gelişimi, farklı çevrelerde (okul, ev... vb) çocuğun ilerlemeler ve geriye dönüşler göstermesiyle gerçekleşir.

DEHB olan çocuklar kendi kendini kontrol etmede sorun yaşadıklarından dolayı, davranışlarını bazen çok iyi kontrol edebilirken, bazen de tamamen denetimini yitirmiş olabilirler. Çocuğun kendi kendini denetlemedeki ilerlemeleri, kabul edilebilir davranışlarının artmasıyla ölçülmektedir.

DEHB olan çocukların davranışları üzerinde denetim sağlamak için davranış yönetimine ihtiyaç vardır. Davranış değişikliğinin gerçekleşmesinde davranışın sonuçları belirleyicidir.

DEHB'li çocukların istenmeyen davranışlarını azaltmada ABC davranış analizi kullanılmaktadır. Bu tekniğe göre davranışı anlayabilmek için, davranışın öncesi (A), davranış (B) ve davranışsal sonuç (C) olarak incelemek gerekir.



Davranış Öncesi: Öğretmenlere çocuğun davranışı gerçekleşmeden önce neler olduğu sorulduğunda “beni dinlemedi, benim ona ne söylediğimi hatırlamıyor gibi” benzer bildirimlerde bulunmaktadır. DEHB'li çocukların, akranları gibi onaylanabilir davranışlar gösterebilmeleri için daha fazla kural ve beklentiler konusunda net mesajlara ihtiyaçları vardır. İstenilen davranışın oluşabilmesi için çocuğa davranış öncesinde bu üç ölçütün girdi ya da ön koşul olarak kazandırılması gerekmektedir.



Kurallar

Çocuklar yaşadıkları dünyanın kurallarını anlamak isterler ve buna ihtiyaç duyarlar. Çocuklar küçük yaştan itibaren çevresindeki davranışları gözleyip taklit ederek sına- deneme yaparak öğrenmektedirler. Öğrenme esnasında neden-sonuç ilişkilerinden elde ettiği bilgilere göre kurallar hakkında fikir sahibi olmaktadır.

Çocuklar, kendilerinden ne beklendiğini, kontrolün kimde olduğunu, ne kadar ileri gideceklerini ve çok ileri gittiklerinde neler olacağını bilmek isterler. Buna göre, kurallar davranışlarımızı belirler. Çocukların yanlış davranışlarını önlenmesi ve kuralların anlaşılır bir şekilde öğretilmesi için, kesin sınırların olması gerekir. Çocuğa sınır koyma da, ana babaların, öğretmenlerin istenen davranışla ilgili kural ve beklentilerini öğretmek için kullanacakları bir süreçtir. Sınırlar, onaylanan davranışları ve ilişkileri tanımlamaktadır. Kuralların kesin sınırları (hayırın anlamı her zaman hayırdır) olmalıdır.

Öğretmenler tarafından DEHB’li öğrencilere kuralların sözel olarak karmaşık şekilde verildiği ve yazılı verilenlerin ise çok az olduğu ya da hiç oluşturulmadığı görülmektedir. Yazılı kurallar incelendiğinde, bunların oldukça karmaşık yazıldığı ya da çok fazla maddeden oluştuğu görülmektedir. Bu durumun çocuklarda yazılı kuralların öncelik sırasında konulmasında da karışıklık yarattığı gözlenmektedir. **Bu nedenle çocuğun gerçekleştirmesi istenilen davranışın sözlü ya da yazılı olsun mutlaka açık ve somut olarak ifade edilmesi gerekmektedir.** Davranışlarımız somut olduğundan dolayı kurallarımızı sözlerimiz değil, davranışlarımız tanımlamaktadır.

Kuralları Yazılı Hale Getirme

Günlük yaşamımızda bir çok kuralın olduğunu görmekteyiz. Araba kullanırken, bankamatikte işlem yaparken oyun oynarken kurallar vardır. DEHB’li çocukların özellikle kurallara uyma ve sürdürmede güçlükleri olduğunu biliyoruz. Bu nedenle kuralların sözel olarak sık sık hatırlatılması öğretmen ve ebeveynler için yorucu olmakta çocuğun iç denetiminin oluşmasını engellemektedir. Öğretmenin ya da ebeveynin çocuğa “kuralları biliyorsun böyle yapmamalıydın” şeklindeki ifadesi dikkati dağınık olan çocuğun zihninde karışıklığa yol açmaktadır.

Aşağıda DEHB olan çocuklarda okulda genel olarak kural oluşturmada güçlükler yaşanan durumlar yer almaktadır.



Okula zamanında ulaşma,



Sınıfta izinsiz dolaşma,



İzin almadan konuşma,



Ev ödevi yapma,



Teneffüslerde arkadaşlarına kötü davranma,



Sınıfa geç gelme,



Sıraya girme,



Etkinlikler için gerekli materyalleri evde unutma,











Öfkelenme,

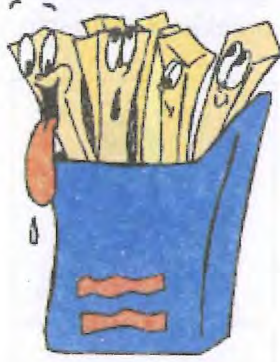


Selamlaşma.

Flick (1998)'e göre, sınıf içi kuralların oluşturulmasına dönük olarak küçük yaş grubundaki öğrencileriniz için görsel kurallar ve daha büyük yaş grubundakiler için yazılı kurallar oluşturmaya çalışılmalıdır. Aşağıda sınıf içi kurallara örnekler verilmiştir.

		
Dersi dikkatli dinlemeliyim	Derste sessiz olmalıyım	Sıramın gelmesini beklemeliyim
		
Pozitif düşünmeliyim	İzin isteyerek konuşmalıyım	Başladığım işi bitirmeliyim
		
Nazik olmalıyım	Beni kızdıranları görmezden gelmeliyim	Diğer kurallar !

Görsel ve yazılı kurallarınızı oluşturduktan sonra uygulanması için öğrencilerinizin bu kurallara uyup uymadığının kontrolü gerekmektedir.



Beklentiler

Bütün çocuklar gibi DEHB'si olan çocuklarda, becerilerini deneyerek geliştirirler. Bu çocukların daha sorumlu ve uyumlu bireyler olmaları için kesin sınırlara ihtiyaçları vardır. Çünkü kesin sınırlar, kurallarımız ve beklentilerimiz hakkında net sinyaller iletirler. Bu sinyalleri alan çocuklar ne istenildiğini anlar. DEHB'li çocuklar için bu sinyaller; “kurallara uymam bekleniyor ve gerekiyor.”, “kurallar herkes gibi benim için de geçerli.”, “kendi davranışlarımdan ben sorumluyum.”, “yetişkinler gerçekten söylediklerini kastederler.” gibi mesajlardan oluşur.




Sınıf içinde öğrencilere kesin sınır koyma, davranış yönetimi açısından çok önemlidir. Beklentiler öğrenciye net, doğrudan somut davranışsal terimlerle belirtilir. Öğretmenin sözcükleri ile davranışları birbirini destekler ve öğrenciden kurallara uyması beklenir. Kabul edilebilir bir seçim ve iş birliği yapılması için ihtiyaç duyulan bilgileri öğrenciye sağlayarak sorumluluk yükler.

DEHB'li çocuğun çevresindeki öğretmen ve ebeveynlerin çocuktan beklentileri sıklıkla açık ve anlaşılır olmamaktadır. Bu nedenle bu kişiler, DEHB'li çocuk bir davranışı gerçekleştirdiğinde hayal kırıklığına uğramaktadırlar. "Büyükannelere gittiğimizde istediğin gibi davranabilirsin." şeklinde geribildirim veren anne ve baba çocuğunun sergilediği davranışlar karşısında bunalmaktadır. Yine aynı şekilde sınıfındaki çocuklarına "sınıfımıza bir misafir geldiğinde olduğunuz gibi davranın." diyen bir öğretmen DEHB'li öğrencinin davranışları karşısında hayal kırıklığı duyabilmektedir. Bu iki örnekte de çocuk kendisinden beklenen davranışın ne olduğunu tam olarak anlayamamış ve içinden geldiği gibi davranmıştır. Olduğun gibi ya da istediğin gibi davranmanın ne olduğuna ilişkin beklentinin bu tür çocuklara açıklanması ve fikir birliğine varılması gerekmektedir.



İletişim

İletişimde sözel mesajların kalitesi, davranış yönetiminin de temelini oluşturmaktadır. Bu mesajlar iletişimde sınırlarımızı belirler. Bununla birlikte öğretmenlerin kurdukları iletişimde açık sözel mesajların kullanılması gerekir. Açık sözel mesajlarda;

-  Mesajın davranış üzerinde yoğunlaştırılması (ayaklarını sıranın üzerinden indir, lütfen!),
-  Davranışa ilişkin doğrudan ve açık ifadeler kullanılması (Ders zili çalar çalmaz sınıfta ol.),
-  Normal ses tonunda konuşulması,



Davranışsal sonuçların belirlenmesi “ödevini yapmadığın takdirde teneffüse çıkamazsın.”,



Sözlerle davranışların desteklenmesi (arkadaşına vuran çocuğa, “sanırım sakinleşmek için zamana ihtiyacın var. Yaptığını düşün, beş dakika sonra konuşalım.”) gerekmektedir.

DEHB’li çocuğun çevresindeki öğretmen ve ebeveynlerin iletişiminin açık ve anlaşılır olması kadar çocuğun iletişim esnasındaki bölünmemiş dikkati de oldukça büyük önem taşımaktadır. **Bölünmemiş dikkatin gerçekleşebilmesi için çocukla göz kontağının kurulmuş olması ve çocuğun dikkatini size vermiş olması gerekmektedir.** Bu nedenle sağlıklı iletişimin oluşabilmesi için bazı çocuklara yönergeleri verirken nazikçe yüzleri tutularak göz kontağı ya da omuzlarına dokunularak vücudun konuşan kişiye dönük olması sağlanabilir. Öğretmen konuşurken DEHB olan öğrencinin yanına gidip gözünün içine bakarak, normal ve kararlı bir ses tonuyla konuşmalıdır.

DEHB olan çocuk, sınıf içi iletişimde mesajlara beklendiği gibi bir tepki vermez ya da duymamazlıktan gelirse, mesajın gerçekten duyulup duyulmadığının, anlaşılıp anlaşılmadığının öğretmenler tarafından kontrol edilmesi gerekir.

Mesaj tekrarı yaptırılarak öğrenciye;

Benim söylediklerimi duydun mu?
Söylediğimi anladın mı?
İsteklerim açık mı?
Söylediklerimi kendi sözcüklerinle tekrarlar mısın?

şeklinde verilen yönergenin anlaşılıp anlaşılmadığı kontrol edilmelidir. Örnek: Ayşe, ders esnasında önüne dönmeli ve tahtada yazılı olan metni defterine yazmalısın.” yönergesinde mesajın kontrolü aşağıdaki biçimde yapılmalıdır.

Öğretmen : Söylediğimi duydun mu?
Ayşe : Evet
Öğretmen : Söylediğimi anladın mı?




- Ayşe : Evet.
Öğretmen : İsteğim açık mı?
Ayşe : Evet.
Öğretmen : Peki, söylediklerimi kendi sözcüklerinle tekrarlar mısın?
Ayşe : Evet. Derste önüme dönerek tahtada yazılı olanları defterime yazacağım.

DEHB olan çocukların davranışları üzerinde cesaretlendirici mesajlar çok etkili olmaktadır. Bu mesajlar motivasyonu artırır. Bu cesaretlendirici mesajlar iş birliğine; cesaret kırıcı mesajlar ise dirence neden olmaktadır.



Cesaret kırıcı mesajların hepsi, çocuğun doğru bir seçim yapmasını engelleyerek öz-güvenini düşürmektedir. Bu mesajların çoğu yanlış davranışın kişiselleştirilmesine, saldırganlığa ve çocukta utanç ya da suçluluk duygularının gelişmesine neden olmaktadır.

Cesaretlendirici mesajlarla DEHB olan çocukların;

-  Daha iyi seçim için destek sağlanmakta,
-  Kabul edilebilir davranışları onaylanmakta,
-  İş birliği, bağımsızlığı ve gelişmesi desteklenmektedir.

Cesaretlendirici Mesajlar	Cesaret Kırıcı Mesajlar
İş birliğini harekete geçirir.	Direnme ve öç alma duygularını harekete geçirir.
Motive eder ve yetki verir.	Cesaret kırar ve aşağılar.
Saygı, güven ve destek verir.	Alçaltır, suçlar, reddeder.
İş birliği içeren ilişkiler yaratırlar.	Aşırı rekabet ilişkilerini yaratırlar.
Ait olma, yeterlilik ve değerli olma ihtiyaçlarını karşılar.	Kişisel bir saldırı olarak algılanırlar.
Seçenekler ve davranışlar üzerinde yoğunlaştırır.	Çocuğun değeri ve kapasitesi üzerinde yoğunlaştırır.

Motive etmenin anahtarı; neyi-nasıl-ne zaman cesaretlendireceğimizi bilmektir. Motive edici mesajların hepsi, DEHB olan çocukların daha çok sorumluluk almasına yöneliktir. Etkili İletişimde genellikle, **“Ben Dilinin”** (7 dk. süresince yerinde oturman , beni çok mutlu etti) kullanılması gerekirken, motive etmede **“Oluyor.”**, **“Yapabiliyorsun.”**, **“Olacak”**, **“Başarabiliyorsun.”**, (Sekiz problemi doğru çözmüştün, ikisi üzerinde düşünmelisin.” gibi iletişimde olumlu mesajların kullanılması gerekir.



Davranış



Davranış çocuğun ne yaptığıdır. Öğretmenler çocuğun ortaya koyduğu davranıştan ziyade, çocuğun kendisine ve kişiliğine yönelik **“Tembel.”** ya da **“Kötü bir çocuk.”** şeklinde ifadeler kullanmaktadır. Tüm davranış değiştirme programlarında davranış; gözlenebilir, sayılabilir ve değiştirilebilir olarak kabul edilmektedir. Bununla birlikte **“davranış”** belirlenirken çocuğun yapmadığı değil yaptığı davranışlar ele alınmaktadır. Örneğin ödev yapmama bir davranış değilken, kalemle oynama bir davranış olarak ele alınmakta ve azalması istenmektedir.

Davranışsal sonucun etkili olabilmesi için; anında, kararlı ve tutarlı bir şekilde uygulanması gerekir.



Doğal Sonuçlar



Adından da anlaşılacağı gibi doğal sonuçlar bir olay ya da durumun doğal bir sonucu olarak ortaya çıkarlar. Çocuklara doğru davranışsal mesajı gönderir. Doğal sonuçlar öğretmene hiçbir müdahaleyi gerektirmez ya da çok az gerektirir. “Ben sana söylemişim.” tarzı söylemler doğal sonuçlarda yoktur.

Doğal Sonuçların Kullanılacağı Durumlar:



Dikkatsizlik, kötü kullanma ya da sorumsuzluk nedeniyle oyuncaklar veya sevilen giysiler kaybolduğu, bozulduğu ya da çalındığı zamanlarda,



Çocuklar unutmayı bir alışkanlık hâline getirdiği zamanlarda,



Çocuklar kendi görevlerini ihmal ettikleri zamanlarda, kullanılır.

Örneğin dönem ödevlerini yapmayan bir öğrencinin “öğrencin başarısız sayılması doğal bir sonuçtur.”



Mantıksal sonuçlar

Mantıksal sonuçlar, çocukların gerçekten anlayabildiği net davranışsal mesajlar gönderirler. Yanlış davranışı durdururlar. Kurallarımızı öğretirler ve sözlerimizin yanıtlayamadığı soruların cevabını verirler. Mantıksal sonuçları yaşayan çocuklar nerede durduklarını, duracaklarını ve onlardan ne beklendiğini bilirler.

Mantıksal sonuçlar hemen verilirlerse, tutarlı, kısa süreli (süreleri belirlenmiş) olurlarsa ve ardından temiz bir sayfa açılırsa daha iyi sonuç verirler.



Mantıksal Sonuçlar Ne Zaman Kullanılmalıdır?

Mantıksal sonuçlar çok geniş bir yelpazede kullanılabilir. Örneğin;



Oyuncakların ya da sahip olunan eşyaların kötü kullanımında mantıksal sonuç, nesnenin geçici olarak elden alınmasıdır.



Ortalığı dağıtmada mantıksal sonuç, ortalığın toplanmasıdır.



Yıkıcı, kırıcı bir davranışta mantıksal sonuç, nesnenin tamiri, yerine yenisinin alınması ya da bedelinin ödenmesi şeklinde olabilir.



Ayrıcalıkların kötüye kullanılmasında mantıksal sonuç, o ayrıcalığın geçici bir süre için kaldırılması ya da değiştirilmesidir.

Problem davranışı azaltmak için davranış sonrası tepkiler veya davranışsal sonuçlar, ödül ve ceza olarak iki gruba ayrılmaktadır (Özyürek,1998).

Öğretmen ve ebeveynlerin davranış bölümlerine ilişkin bir tablo oluşturması ve istendik davranışlar ve istendik olmayan davranışlar olarak bölümlere ayrılması gerekmektedir. Bununla birlikte oluşturulan tablo; ev, okul ve ev ya da okul dışı olmak üzere üç bölümde uygun olan ve uygun olmayan davranışlara bölünmelidir. Oluşturulan tablo incelendiğinde problem davranışların çok önemli bölümünün aşağıda belirtilen dört temel kategori içerisinde yer alacağı görülmektedir.



Ana-baba ve öğretmenlerle ilişki,



Kardeşlerle ilişki,



Akranlarla ilişki,



Kişilerin bireysel alanlarına müdahale ilişkisi,



Güvenlik,



Ahlakî,



Alışkanlık,



Duyguları kontrol ve ifade biçimi.



Davranışsal Sonuçlar

Çocuğun davranışı sonrası çevresindekiler tarafından ortaya konulan tepkiler bu davranışın devamında önemli bir yer tutmaktadır. Bu tepkiler zaman içerisinde problem davranışın yok olmasına ya da daha fazla artmasına yol açmaktadır. DEHB'li olan çocuklar akranlarına göre daha fazla davranışsal sonuca ve mesaja ihtiyaç duyarlar. Öğrencide davranış değiştirme için kuralların sonuçlarla desteklenmesi gerekir.

Sonuçlar, güvenilirliği ve otoriteyi tekrar kazanmada ve çocukların söylenileni dinlemeyi öğretmede yardımcı olur. Uygun olmayan davranışı azaltmak için davranışsal sonuçlardan yararlanır. Sonuçlar;



Çocukların, neyin kabul edilebilir ve kimin yetkili olduğu konusundaki sorularına net ve kesin cevaplar vermektedirler.



Çocukların yaptıkları seçimlerin ve davranışların sorumluluğunu üstlenmelerini sağlayarak sorumluluk kazanmalarına yardımcı olurlar.



Tutarlılıkla kullanıldığında öğrencilerin söylediklerinizi duymasını ve sözlerinizi ciddiye almasını sağlar.

Bu çocuklarda ödülleri etkili kullandığımızda genellikle problem davranışı azaltmak için cezaya ihtiyaç duyulmamaktadırlar.

DEHB olan çocukların sorunlu davranışları azaltmanın en uygun yolu, sorunlu davranış görmezlikten gelirken olumlu davranışları ödüllendirmedir. DEHB olan çocukların;



Kabul edilir davranışları yakalanmalı, (Neyi iyi yaptıysa ona söylenmeli),



Olumlu davranışları ödüllendirilmeli (Ödüllendirirken, neyi iyi yaptıysa tanımlanmalı),



İlerlemeleri ödüllendirilmelidir (ilerlemeler üzerinde konuşulmalıdır).

Örneğin; Sınıfta öğrenciler verilen ödevi kendi başına yaparken, öğrencilerden biri diğerine bakarak yazmaktadır. Burada öğretmen, başkasına bakarak ödevini yapan çocuğu görmezlikten gelerek, ödevini yapanı ödüllendirmelidir. Diğerine bakarak yapan öğrenci, kendi başına ödevini yapmaya başlayınca gayret ettiğini belirterek ödüllendirmelidir.

Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocuklarda Uygun Olmayan Davranışlarının Azaltılmasında Kullanılan Yöntemler Nelerdir?



Bir davranışı izleyen ve o davranışın ilerde gerçekleşme olasılığını arttıran duruma **pekiştirme** denilmektedir. Pekiştirme; olumlu ve olumsuz olarak ikiye ayrılmaktadır (Özyürek, 1998).



Olumlu pekiştirme; davranışı izleyen uyarıcı o davranışın sıklığını arttırmasıdır. Olumlu pekiştirmede yer alan uyarıcıya kısaca pekiştireç denir. “Gülümseme”, “aferin”, “şeker” buna örnektir.



Öğretmen sınıftaki öğrencilerle yıldızı ödül olarak belirler. Öğrenci ödevini doğru olarak yaptığında defterine yıldız koyar. Defterine yıldız konulması öğrencinin hoşuna gitmektedir. Öğretmen öğrencinin defterine yıldız koyarak öğrencinin ileride ödev yapma olasılığını attırmaktadır. Öğrenci, izleyen günlerde de ödevini yapmayı sürdürürse, bu örnek olumlu pekiştirmeyi, yıldız da olumlu pekiştireci örnekler.



Olumsuz pekiştirme, Olumsuz pekiştirmede olumlu pekiştirme gibi davranışın oluşulmasını sağlar. Fakat olumsuz bir uyarıcı sonucu davranış ortaya çıkar. Olumsuz pekiştireç, ceza ile karıştırılır. Örneğin; çocuk ders esnasında yanındaki arkadaşı ile konuşur. Öğretmeni çocuğa susmasını söyler. Susuncaya kadarda öğretmeni söylenir. Çocuk söylenenlerden kurtulmak için susar. Susmasını sağlamak için öğretmenin söylenmesi olumsuz pekiştireci örnekler . Çocuk susunca olumsuz pekiştireç amacına ulaşmış olur. İstenen davranış, ders esnasında arkadaşı ile konuşmama sağlanmış olur.

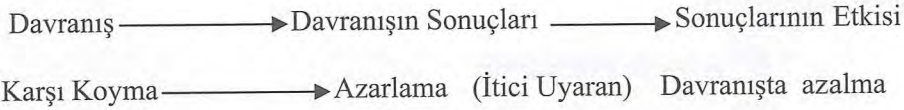
Ceza, istenmeyen davranışın ortadan kalkması için kullanılır (çocuğun konuşmasını önler). Olumsuz pekiştireç ise istenen davranışın ortaya çıkması için kullanılır (Çocuk ders esnasında konuşmaz).

Genellikle normlara uygun olmayan sorunlu bir davranışın yapılmasından sonra “çocuğa bağıırma, aşıağıılama ya da vurma” şeklinde cezalandırıldığı görülmektedir. Ancak, davranış biliminde davranışsal sonuçların, davranışın ileride olma olasılığını azaltma süreci ceza olarak kabul edilmektedir.

Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu olan çocukların davranışını yönetmek için öğretmenler, okulun normlarının belirlendiğı millî eğitimin amaçları doğrultusunda ceza ve işlem süreçlerine yer vermektedirler. Cezanın iki türü vardır:

İtici uyarının (hoş olmayan sözler söyleme, azarlama, tersleme ve bedeninde güç kullanma vb.) davranışı izlemesine bağılı olarak davranışın ileride oluşumunun zayıflamasıdır.

I. Tür ceza



Birinci tür ceza ile uygun olmayan davranışlar azaltılırken, olası yan etkileri unutulmamalıdır. Bu ceza türü ile karşı karşıya kalan çocuk, ceza kaynağından (öğretmen ve ana baba) uzak durmayı veya kaçınmayı öğrenir.

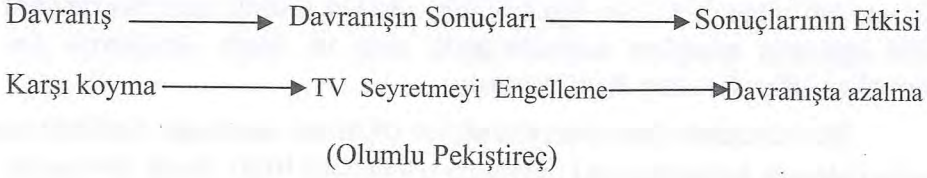
Cezadan kaçınmak için oluşan hile yapma, okuldan kaçma, yalan söyleme, gizleme, çekinme ve inkâr etme gibi sorunlu davranışlar öğrenilmektedir.

Sorunlu Davranış	İtici Uyarınlar
Hile Yapma	Düşük not, azarlama ve dayak
Okuldan Kaçma	Dayak ve aşıağıılayıcı sözler
Yalan Söyleme	Dayak ve azar
Saklanma	Dayak ve azar
İnkâr Etme	Azar ve dayak

Okulda başarıları ödüllendirilmeyen, okulda başarısız olan ve başarısızlığı düşük notla kendisine bildirilen DEHB olan çocuklarda sorunlu davranışlar gelişmektedir. DEHB olan çocuklarda sorunlu davranışların gelişmemesi için, birinci tür cezaya yer vermemek gerekir.

Bedensel güç ve sözlü saldırılarda bulunarak cezayı kullanan öğretmenler, çocuk için ceza modeli olmaktadır. Saldırgan modeli gözlemleyen çocuk, bu kişinin davranışlarını öğrenmekte ve diğer çocuklara göre de daha saldırgan olmaktadır.

II. Tür Ceza;



Sorunlu davranışları azaltmada olumlu pekiştirmenin geri çekildiği dört ayrı işlem süreci bulunmaktadır (II. tür ceza). Olumlu pekiştirmenin geri çekilme durumları:



Ayrımlı Pekiştirme,



Dolaylı pekiştirme,



Sönme ve



Tepkinin bedelinden oluşmaktadır.



Ayrımlı Pekiştirme

Ayrımlı pekiştirme, bir davranışı azaltmak için ödüllerin kullanılmasıdır. Sorunlu davranışları azaltmada en etkili yollarından biri, sorunlu davranış yerine, kabul edilebilir davranışı arttırmaktır. Kabul edilebilir davranışın olumlu pekiştirilmesi, ayrımlı pekiştirmeyle gerçekleştirilebilir.

Pekiştirmeden söz edildiğinde davranışın sıklığı, süresi, şiddeti ya da diğer boyutlarında artış olmaktadır. Ayrımlı pekiştirme işlem süreçleri, çocuğun hedef davranışlarının doğrudan ve olumlu pekiştirilmesini gerektirir.

Ayrımlı pekiştirmenin üç türü vardır.

- I. Seyrek yapılan davranışı pekiştirme,
- II. Başka davranışları pekiştirme,
- III. Karşıt davranışları pekiştirmediir.



Seyrek yapılan davranışı pekiştirme: Bazı davranışlar, belli bir süre içinde belli bir sıklıkla ya da süreyle yapıldıklarında uygun olup, daha fazla yapıldıklarında uygun değildir. Bu yöntem dikkat ve aşırı hareketlilik sorunu olan çocuklarda görülme olasılığı yüksek olan sık sık yerinden kalkma ve saldırgan davranışların azaltılmasında kullanılabilir.

Örneğin; Mehmet 2 dakikalık süre içinde, 10 defa söz almak için elini kaldırır. Bu süre içinde elini kaldırma davranışı çok fazla olmasına rağmen, söz almak için el kaldırmak son derece yararlıdır ve sona erdirilmemelidir. Mehmet'in öğretmeni önce 5, sonra 3, daha sonra da 2 defa elini kaldırdığı sıklıklarda, el kaldırma davranışını ödüllendirir.

Bu yöntemi uygulamak için

- Sorunlu davranış tanımlanmalı,
- Davranışın başlama düzeyi belirlenmeli,
- Davranışın dakikadaki oluş sayısı belirlenmelidir.



Başka davranışları pekiştirme: Azaltılmak istenen davranış gözlem süresi boyunca hiç yapılmadığında, gözlem süresi sonunda ilk yapılan herhangi bir olumlu davranış ödüllendirilir.

Ayşe ders çalışırken dikkatini derse 4 dakika yoğunlaştırabilmektedir. Ayşe'nin annesi ders çalışma süresini 4 dakikalık 3 bölüme ayırmıştır. Ayşe dikkatini topladığı bölümlerde ders dışı bir etkinlik (dinlenme veya TV izleme) için puan kazanır.

Ali'nin aşırı hareketlilik sorunu vardır. Matematik ve hayat bilgisi derslerinde sınıf içinde sık sık yerinden kalkarak arkadaşlarını çeşitli şekillerde rahatsız etmekte ve sınıf ortamını bozmaktadır. Bunun için öğretmeni, öğrencinin kaç kez yerinden kalktığını belirler. Ali her 2 dakikada bir yerinden kalkmaktadır. Öğretmeni sınıf içinde yerinden kalkmadığı her 2 dakika sonra "çok iyi yerinden kalmadın. " der ve başını okşar. Bir haftalık uygulamadan sonra yerinden kalkmama davranışı 3 dakikaya çıkarılır.



Karşıt (uyuşmayan) davranışları pekiştirme: Bu yöntemde istenmeyen davranışın yerine geçecek uyuşmayan davranışlar belirlendikten sonra uygun ödüller ve ödüllendirme tarifeleri belirlenir. Sadece uyuşmayan davranışlar ödüllendirilip, diğer davranışları görmezden gelerek ayrımlı pekiştirmeye yer verilmelidir. Hedef davranış görmezden gelinirken; karşıt davranış pekiştirilir.

Örneğin; sınıfta dolaşma davranışının karşıtı, yerinde oturma davranışdır. Dolayısıyla, çocuk yerinde oturduğunda pekiştirilir, sınıfta dolaştığında ise görmezden gelinir.



Dolaylı pekiştirme

Model alma burada önemlidir. Çocuğun arkadaşının uygun davranışı pekiştirilir. Çocuğa bunu gözleyerek öğrenme fırsatı verilir. Dikkat ve aşırı hareketlilik sorunu olan çocuk için model olabilecek birinin davranışı pekiştirilir ve bunu görme fırsatı tanınır.



Sönme

Sönme, bir davranışın sürmesini sağlayan ödüllerin geri çekilmesidir. Sönmede, uygun olmayan davranışı sürdüren ödüller geri çekilirken mutlaka uygun olan davranış bir şekilde görülmeli, onaylanmalı ve ödüllendirilmelidir.

Sönmede, davranışı sürdüren ödüller tam olarak belirlenmeden, davranışı izleyen olaylara son verilirse, çocuğun davranışında hiçbir değişiklik olmaz. “Görmezlikten gelme” sıklıkla ve yanlış olarak sönmenin yerine kullanılmaktadır.

Sönme sürecini uygulamaya koyan öğretmenler, davranışta azalma gözlemeden önce, hedef davranışın çeşitlenmesi, şiddetlenmesi ve ani bir artışın olmasına hazır olmalıdır. Sönme programının uygulanması sırasında, sönme patlaması olasılığının yüksek olması nedeniyle öğretmenler:



Davranışı sürdüren pekiştirme tarifelerini analiz etmeli,



Davranış çeşitlense, şiddetlense ve artsa da sönme işlem sürecini sürdürmeli,



Yaşanılan ortamda davranışta oluşan artışa, çeşitlenmeye ve şiddete hoşgörü gösterilmeli,



Daha fazla kabul gören davranışlar onaylanarak güçlendirilmelidir.



İstenmeyen Davranışın Söndürülmesi Protokolü Nedir ?

Çoğu kez sınıflarda dikkat ve aşırı hareketlilik sorunu olan öğrenciler bazı davranışları ile sorun çıkarırlar. Bu sorunlar çoğu kez ders dinleyen grup yapısını bozucu olabileceği gibi bazen de gelişen bir birey olan öğrencinin kendisini rahatsız edici nitelikte olabilir. Böyle öğrencilere bu davranışlarını yapmamalarını söylemek her zaman belli bir direnci göze almak demek olacaktır. Özellikle birçok eğitimcinin bu uyarıları o an sınıf içinde yapması direnci daha da artırır niteliktedir.

Bu protokoldeki amaç, öğrencinin önce istenmeyen davranışını kabul etmesi, ardından bu davranışı engelleyecek gücün kendinde olduğunu bilerek davranışını değiştirebilmesidir.

Uygulama:

Öğrenci sürekli olarak belli bir davranımda bulunuyorsa gözleyen öğretmen, öğrenciyi rehberlik servisine gönderir.

Rehberlik servisi, öğrenci ile istenmeyen davranım hakkında konuşarak öğrencinin bu davranıma ilişkin tutumunu ölçer (Rehberlik servisi bu aşamada, görüşmeyi mutlaka tarih ve içeriği ile birlikte kayıt etmelidir.).

Öğrenci istenmeyen davranımını engelleme yönünde istekli olursa davranış kontratı yapılır.

Bu anlaşma öğrencide oluşturacağı ciddiyet ve belgelenmesi açısından özel olarak hazırlanmış bir anlaşma kâğıdına mutlaka imzalanarak yapılmalıdır. Anlaşma sırasında davranımı gözleyen öğretmen, rehber öğretmen ve öğrencinin bulunması şarttır.

Anlaşma sağlandıktan sonra öğrenci yalnızca anlaşma sırasında hazır bulunan ve davranımı gözleyen öğretmenin derslerinde davranışını kontrol etmeye söz vermiş olur.

Bu anlaşmanın en az 20 ders saatini kapsadığı da öğrenciye belirtilir.

Eğer anlaşma sonunda öğrenci başarılı olursa, davranımın niteliği ve yayılım alanına göre diğer öğretmenler, okul yönetimi ve aile haberdar edilerek olumlu davranış sosyal pekiştiricilerle oturtulmaya çalışılır.

Gözlemlerimiz; öğrencinin yaşı ilerledikçe diğer öğretmenlere, okul yönetimi ya da aileye haber verilmesinin rahatsızlık ve utanç verici olduğu yönündedir. Bu nedenle bazı öğrencinin ruhsal yapısı iyi tanınarak gerekirse bu değişiklik anlaşmayı imzalayanlar arasında bir sır olarak tutulmalı fakat öğrencinin diğer değiştirilmesi arzu edilen davranımları için buradaki başarısı hatırlatılarak denetlemeli ve değiştirmeye özendirilmelidir.

İstenmedik davranım değişip değişmediğini gözleyen sınıftaki öğretmen olacaktır. Rehberlik servisini düzenli olarak bilgilendirerek yeterli motivasyonun sağlanması için gerektiğinde devreye girilmesine zemin hazırlamak gerekecektir.

Bir diğer önemli konu ise, istenmeyen davranımın hemen sönmeyeceğinin bilinmesidir. Bilinen bir sistematik olarak söndürülmeye çalışılan davranımın sıklığında artış gözlenecektir. Ama bu başarısızlık anlamına gelmemelidir. Sönecek davranımın süreci için doğal görülmesi gereken bir durumdur.

Öğrencinin söndürülmeye çalışılan davranımını denetleyip denetleyemediği onu gözleyen öğretmenin karar vereceği bir konudur. Önerimiz ilk günler için çok da fazla bir sönmenin beklenmemesi gerektiği yönündedir. İlk günler daha çok teşvik amaçlı olacaktır.

Gerekli sönme sağlanamazsa rehberlik servisi konuyu daha farklı yöntemlerle ama anlaşarak çözüme yoluna gitmelidir.



İSTENMEYEN DAVRANIŞIN SÖNDÜRÜLMESİ PROTOKOLÜ

(İlköğretim 5. sınıftan itibaren kullanılabilir)

Ben(öğrencinin adı soyadı),(davranışın adı) davranışımı,(öğretmenin adı soyadı) öğretmenimin derslerinde en az(ders saati sayısı başlangıç için genelde 20 saat) ders saati denetleyebileceğime inanıyor ve gerekli çabayı harcayacağıma söz veriyorum. (Tarih)

İMZA

Öğrenci
Servisi

İMZA

Öğretmen

İMZA

Rehberlik

DEHB olan çocuklarda sıklıkla görülen ve sönme yöntemi ile azaltılmak istenen sorunlu davranışlara yönelik müdahale yöntemlerine aşağıda yer verilmiştir.



Karşı Gelme

Karşı gelme, “Yapmayacağım.” “Hayır.” “İstemiyorum.” “Yapmak zorunda mıyım?” gibi davranışlarıdır.

DEHB olan çocuklarda karşı gelme tepkileri hâlihazırda gelişmişse, karşı koyma davranışına ne kadar dikkat ettiğinize, bakmalısınız. Saygısız ve kural tanımayan çocuğun aşağılamalarına dikkat edilirse, bu tür davranışların arttırılması tuzağına düşülmüş olur. Bu davranışlar yerine, olumlu etkileşimlerine dikkat edilmeli ve bu davranışları pekiştirmenin bir yolu bulunmalıdır.

Öğrenciye sınırlandırılmış seçenekler verilirse, karşı gelme tepkileri önlenir. Örneğin, derse girmeden önce top oynayan çocuğa, “Haydi şimdi sıraya gir.” denilmesi, öğrencinin karşı gelmesine zemin hazırlar. Bunun yerine “Bir kez daha topa vur ve sıraya gir.” şeklindeki seçenek sunma, karşı gelmeyi önleyebilir. Çocuk, bir kez daha topa vurduktan sonra sırasına geçer.



Saldırganlık

Başkalarını incitmek için vurma, tekmeleme ve ısırma gibi davranışlarda bulunma, saldırganlık olarak isimlendirilir. Engellenme saldırganlığa neden olabilmektedir. Saldırgan davranışları görmezlikten gelen öğretmenlerin sınıfında, çocukların saldırgan davranışlarında azalma olmaktadır.

Saldırganlığın önlenmesi için;



Saldırganlığın ödüllendirilmediğinden emin olunmalıdır. Saldırgan davranışa dikkat etme, saldırgan davranışı ödüllendirme anlamına gelir. Bu nedenle saldırgan davranışa dikkat edilmemeli, görmezlikten gelinmelidir.



Saldırgan davranışa ceza verilecekse, cezayı veren kişi saldırgan modeli oynamamalıdır. Ceza olarak, sadece ödüller geri çekilmelidir.



Öğrencinin iş birlikçi davranışı, doğrudan ve anında pekiştirilmelidir.



Saldırganlıkla aynı işlevi olan davranışların (nazıkçe bir şey isteme, izin aldıktan sonra bir şeyi alma, özür dileme, teşekkür etmenin) ipuçlarından ve kurallardan yararlanılarak öğretilmelidir.



Hoş Olmayan Sözler

Çocuklar hoş olmayan sözler söylediğinde yetişkinler, bu tür sözleri üzerinde durarak ve bunlara dikkat ederek bunların söylemesini desteklemiş olurlar.

Genel olarak, sözel saldırı kapsamındaki hoş olmayan sözlerin azaltmak için, sözel saldırıları görmezlikten gelinmeli ve kabul edilebilir sözel ifadelere dikkat edilmelidir. Kötü sözler söylenince, sanki bir şey söylememişçesine davranılmalıdır. Aksi şekilde davranma, sözel saldırıları ve kötü sözler söylemeyi yerleştirir ve artırır.

Hoş olmayan sözler söylendiğinde pekiştireçler geri çekilmeli ve sözel saldırganlıkla aynı işlevi paylaşan “iş birliğinde bulunma” davranışları pekiştirilerek bu davranış azaltılmalıdır.



Tepkinin Bedeli

Tepkinin bedelinde kazanılmış olan ödüllerin geri alınması söz konusudur. Tepkinin bedeli, sorunlu bir davranışın gösterilmesine bağlı olarak elde edilmiş ödüllerin bir kısmının alıkonulması ya da geri alınmasıyla söz konusu olan davranışın oluşumunu azaltma işlem sürecidir. Tepkinin bedeli, birinin yaptığı uygunsuz davranışına para cezası kesmeye benzer. Sürücüler hız limitinin üzerinde araba kullanır ya da hatalı sollamalar yaparlarsa para ödemeleri gereken bir ceza kesilir. Kesinleşen ceza, hız limitinin tekrar üzerine çıkma ya da hatalı sollamayı azalttığında, tepkinin bedeli uygulanmış olur. Öğrenciler sınıfta uygun olmayan davranışlar gösterirlerse, sınıfa uygun olmayan davranışlarını azaltmak için teneffüse geç çıkarılır.

Uygun davranışlarından dolayı puan verilerek ödüllendirilen DEHB olan öğrenci, uygun olmayan davranışları için de sahip olduğu puanlarını yitirir.

Örneğin; okuma dersinin başında, Mustafa'nın diğer derste kazandığı öğle tatilinde 15 dakika bilgisayar odasında kalma süresi vardır. Ders sırasında Mustafa'nın her yüksek sesle konuşması, ona bilgisayar odasında kalma süresinden 1 dakika geri alınmasına yol açar. Mustafa'nın sık olan yüksek sesle konuşma davranışı azalmıştır. Bu örnekte, sınıfta uygun davranışlar ödüllendirilmektedir. Uygun olmayan yüksek sesle konuşma gibi davranışlardan sonra, ödüllerin bir bölümü geri alınarak uygun olmayan davranış azaltıldığında, tepkinin bedeli uygulanmış olmaktadır.

Tepkinin bedelinin bir başka türü ise daha önce kazanılmış ödüllerin belirli bir bölümünün bir başka öğrenciye verilmesidir. Örneğin; DEHB olan öğrenci her okuma dersinin başında, çikolata almak için kullanacağı bir miktar parasını öğretmenine verir. Ders sırasında, öğrenci dersi izlemek yerine arkadaşıyla konuştuğu her bir durumda, bu paranın beşte birini öğretmen alıkoyarak kavanoza koyar. Bu para, haftalık harçlıklarında kullanılmak üzere, öğrencinin anne babasına gönderilir. Derste arkadaşlarıyla konuşma gibi istenmeyen davranışlar, öğrencinin sahip olduğu ödüllerin yitirilmesine sebep olmaktadır. Öğrencinin arkadaşlarıyla konuşma davranışlarında bir azalma meydana gelirse, tepkinin bedeli başarıyla uygulanmış demektir.

Etkili Kullanımı

Atılacak ilk adım, istenmeyen davranışa bağlı olarak geri alınabilecek doğal ödüllerin olup olmadığı belirlenmelidir. Örneğin; teneffüs süresi, serbest okuma zamanı ya da serbest oyun zamanı tepkinin bedelinde kullanılabilir doğal ödüllerdir. Tepkinin bedeli, doğru ve tutarlı uygulandığı takdirde son derece etkili davranış azaltma işlem sürecidir. Tepkinin bedelinin kullanılması için izlenecek basamaklar şöyledir:

Tepkinin bedeline DEHB'li öğrenci ödüllere sahip olduktan sonra başlanmalıdır. Dönüştürülebilir sembolle ödüllendirme uygulamalarının bir parçası olarak tepki bedeline yer verilir. Bu işlem sürecinin uygulanması sırasında öğrenciler ödül biriktirmeye başladıktan sonra, tepkinin bedelinin uygulanması da sisteme dahil edilir.

Tepkinin bedelinin uygulanmasının ikinci adımı, ödül kazandıran ve kaybettiren davranışları açıkça tanımlamalı ve DEHB'li öğrenciye anlatmalıdır. Öğrenci ödül kazandıran ve kaybettiren davranışların neler olduğunu tam olarak kavradıktan sonra, işlem basamağına geçilmelidir.

Ne zaman ve ne kadar ödül kazanacağı ve kaybedeceğinin kurallarını kazandırma üçüncü adımdır. Ödül kaybetme kuralları öğrencinin öğrenme özgeçmişini, istenmeyen tepkinin niteliği, sahip olunan pekiştirici sayısı, türü ve olası yan etkiler dikkate alınarak oluşturulmalıdır.

DEHB olan öğrenci kazanmış olduğu ödülleri vermeyecek olursa neler yapılmalıdır;








Öğrencinin kazandığı ödülleri geri vermeyeceği akılda tutularak ek plânlar yapılmalıdır.








Ödülün geri vermesi gerektiğine ilişkin uzun tartışmalara girilmemelidir. Ayrıca, hiçbir zaman zorla geri alınmamalıdır.



Kazanmış olduğu puanlar üzerinde konuşulmamalıdır.

-  Diğer pekiştireç kazançlarına ve pekiştirici etkinliklere ipotek konulmalıdır.
-  Ödüllerin geri alınmasında, ödül geri alım yöntemine bakmaksızın, izlenen süreç objektif, kısa ve alış veriş yapar gibi olmalıdır.
-  Neden geri alınacağı ve gerekçeleri üzerinde uzun uzun konuşulmamalı ve tartışılmamalıdır.
-  Konuşmak gerekirse, bir başka yere ve zamana bırakılmalıdır.
-  Geri alma sırasında çıkabilecek olası sorunlar, ödül kazanma ve kaybetme ilke ve kurallarının açıkça kazandırılmasıyla önlenmelidir.

Tepkinin bedelini etkili kullanım için;

-  Hedef davranışın her oluşumunu, tepkinin bedeli izlemelidir.
-  Olumsuz puan biriktirmesine asla fırsat verilmemelidir.
-  Kazanılan puanların, kaybedilen puanlara oranı, kazanılan puanların lehine olacak şekilde denetim altında tutulmalıdır.
-  Uygulayıcı tepkinin bedelini işe koşarken çocuktan çekinmemelidir.
-  Olumlu ve uygun davranışlar fırsatlar elverdiği ölçüde ödüllendirilmelidir.

Tepkinin bedeli sönme gibi davranış aşırılıklarını azaltmada kullanılan yararlı bir işlem sürecidir. Tepkinin bedeli, sahip olunan ödüllerin geri alınması nedeniyle ceza işlem süreci içindedir.

Tepkinin bedeli, uygulaması kolay bir yöntem olduğundan, kolaylıkla istismar edilebilir. Öğretmenler, DEHB olan çocukların çok sayıda rahatsız edici davranışlarıyla uğraştıklarından dolayı bu çocuklara aşırı büyüklükte cezalar verebilir ya da tepkinin bedelini gereğinden daha sık kullanabilir. Örneğin, davranış 30 dakikalık bir süre içinde 2 defa meydana gelirse, tepkinin bedeli uygulanmalıdır. Üçüncü bir davranış gösterilirse, daha zorlayıcı bir sonuç olan mola (tüm ödüllere yoksun bırakma) uygulanmalıdır.

Tepkinin bedelinin kullanılmasında temel amaç, ödülün geri alınması değildir. Öğrencinin daha çok ödül kazanabileceği düzenlemelerde bulunmalıdır. Olumlu ödüllerin kazanılma fırsatları olduğunda, tepkinin bedeli kullanılabilir.

Tepkinin bedeli; DEHB olan çocukların saldırgan davranışları, uygunsuz konuşmaları, aşırı hareketlilik, kendini kontrol edememe ve ağlama ..vb durumlarda işe yaramaktadır. Bu işlem süreci, güçlü bir ödül sistemiyle eşleştirildiği zaman, çabuk ve kalıcı etkiler yaratmaktadır.

Tepkinin bedeli yöntemi kullanılırken çocuğun davranışına ilişkin açıklama getirilmeden ödülün alınması biçiminde cezalandırma yoluna gidilirse davranış değişmemekte ancak bastırılmaktadır. Bu nedenle davranışa ilişkin açıklama yapma, öğrencinin kendi duyguları ve karşısındakinin duyguları üzerinde düşünmesine yardım etmiş olur.



Mola Süreci

Mola pekiştireçlerden uzakta geçirilen zaman anlamına gelmektedir. Mantıksal bir sonuç olarak kullanıldığında çok etkili bir eğitim yöntemidir. Mola yöntemi çocuklara doğru mesajlar iletir. DEHB olan çocuklara dürtü kontrolünü sağlamak için gerekli zamanı sağlar. Mola, çok açık bir davranışsal mesajdır ve mola yöntemi süreçtekilerin hiçbirinin duygularını incitmeden amaca ulaşılmasını sağlar.

Öğretmen-öğrenci arasında sınıf içi öfkeli ve bezmiş tutum-davranışların durdurulması için sakinleşme yöntemi mola zamanı olarak kullanılabilir.

Örnek:” Sanırım her ikimizinde biraz sakinleşmek için zamana ihtiyacımız var. Beş dakika sonra konuşalım”



Mola Yöntemini Kullanmanın Kuralları

Mola, hızlı, basit ve uygulaması kolay bir yöntemdir ve hemen her yaş çocuğunda (dört yaşından itibaren ergenlik yılları boyunca) ve pek çok değişik durumda uygulanabilir. Mola kararlılıkla ve mantıksal bir sonuç olarak uygulanırsa çok etkili bir yöntemdir.



Kullanmadan önce öğrencilerinize molanın ne olduğunu anlatın.

Örnek olarak, “Senin iş birliği yapmana ve kurallarını öğrenmene yardımcı olması için yeni bir planım var. Sanırım bu daha iyi geçinmemizi sağlayacak. Şöyle uygulayacağız: Senin iş birliği yapmadığını fark ettiğimde, önce sana durmanı söyleyeceğim. Devam ettiğin takdirde sınıfta belirlediğimiz köşede belirli bir süre oturacaksın. Daha sonra davranışın hakkında konuşacağız. Bu yöntemi ihtiyaç duyduğumuz sürece uygulayacağız. Anladın mı? Nasıl uygulayacağımızı kendi sözcüklerinle bana anlatır mısın?”



Uygun bir mola yeri saptanmalıdır.

Mola için uygun bir yer belirlemek çok önemlidir. Mola yeri eğlendirici materyallerden uzak olmalıdır. Sınıf içinde kapının yanında çocuğun yüzü duvara karşı gelecek biçimde bir sıra hazırlanabilir.



Bir saat kullanabilir.

Her yaş için bir dakika kuralı uygundur (beş yaşındakine beş dakikalık süre gibi). Çok ciddi davranışlar için (örneğin vurma, tekmeleme ya da yıkıcı davranışlar), süreyi ikiye ya da üç katına çıkarabilirsiniz.



Kurallar ihlâl edildiğinde, mola yöntemi doğrudan uygulanmalıdır.



Moladan sonra öğrenciyle sergilediği davranış hakkında sakince konuşulmalıdır.



Mola yönteminden sonra temiz bir sayfa açılmalıdır.

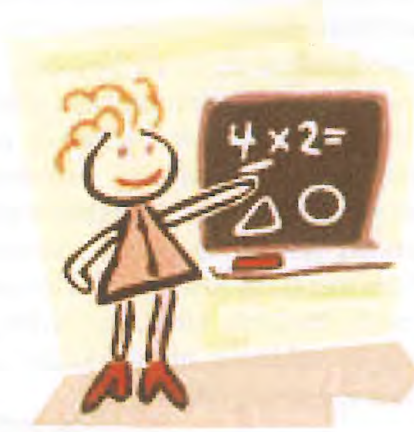


İhtiyaç duyulduğunda mola yöntemi kullanılmalıdır.

Mola, uygun kullanıldığı sürece iyi bir eğitim aracıdır. Molayı; saygısız davranışlar, meydan okuyan davranışlar, kin dolu ve inciten davranışlar, öfke nöbetlerinde kullanabilirsiniz.



Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocuklara Yönelik Sınıf İçi Etkili Eğitim Yöntem ve Teknikleri Nelerdir?



DEHB olan çocukların yapıcı bir etkinlikle uğraşmaları, uygunsuz davranışlarda bulunma ihtimallerini azaltmaktadır. Öğretmenin sınıfta disiplini sağlamak için;



Çalışma Planı Öğretme-öğrenme sürecinde, DEHB olan öğrencinin neyi, nasıl, ne zaman, ne kadar yapacakları çalışma planında belli olmalıdır.



Etkinlikleri Akıcı Hâle Getirme Kesintisiz etkinlik akışı sağlanabilmesi için, öğretim sırasında canlılığı korumak, fazla hızlı adımlarla gitmemek ya da sunumu yavaşlatmamak, direktif ve bilgileri açık bir şekilde sunmak, projeler üzerinde çalışırken neler yapılacağını söylemek, tahtaya yazmak ya da yansıtmak gibi yollar izlenebilir.



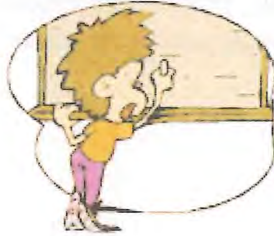
Öğretim Sunusunu Hazırlaması

Öğrencilerin özelliklerini dikkate alarak öğretim sunusunun öğrencilerin dikkatini çeken ve sürdüren şekilde hazırlanması. Öğretmen öğretim etkinliklerini ilginç ve heyecan verici şekilde sunarsa çocuklar da sunulan öğretim içeriğini ilginç ve heyecan verici bulurlar. Öğrencilerin dikkati çekilmeden ve dikkatleri toplanmadan, ne sunulursa sunulsun hiç fark etmez, öğretim sonuçları öğrencide gerçekleşmez. Herhangi bir ortamda öğrencilerin dikkatlerini tutmanın anahtarı, dikkat etme davranışlarının pekiştirilmesidir. Dikkat toplamak için, anlatım hız ve ritminin zaman zaman öğretmen tarafından değiştirmesi gerekir. Sunuyu sunarken meraklandırıcı etkinlikler eklemelidir. Örneğin, “Pencere duvarı içiiiiinde”. Benimle şimdi siz söyleyiiiinin.” Burada “i” sesini herkesin baktığı ve beklediği bir ana kadar uzatarak öğrencilerin dikkati öğretim üzerinde toplanmış olur.



Kuşkulanma

“Bakın bu çok güç olabilir. Bunu yaparken zorlanacağınızı sanıyorum ama yapabilirsiniz.” ifadelerinde olduğu gibi, öğretim sunusu ve etkinliklerine esrarengiz bir hava verilerek sunuya dikkat etme sağlanabilir. Çocuklar doğru yaptıktan sonra “Başaracağınızı biliyordum. Bugün hepimiz harikasınız.” gibi sözler öğrencinin derse olan ilgisini artırır.





Yazı Tahtasının Kullanımı

Yazı tahtasına ne yazılacağı kesinlikle bilinmeli ve çabucak yazılmalıdır. Yazı tahtasını kullanmanın ilk kuralı (eğer kullanılacaksa) ona yakın durulmasıdır. Yazı tahtasını kullanan bir öğretmenin yüzü kesinlikle yazı tahtasına dönük olmamalıdır. Zamanın büyük çoğunluğunu tahtaya yazı yazarak harcayan öğretmen, öğrencisine de zamanını boşa harcama ve yaramazlık etme fırsatı vermiş olur.



Öğrenci Çalışmalarının Kontrolü

Öğrencinin hazırladığı her ödevin öğretmeni tarafından kontrol edilmesi mutlaka gerekmektedir. Öğretmenin öğrencinin ödevinin takip edildiğini bilmesi yapılan ödevlerin sayısını arttıracaktır.



Öğretmenin Sınıf Önündeki Duruşu

Öğretmen grubuyla bütünleşmeli, fakat kontrolü elinde tutacak bir pozisyonda da olmalıdır. Öğrencilerin tümünü görebilmeli, aynı zamanda tüm öğrencilerin de kendisini görmesini sağlamalıdır. Eğer bu pozisyonu sağlayamazsa gerçek yöneticilik yapamaz, öğrencilerin dikkatlerini çekmede zorlanır. Konuşurken oldukça sakin olmak ve dikkati çekmek için el ve kolları yerinde kullanmak gerekir. Öğrencilerin sıralarından birine oturmak, hatta (eğer sıralar sabit değilse) öğrencilerle birlikte yarım daire şeklinde oturmak en iyi yoldur.



Anlık Sessiz Kalma

Aritmetik problemini, cümleyi ya da alıştırmayı yazmadan önce, bir süre bekleme ya da öğrenciler yaptıktan sonra tepkide bulunmadan bekleme, yine sununun dikkat çekici olmasını sağlayabilir. Öğretim sunularında değişik aralarda sessiz kalma davranışına yer verme iki bakımdan önemlidir. İlki, dikkat etme işaretidir. Yani, öğretim etkinliği sunulacağından herkesin dinleme-sessiz şekilde beklemesinin işaretidir.

Bu öğretmenin öğretim etkinliğini sunmaya başlayacağını işaretidir. Sunuya başlayınca ya da öğretim sessiz kalmasıyla öğrencilerin öğretmene ve sunacaklarına dikkat etmeleri sağlanır. Ayrıca, sessiz kalma öğrencilerin sessizlikten sonra ne geleceğini beklemelerine hizmet ettiğinde dikkat etme gerçekleşir.

İkinci olarak, öğretim sunusu sırasında öğretmenin sessiz kalması (dörde kadar sayarak bekleme), öğrencilerin tepkide bulunabileceklerinin işaretidir. Öğretmenin sessiz kalması çocukların yanıtlarını toparlamaya fırsat verdiğinden, doğru tepkilerde bulunmalarını artırır.



Konuşmanın Ritmi ve Tonunu Değiştirme

Konuşma ritmi (hızlı hızlı konuşma, sonra yavaşlama) ve tonunda (bağırarak ve daha sonra duyabilecekleri kadar yüksek sesle anlatma) oluşturulan değişiklikler, öğrencilerin öğretime dikkat etmelerinde ve dikkatlerini sürdürmede yardımcı olur.



Meraklandırıcı Etkinlikler

Öğrencilerin dikkat etmelerini sağlamanın bir başka yolu da, bundan sonra ne geleceğini sormaktır. Örneğin, resimli materyallerden oluşan öğretim etkinliğinde, resimler kullanılmaya değin bir şekilde tutulmalıdır. Çocuklara görülecek bir şeylerin olduğu izlenimi verir. Ama gösterilmeyerek, dikkat etmeleri sağlanır. Öğretim örneklerinin tümünü aynı anda sunma yerine, örnekleri tek tek sunma, öğrencilerin dikkatlerini kontrol etmede etkili olur. Öğretim görüntülerinin her defasında yeni olması ve sürekli değişmesi, dikkati kontrol etmede etkilidir. Arada sırada, sıralarının içine sürprizler, öğretim etkinliklerine dramatik ve komik örneklerin yerleştirilmesi öğretim sunusunu etkili kılar.



Yarışma Düzenleme

Davranışları ve işlemleri yapma hızlarını arttırma amaçlandığında , sınıf içinde yarışmalar düzenleme çok faydalı olabilir.



Kasıtlı Hatalar Yapma

Öğrenilmiş davranışlar gözden geçirilirken, öğretmenin kasıtlı hatalar yapması, öğrenilenlerin yerleşmesine yardım eder. Çocuklar bildikleri konularda öğretmenlerinin hatalarını yakalamaktan çok fazla haz duyarlar. Öğrenciler, öğretmenin hatasını seslendirdikten sonra öğretmen, hatayı yapmış olmasına öfkelenmiş ve hemen hatasını düzeltmek ister gibi davranır. Örneğin, öğretmen doğru cevabı söyledikten sonra, yanlış yanıtı tahtaya yazabilir. Bir sözcüğü yanlış okuyabilir ya da aritmetik problemini yanlış çözer. Çocuklar hatayı atarlarsa başarısızlıklarından keyif alırcasına “Bu kez sizi nasıl kandırdım. Sahiden dokuza iki eklenince yedi ettiğini mi sanıyorsunuz?” diyerek onlarla eğlenir. Çocuklar, öğretmenin hatasını yakalayınca başarısızlığından keyif alır ve kendileriyle gururlanmış gibi davranırlar. Kasıtlı hatalar yapma öğretimin eğlenceli olmasını sağladığı gibi öğrencilerin sürekli dikkatli olmalarını ve çocuklara, otorite olan öğretmene güvenilmeyeceğini, ama gerçek olan bilginin kendi değerlendirmelerinin sonucunda kazanılacağını da öğretir.



Olamayacağını İleri Sürme

Eşitliğin her iki tarafındaki sayıların yerleri değiştiğinde sonuç değişmez gibi kurallar öğretilirken, ilk olarak kuralın örnekleriyle ilgili alıştırmalara yer verilir. Öğretmen ilgiyi ve dikkati sürdürürebilmek için kuralın birkaç örneğinden sonra, yeni örnekleri sunar ve bu örneklerde kuralın işlemeyeceğini ileri sürer. Örnekleri çözer ve kuralın işlediğini görünce de çok şaşırır. Kendinden hoşnut olmamış gibi davranır.



Tutarlılık

Öğrenci kendisinden beklenen davranışlar konusunda öğretmenin tutarlı olduğunu bilirse, öğretmenin iyi disiplin sağlama şansı daha fazla olur. Öğrencilerin “konuşma ve gezinme” gibi sınıf kurallarını bozan davranışlara bazen aldırıyor, bazen izin vermiyorsa, bu durum öğretmenin tutarsızlığını gösterecektir.



Öğretmen Kontrolü

Öğretmen, ihtiyacı olan DEHB olan öğrencileri izler. Bu izleme esnasında öğrencilerin ne derece ilerlediklerini de öğrenir.



Öğretmenlerin Sınıf İçi Disiplin Sorununa Müdahale Yöntemleri Nasıl Olmalıdır?



Görmezden Gelme

Ders başladığında Ali dikkati dağıtmak ya da çekmek için kalemiyle sıraya vuruyor. Bu durumda öğretmen Ali'nin yanında oturan Sema'ya yaklaşarak kurallara ne kadar iyi uyduğunu söyleyerek Ali'ye mesaj gönderiyor. Böylece Ali kendisini, sınıfın dikkatini dağıtmadan dersi dinlemek zorunda hissetmektedir.



Fiziksel Yakınlık

Öğretmen istenmeyen davranışı yapan öğrenciye yaklaşarak, fiziki yakınlığın gücünü kullanır.



Göz Teması ve Sözsüz Uyarıcılar Kullanmak

Öğretmen göz teması sağlanana kadar öğrenciye bakar ve istenmeyen davranış sona erer. Göz teması devam eden bir etkinliği kesmeden yapılabilir. Öğretmen öğrenci uygun davranışı gösterene kadar göz temasını sürdürmelidir.



Yeniden Yönlendirmek

Bu yöntem öğrenciyi ne yapması gerektiği konusunda yönlendirir. “Artık yazınla ilgilenmenin zamanı.”, “Herkesin şimdi 24. sayfayı bitirmesi gerekiyor”, gibi ifadelerle öğrenci tekrar yönlendirilir.



Vazgeç İfadeleri ve Uyarılar Kullanmak

“Onu bir kenara koy ve buraya bak.”, “Şu anda ne yapıyor olman gerekir?” veya “Başkası konuşurken konuşuyor muyuz?”. Şeklindeki ifadelerle öğrenciyi arkadaşlarının önünde utandırmamalıdır. Bunun yerine öğrenciye alçak sesle yaklaşmak en iyi yoldur.



Sessizlik Zamanı Vererek

Gürültü olduğunda “Şu anda ne yapıyorsanız bırakın.” denmeli ve sessizlik bir iki dakika kadar sürmelidir.



Güçlü Vazgeç İfadeleri Kullanarak

“Bu davranışına hemen bir son vermelisin.” gibi vurgulu bir vazgeç ifadesinin kullanılması gerekmektedir.



Kısa Ara Vermek

“Ayşe’ye vurman doğru bir davranış değil, bence davranışının üzerine düşünmek için bir zamana ihtiyacın var. Boş olan şu sıraya geç. İki dakika sonra sakinleşince konuşalım.” Şeklinde davranış sonrasında kısa ara vermek veya mola vermek gerekmektedir.



Öğrenciyle Bireysel Konuşma

Öğrencinin olumsuz davranışına ilişkin sınıf dışında konuşma tercih edilmelidir. Ders esnasında diğer öğrenciler serbest çalışırken de konuşulabilir.



Problemi Tanımlamak ve Çözmek

Problemin tanımlanmasını ve problemin öğrencilerle çözümünü içerir. Bu çözümde şu aşamalar uygulanır;



Sorunu tanımlama,



Olası çözümler üretme,



Çözümleri değerlendirme,



En iyi çözümün hangisi olduğuna karar verme,



Bu kararın nasıl uygulanacağına karar verme,



Çözümün başarısını değerlendirme.

Örneğin: “Beni oyuna almıyorlar.”Aşağıda bu probleminin çözüm basamakları yer almaktadır.

Öğretmen: Ne oldu? Sorun nedir?

Öğrenci: Beni oyuna almıyorlar!

Öğretmen: Bazı çocuklar mı yoksa bütün çocuklar mı seni oyuna almak istemiyorlar?

Öğrenci: (Cevap verir)

Öğretmen: Oyuna katılmak için ne söyledin ya da yaptın?

Öğrenci: (Cevap verir)

Öğretmen: Sen böyle söyleyince/yapınca sonuç ne oldu?

Öğrenci: (Cevap verir)

Öğretmen: Bu söylediğin/yaptığın, oyuna katılabilmek için senin yapabileceklerinden yalnızca biri. Peki, oyuna katılabilmek için daha BAŞKA ne söyleyebilirsin/ yapabilirsin?

Öğrenci: (Cevap verir)

Öğretmen: O zaman şimdi arkadaşlarının yanına gitmeli bu fikrini denemelisin.

Bazen bu aşamalardan biri ya da birkaçı kullanılmayabilir ama bu basamaklar akılda tutulmalıdır. Öğretmen bir arabulucu gibi davranarak öğrencileri konuşurmak suretiyle yöntemin uygulanmasını kolaylaştırmalıdır.



Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocukların Uygun Davranışlarını Arttırma Yöntemleri Nelerdir ?



Olumlu pekiştirmeyele DEHB olan çocukların uygun davranışlarını arttırma ve sürdürmek için çeşitli ödüllerden yararlanılır. Bu ödüller:



Sosyal Ödüller/Pekiştireçler

Birine hoş, güzel şeyler söyleme, övme ve onunla ilgilenme, kutlama, onaylama ve dönüt verme olası sosyal pekiştireçler olarak tanımlanmaktadır. Öğretmenlerin çocuklarıyla hoş ve eğlenceli yaşantı geçirmeleri onların dikkatinin toplanmasına neden olmaktadır. Dikkat toplama ise çocukların öğrenmelerini arttırmaktadır.

Öğretmenlerin ödüllendirmeyi öğrenebilmesi için önce olası ödülleri belirleyip çok değişik ödüllendirme alıştırmaları ve uygulama yapmaları gerekir.

Sosyal Pekiştiricileri Belirleme

Aşağıda öğretmen ve ana-babalar için sosyal pekiştirici işlevi gören liste verilmektedir. (Özyürek, 1998)

Ödüllendirici sözcükler	Ödüllendirici Cümleler
İyi	Çok çalışıyorsun.
Tamam	Gerçekten dikkat ediyorsun.
Mükemmel	Bunu ana-baba/öğretmenine göstermelisin.
Akıllıca	Bunu beğendim.
Tam doğru	Yaptığın çalışmayı sınıfla paylaşalım.
İyi bir cevap	Çok akıllıca.
İyi bir ödev	Teşekkür ederim.
Çok iyi	Sınıfa resmini gösterelim.
Hadi onu alkışlayalım	Çok tatlısın.
Süpersin	Ahmet ne kadar iyi çalışıyor.
Harika	Çok Memnunum.
Aferin	Ne kadar nazıksın.

Yüz İfadeleri

Gülümseme, göz kırpmaya, başla onaylama, ilgili görünme, gülme, tebessüm.... vb.

Yakın olma



Öğrenciler arasında yürüme, teneffüslerde öğrencilerle birlikte olma, çocuklarla birlikte yemek yeme, koluna girme, öğrencilerin grubunda oturma. Eğer öğretmenle öğrencinin arasındaki ilişki iyi ise öğretmenin yakınlığı öğrenciyi sakinleştirir. Fiziksel yakınlık sadece öğrenciyi sakinleştirmek için değil aynı zamanda onu destekleme ve yüreklendirmek içinde bir araçtır.

Bedensel Temas:

Dokunma, başını, omzunu ve arkasını sıvazlama, kucaklama, kucacağına alma, elini sıkma, elini tutma, kolunu okşama gibi.

DEHB olan çocuklarda iyi, güzel, mükemmel, çok akıllısın... vb değerlendirici övgü sözcükleri zaman içerisinde davranışları üzerinde çok etkili olamamaktadır. Bu övgü sözcüklerindeki davranış, aşağıdaki örneklerde de olduğu gibi açıkça tanımlanmalıdır.

“5 dakikadan beri bölme işlemleri üzerinde çalışıyorsun ve kontrol ettiğime göre hepsi doğru.”

“Aferin, 7 dakika süresince yerinde oturdun.”

”Sorulara verdiğin cevaplar çok iyiydi.”

“Yazımı inceledim, harika olmuş.”

Övgü sözcüklerinin, anlam kazanması ve davranışlar üzerinde etkili olması için başlangıçta çocuğun davranış tanımları, övgü sözcükleri ve kısa cümlelerle birlikte kullanılmalıdır. Daha sonra da kısa cümle ve övgü sözcüklerine geçilmelidir.

“Ahmet’in dikkati harika. Dersi dinler, not tutar ve sorular sorar.”

“Kızımın çalışkanlığına hayranım. Verilen ödevleri kafasını kaldırmadan tamamladı.”

“Ayşe’nin derse hazır olması mükemmel. Sınıfa girdiğimde, Ayşe’yi arkasına yaslanmış, kitabı ve defterleri açık beklerken görüyorum.”

Kısa cümlelerden sonra çocuğun yaptığı davranışlar yalın bir şekilde tanımlanmalı ve kısa cümlelerin sosyal pekiştirici olmaları sağlanmalıdır. Sonra, çocuğun yaptıkları kısa cümleyle övülerek, sözcükler sosyal pekiştirici olmalıdır. Daha sonra da sözcükler mimiklerle birlikte kullanılarak sosyal pekiştirici işlevi sağlanmalıdır.

Övgüleri etkin kullanmak için:

Çocuğun kendisini övmek yerine davranışı övülmelidir. Kazandırılmak istenen davranış tanımlandıktan daha sonrada övülmelidir. Övgü, bedensel temas ve yüz ifadeleriyle kullanıldığında daha etkili olmaktadır.



Etkinlik Pekiştiricileri/ Ödülleri





















Okulda, DEHB olan çocuğun davranışlarıyla ilişkilendirilmiş öğretmen davranışları, doğal ödüllerdir. Öğretmenler, okul ve sınıftaki etkinlikleri hazır olarak bulmaktadırlar. Ancak doğal olarak oluşan etkinliklerin farkında değildirler. Bu etkinlikleri, etkinlik pekiştirici olarak kullanma, etkinliklerin farkında olmayı ve tanımlanmayı gerektirir. Bu tür etkinlikler sınıf içi ve dışında çocuğun davranışlarını yönetmeye, dikkatini toplamaya, motivasyonu ve benlik algısını yükseltmeye yardımcı olmaktadır.



Günlük Etkinlikleri Belirleme ve Kullanma

Etkinlikleri belirlemek için, gün içindeki etkinlikleri oluşum saatlerine göre sırayla listelemek yeterlidir. Listelenen etkinliklerle, etkinlik ödülleri de tespit edilmiş olur. Aşağıda DEHB olan çocuklara uygun etkinlik ödül örnekleri yer almaktadır.

-  haberci olarak görevlendirilme,
-  ödev dağıtma,
-  öğretmen olma,
-  kâğıtları toplama,
-  teneffüse ilk çıkma,
-  erken teneffüse çıkma,
-  grup lideri olma,
-  öğretmene sınıfa dağıtılacak kâğıtlarda yardım etme,
-  dağıtılan kâğıtları toplama,
-  şarkı söylerken sınıfı yönetme,
-  yemeğe ilk çıkma,
-  öğretmene yardım,
-  tepegöz ya da datashow ile sunuş sırasında öğretmene yardımcı olma,
-  sınıfta fıkra ve öykü anlatma
-  sınıfın dışında gruptan sorumlu olma
-  oturacağı yeri seçme
-  sınıfın çiçeklerinin bakımından sorumlu olma
-  soruları yanıtlayacak öğrenciyi seçme

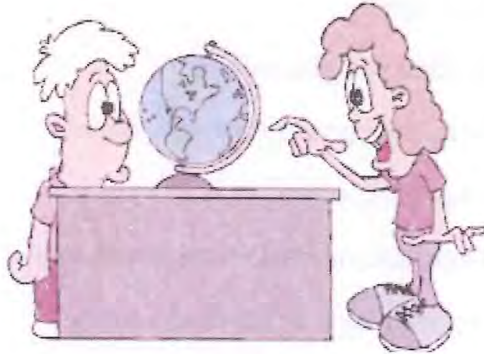
Bu etkinlikler DEHB olan çocukların akademik ve sosyal davranışlarını geliştirmektedir. Yukarıda oluşturulabilecek etkinlikleri kullanma örneği şöyle olabilir. DEHB olanlar çocuklar haberci olarak, sosyal ya da akademik davranışlarında ilerleme gösterdikçe görevlendirilebilir. Verilen alıştırmalara ek olarak üç alıştırma yapan DEHB olan öğrenci oturacağı yeri seçebilir. Pazartesi-perşembe günleri arasında tüm ev ödevlerini yaptığı ve dersi uygun şekilde dinlediği için, cuma günü derste öğretmenin yardımcısı olabilir.

Ödüller, arttırılmak istenen davranışı izlemelidir. Listelenen etkinlikler çocuğun davranışında gözlenen ilerlemeleri izlemelidir. Örneğin öğretmen;

“Ayşe zamanında geldiği ve derse hazır şekilde oturduğu için ona günlük egzersizleri sınıfta arkadaşlarına yaptırmasını söyler. Ayşe derse zamanında gelmeye başlar. İzleyen günlerde öğretmen Ayşe’ye art arda beş gün derse zamanında geldiğinde, günlük egzersizleri sınıfta onun yaptıracağını söyler. Ayşe izleyen günlerde art arda beş gün okula vaktinde gelir. Yerine oturur.”

“Tüm sınıf okuma ödevini beş dakika önce tamamladı. Şimdi, beş dakika önce teneffüse çıkabilirsiniz.” denilerek tüm öğrencilerin ödev tamamlamaları arttırılabilir.

Sınıf içinde ve dışında doğal olarak oluşan etkinliklerden ödüllendirici uyaran olarak yararlanılabilir.



Öğretmen Olma

DEHB olan çocuğa küçük grup öğretiminde, öğretmen olma izni vererek onların çalışma ve dinleme davranışları geliştirilebilir. Tekrarı gerektiren davranışların kazandırılmasında, öğrenciye öğretmen rolünü oynama fırsatı verilerek öğretim süreci eğlenceli olması ve öğrencilerin davranışları etkili şekilde kazanmaları sağlanır. Öğretmen olma özellikle çarpım tablosu, ritmik sayma ve ses tekrarlarını gerektiren, tekrarlı öğretim işleri için uygun etkinlik ödülüdür. Örneğin, “Art arda üç kez çarpım tablosuyla ilgili soruları yanıtlayan kişi bundan sonra çarpım tablosundan soruları sorar.” yönergesiyle tekrarı gerektiren sıkıcı çarpım tablosunu öğrenmek eğlenceli hale gelir ve öğrencilerin öğrenmeleri sağlanır. “Kâğıtta yer alan işlemleri doğru yanıtladığında, tahtaya işlemlerin yapılmasını anlatabilirsin” denilerek öğrencilerin işlemleri defterinde ve tahtada tekrar tekrar yapması sağlanabilir.



Simgesel Ödül Sistemi

Simgesel ödül çocuğun göstereceği ilerlemelere göre güçlü pekiştireçlerin anında verilmesini sağlayan bir ödüllendirme sistemidir. Amaç, davranışla pekiştireç arasına başka bir şey girmeden davranışları güçlü pekiştireçlerin izlemesini sağlamaktır. Böyle bir sistem, eğer evde ve sınıftaki pekiştireç sistemi, davranışları denetlemede ve öğretimsel amaçları gerçekleştirmede yetersiz ise uygulanabilir. Simgesel ödül sistemi yapaydır. Güdülenmenin doğal bir uygulaması değildir. Yüksek not, öğretmen ve anne-baba ödülleri sınıfta ve evdeki etkinlikler DEHB’li çocuklar için bir anlam ifade etmeyebilir. Çabalarının karşılığını aldıklarını ve doyum sağladıklarını hissetmeyebilirler. Diğer doğal pekiştirme sistemlerinin işe yaramadığı bu gibi durumlarda simgesel ödül sistemi devreye sokulabilir. Ancak, unutulmamalıdır ki, gerektiğinden daha güçlü pekiştireçler kullanmak yanlış sonuçlara yol açabilir. Bu nedenle gerçekten gereksinim varsa simgesel ödül sistemi kullanılmalı ve gereksinim bittiği anda doğal pekiştireçlere geri dönmelidir.

Bu sistemde, istenilen tepkileri gösteren çocuklara, aferin demek, şeker vermek ve oyun oynamasına izin vermek yerine, pekiştireci olarak puan veya fiş, marka gibi nesnelere verilir. 4-7 yaş için marka ve fişler, 8-11 yaş için puan sistemi daha uygundur. Çocuk bu simgesel ödülleri toplayarak daha sonra gerçek ödüle dönüştürür.

Gündelik hayatta paranın kullanımı simgesel ödül sistemine benzetilebilir. Para temel ihtiyaçları doyumamakta, ancak istenilen nesnelere değiş tokuş yapılmaktadır. Simgesel ödüller de istenilen nesnelere ya da davranışlarla değiştirilebilir. Örneğin, öğretmen bir öğrenciye istenilen her davranışı gösterdiğinde bir marka vermekte ve on marka biriktiren öğrenci markaların karşılığında istediği bir ödülü hak etmektedir.

Simgesel ödül sisteminin uygulanmasının aşamaları şöyle sıralanabilir :

Simge kazandıracak davranışları belirleme: Hangi davranışların simge kazandıracak önceden saptanmalıdır. Bu davranışların akademik, sosyal, kişisel özelliklerle ilgili davranışlar vb. olarak sınıflandırılmasında yarar vardır. Örneğin, okula yeni başlayan bir öğrenci fiş cümlelerini yazmıyor ve arkadaşlarını konuşturuyor ise bu öğrenci için aşağıdaki davranışlar ödüllendirilmek üzere seçilebilir.



Bir fiş cümlesini beş kere yazma,



Sıradan kalkmadan sürekli olarak en az 10 dakika oturma,



Arkadaşlarıyla konuşmadan 5 dakika durma,



Ev ödevlerini eksiksiz olarak tamamlama,

Ayrıca kaç doğru davranışa bir simge verileceğinin de belirli olması gerekir. İstenilen davranışların gerçekleşmesi halinde simgelerde değişiklik yapılabilir. Elde edilecek simge sayıları çocuğun göstereceği performansa göre değişir. Başlangıçta çocuğun göstereceği ilerlemeler için hemen ve sıkça simge verilmesi gerekir. Sonra pekiştireç kazanma ölçütü değiştirilir. Sonra pekiştireç sayısı ve verilme süresi uzatılır.



Destek pekiştireç listesini geliştirme: Bu listenin içinde etkinlik, yiyecek ve oyun materyalleri yer alabilir. Bunların neler olabileceği çocuğun gereksinimlerine göre farklılaşacaktır. Ayrıca zaman zaman bu listenin değiştirilmesi güdülenmenin sürmesi için şarttır.

Değer ve ücretleri belirleme: Bu aşamada istenilen davranışları gerçekleştirmenin bir bedeli olarak verilecek olan destek pekiştireçlerin değerleri simge cinsinden saptanır.

Simgeleri seçme: Kolaylıkla verilebilecek ve öğretim sürecini kesintiye uğratmayacak simgeler olmalıdır. Örneğin, yıldız verme, eline işaret koyma, kavanoza bilye koyma vb.

Simgeleri kullanma: Başlangıçta çocuğun simgelerle nesne alması sağlanmalıdır. Böylece değer kazanacaktır. Bir simge çocuğa verilirken, hangi davranıştan dolayı verildiği ilk zamanlar söylenmelidir. Simge sayısı ve simge konusunda fazla konuşulmamalı, davranış üzerinde odaklanılmalıdır. Böylece neleri yapmanın kendilerine ödül kazandırdığı çocuğa gösterilmiş olur. Çocuk hiç sembol kazanamıyorsa simgeler uygun olmayabilir; çocuğu cezbeden pekiştireçler bulunmayabilir ya da simgeler anında verilmiyor olabilir.

Kayıt tutma: Sistemi düzenlemek ve değerlendirmek için kazanılan puanlar, simge sayıları, harcamalar kaydedilmelidir.

Simgesel ödül sistemi terk edileceği zaman, destek pekiştireçler yavaş yavaş azaltılmalı, aralıklı tarifeye göre sosyal pekiştireçler verilmelidir. Bu sırada çocuk cesaretlendirilmeli ve simgelere gerek duymadan istenilen davranışı yapabildiği için kutlanmalıdır.






Aşağıda simgesel ödül sistemiyle ilgili bir örnek tablo sunulmuştur (Selçuk, 2001).

Puan kazandıran davranışlar	Puan	Ödüller	Puan olarak değeri
10 dakika süresince sırasında oturma	2	erken teneffüse çıkma,	4
Arkadaşlarıyla konuşmadan 5 dakika dersi dinleme	2	öğretmen olma,	8
Ev ödevlerini eksiksiz olarak tamamlama	5	sticker/çıkartma alma	5
Teneffüste arkadaşlarıyla kavga etmeden oynama	4	sınıfın dışında gruptan sorumlu olma	8



Pekiştiricileri/Ödülleri Kullanırken Nelere Dikkat Etmeliyiz?



-  Pekiştiricinin istenilen davranışı izlediğinden emin olmalıyız.
-  Hangi davranışların pekiştirildiği dikkatle izlenmelidir. Güçlendirilmek istenilen davranışı anında pekiştiriciler izlemezse, davranışla pekiştirme arasında oluşan başka diğer davranışlar pekiştirilebilir. Örneğin; anne çocuğun ders çalışma davranışına dikkat edinceye kadar, çocuk ders çalışmayı bırakmaktadır. Anne, çocuğun çalışmadığı sırada neden okumadığı üzerinde konuşarak çalışmama davranışına dikkat etmektedir. Çocuğun ağırdan almasını pekiştirmektedir. Örnekte olduğu gibi davranışla ödül arasında geçen süre içinde oluşan bir başka davranışın öğretilme şansı artar.
-  Anında pekiştirme sağlanmalıdır. Örneğin, anne baba çocuğun neleri doğru yaptığını ya da yaptığının olumlu olduğunu ifade eden sözcükler kullanır. Olumlu davranışın ardından anında ödül verme her zaman etkili ve olumludur.



Öğrenilmiş pekiştireçler tercih edilmelidir. Pekiştireçlerin anında verilmesi ilkesi her tür pekiştireç için geçerlidir. “Çok iyiydi.”, “Bunu beğendim.”, “Aferin.” Gibi pekiştireçlerin tercih edilmesinin nedeni anında verilme kolaylığıdır. Eğer şeker ya da yiyecek veya oyun etkinliği pekiştireç olarak verilecek olursa davranış engellenebilir.



İlerlemeler pekiştirilmelidir. Çocuklara daha iyi davrandıklarında ve olduklarında dikkat edilerek ve yakalayarak ilerlemeler pekiştirilmelidir. Etkili pekiştireç belirlemek için;



Çocuğun kendisine sormak,



Yaşamında önemli (ana-baba, öğretmen) kişilere sormak,



Bireyi gözlemek ve denemek

gerekmektedir.

DEHB olan çocuklara uygun davranışları kazanma, sürdürme ve kalıcılığının olması için ana- baba ve öğretmenlerin pekiştirme tariflerini bilmeleri gerekir. Pekiştirme tarifeleri, pekiştirecin etkili kullanımını ve pekiştirilen davranışın kalıcılığını belirler. Pekiştirme tarifesi, tepkilerin kaç kez ve sürede pekiştirileceğini belirleyen kuraldır.



Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocukların Sosyal Becerileri Nasıl Geliştirilir?



Sosyal beceriler, bireyin toplumsal sorumluluklarını yerine getirmek amacıyla sergilediği davranışlardan oluşmaktadır. Sosyal beceriler, öğrenilmiş davranışlardır.

Çocuklar çeşitli nedenlerden dolayı sosyal becerileri kazanamamakta ya da var olan becerilerini yeterince sergileyememektedirler. Genelde akranlarına göre sosyal becerilerde yetersiz olan DEHB'li çocuklar; dikkati toplama ve sürdürme, aşırı hareketlilik, ataklık sorunlarından dolayı sosyal ilişkilerde, okul yaşamlarında, akademik çalışmalarda ve duygusal-davranışsal alanlarda çeşitli problemlerle karşı karşıya kalmaktadırlar. Bu çocuklarda gözlenen pek çok sosyal beceri yetersizliği (kurallara uymama, sırasını beklememe, dinlememe, etkinliği bitirmeme, dikkatini bir noktaya toplayamama, yönergelere uymama vb.) öğretmenler ve çevredeki diğer kişiler tarafından problem davranışı olarak algılanmaktadır.

DEHB olan çocukların yaşam kalitesini artırabilmek için, eğitimde “sosyal beceri öğretimi” programlarının hazırlanması gerekmektedir.

DEHB olan çocuklara sosyal becerilerin öğretilmesi;



akademik becerileri (bağımsız olarak çalışma, yönergelere uyma, boş zamanı kullanma gibi) öğrenmelerini kolaylaştırmakta,



sosyal kabul düzeyini arttırarak arkadaş/ öğretmen ilişkilerini geliştirmekte,



sosyal uyum (paylaşma, sorumluluklarını yerine getirme, kurallara uyma gibi) davranışları artmakta,



Kendini kontrol etme becerilerini (öfke/ kızgınlığını kontrol etme, dürtü kontrolü, kurallara uyma, zaman yönetimi, problem çözme, eleştirileri kabul etme, duyguları ifade etme gibi) geliştirmektedir.

Sosyal beceri öğretim programının hazırlanmasında, çocuğun ya da grubun sosyal becerilerinin değerlendirilmesi gerekir. Sosyal beceri öğretim sürecinde;

Öğretilecek becerinin analiz edilmesi

Öğretilecek becerilerin, beceri analizi oluşturulur. Örneğin **dinleme becerisi**; düzgün oturma, konuşan kişiye bakma, konuşan kişiyi gözleriyle takip etme, konuşanı dinlediğini, anladığını gösterme (başını sallama, söyleneni tekrar etme, yönergeye uyma) alt becerilerden oluşur. Bu alt becerilerden herhangi birine sahip olmayan DEHB olan çocuk, dinleme becerisini gerçekleştiremeyecektir. Öğretmen belirlenen alt becerileri yüksek sesle okur (dinleyen çocuk düzgün oturur, konuşan kişiye bakar, konuşmaktan kaçınır, konuşanı gözleriyle izler, dinlediğini gösterir...gibi) ve çocuğun/çocuklara tekrar etmelerini ya da tahtadan okumalarını ister.

Model Olma

Model olma sosyal beceri öğretiminde çok etkili bir öğretim tekniğidir. Öğretilmesi hedeflenen sosyal beceri bir başkası tarafından (öğretmen, anne baba akran gibi) doğru sergilenerek, DEHB olan çocuklara bu becerilerin kullanımını gözleme imkanı verilmektedir. Çocukların beceriyi öğrenebilmesi için önce uygun modeli gözlemesi, gözlediği davranışı hafızada tutması, bu beceriyi kendinin sergilemesi ve son olarak tekrar beceriyi kullanmak için güdülenmesi gerekir. Hazırlanan sosyal beceri öğretim programlarında gerçek (anne baba, yaşlıları, öğretmeni...vb) ve sembolik (televizyondaki kahraman, çizgi film kahramanları...vb) modeller yer almaktadır. Etkili model olmanın anahtarı ise pekiştirme-dir.

Model olmada anababa- öğretmen, bir sosyal becerinin uygun şekilde nasıl kullanacağını göstererek model olur. Model olurken eğitici, ilk olarak sosyal beceriyi göstermeli ve gösterirken düşüncelerini sesli söylemelidir. Model olma sürecinde üzerinde çalışılan beceri, çocukların taklit edebileceği şekilde sergilenmelidir. Örneğin öğretmen, dinleme becerisi ile ilgili model olması sırasında *"öğretmenimin anlattığı öyküyü dinlemeliyim; önce düzgün oturmalyım, ellerimi bağlayayım, ayaklarımı yan yana getireyim, öğretmene bakayım, ben konuşmayayım, öykü anlatırken gözlerimle takip edeyim ve dinlediğimi göstereyim, başımı sallayayım."* şeklinde dinleme becerisini oluşturan alt becerileri yüksek sesle tekrar etmesi, diğer çocukların bu alt becerilerin sırasını anlamalarını ve taklit etmelerini sağlayacaktır.

Davranışı Prova Etme

Prova sosyal becerinin öğrenilmesini artırmaktadır. Çocuğun beceriyi prova etmesi için rol oynama tekniğinden yararlanılmaktadır. Rol oynamada, model olma basamağında sunulan sosyal becerinin, gerçek ortamda kullanılmadan önce birey tarafından prova edilmesi sağlanmaktadır.

Geri bildirim

Rol oynama basamağında bireye beceriyi doğru olarak sergileyip sergilemediğine ilişkin verilen dönüt, geri bildirim olarak adlandırılmaktadır. Rol oynama sırasında çocuğun ortaya koyduğu tepkilerin bir başkası tarafından değerlendirilmesi, becerinin öğrenilmesini arttırmaktadır. Geri bildirim; ödüllendirme, doğru yaptığını söyleme ya da bireyin kendi kendini değerlendirmesini sağlama şeklinde olmaktadır.

Geri bildirim, sosyal becerinin *hemen ardından verilmesi* önemlidir. Geribildirimde önce olumlu yönleri söylenmeli, ardından ise yapıcı eleştiri yapılmalıdır. Sözel geri bildirim olabileceği gibi, yazılı geri bildirim de ilaveten yapılabilir.

Bilişsel Planlama

Bilişsel planlama, problem çözme yaklaşımı olarak da adlandırılmaktadır. DEHB olan çocukları düşünmeye yönlendirmekte ve çocukların olayları analiz etme ve sıraya koyma ile ayırt etme becerisini geliştirmektedir. DEHB olan öğrenciye farklı sosyal durumlar için, bilişsel planlama yaklaşımı ile problem çözme becerisi kazandırılmaya çalışılmaktadır

Sosyal beceri öğrenildikten sonra çocuğun bilişsel planlamayı öğrenmesi ve kullanması gerekir.

DEHB olan çocuğun bilişsel planlama becerisini kazanması için:



Sakin ve kontrollü kalmayı sürdürmesi,



Olumluya odaklanması ve açık fikirli olması,



Sosyal ortamları kesin olarak algılaması,



Sosyal beceri seçenekleri zihninden geçirmesi,



Her bir seçeneğin sonuçlarını düşünmesi,



Bir seçeneği seçmesi,



Bir plan geliştirmesi,



Planı gerçekleştirmesi,



Sonuçları değerlendirmesi,



Başarılarını ödüllendirip ve/veya gelecek sefer farklı ne yapabileceğine karar vermesi gerekir.

Bilişsel planlama stratejilerinin “gizli formülü” “**DUR, PLANLA, İŞLET, SORGULA**” olarak dört adımdan oluşur.

DUR :Sakin kalmayı ve kendini-kontrolü kapsar “zihnindekilere dur.” demektir.

PLANLA :Problemin ne olduğuna karar verilir. Olası seçenekleri düşünülür, her bir seçeneğin olası sonuçları değerlendirilir ve sonuçta en uygun seçeneğe karar verir. İlaveten planını yürütmek için gerekli olan sosyal beceriler hakkında da düşünülür.

İŞLET:Planı yerine getirir.

SORGULA :Kendi kendine sorar “ Peki, planım nasıl işliyor?”, başarısını ödüllendirir, gelecek sefer farklı olarak yapmak istediği şeyin ne olabileceğine karar verir.

Örneğin;



Öğrencilere; “şimdi size bir hikâye okunacaktır. Bu hikaye size “**kontrolünüzü kaybetme problemine**” karşı bir gizli formül sunmaktadır.



Bir köpüğü üflerken veya kaşıktaki sıcak bir çorbaya üflerken solunumu nasıl kontrol edildiğini gösterin.



Bilişsel Planlama Tablosundaki 4 aşamayı gösterip önemini belirtin.

Aşağıdaki soruları öğrencilere sorarak bilgiyi işleyin.



Sinirlendiğiniz son bir olayı düşünün. Ne yaptınız?



Sakinleşmek için hangi “DUR” stratejisi size en iyi gelir?



Annenizi, babanızı veya kardeşlerinizi bu stratejilerden birini kullanırken gördünüz mü? Hangisini?



Sinirlendiğimiz zaman sakin kalmak niçin önemlidir?



Bilişsel Planlama Formülünde ilk “dur” sembolüne işaret edin. Çocuklara aşağıdaki hikayeleri anlatın. Çocuklara renkli kalem ve kâğıt verin ve Mehmet’ in resmini çizmelerini söyleyin. Düşünce baloncukları da ekleyebilirler.



Yaşına uygun olarak aşağıdaki hikâyelerden birini okuyun.

Dur ışığı

(Küçük çocuklar için)

Mehmet trafik okuluna gitmektedir. Mehmet şehrin bir kavşağında bir dur ışığı olmak istemektedir. Bir gün, Mehmet trafik kurallarının birkaçını öğrenmekte sorun yaşar. Diğer dur ışıkları Mehmet ile bu nedenle dalga geçerler. Mehmet kontrolünü kaybeder ve onların ışıklarını kırar. Sonrasında Mehmet kontrolünü kaybettiğinden dolayı utanır ve diğerlerini incittiği için özür diler. Mehmet evine giderken, çok meşgul kavşaklardan birinde durur ve oradaki yaşlı bilge duruşu olan Kemal Dede ile konuşur. Mehmet 'in problemini dinler ve ona “senin probleminin çözümü var, ancak sen onu kullanmıyorsun” der. Mehmet “ yapabilir miyim.,” “ nedir?” diye sorar. Kemal Dede, “Trafik okulunda kırmızı ışığı nasıl ve ne zaman yakacağını öğreniyorsun, ancak içinde de (zihninde de) kırmızı ışığı yakmayı öğrenebilirsin, bu içerideki ışığı ancak sen görebilirsin. Bir problem veya bir kızgınlık olduğunda, içindeki kırmızı ışığı yak ve “Dur-sakin ol!””Sen zeki bir dur ışığısın, eğer sakin kalırsan, problemi daha iyi çözersin.” diye düşünmelisin der. Mehmet'in içimizdeki kırmızı ışık fikrini denemek aklına yatar. Sonraki gün yine benzer şekilde Mehmet hayal kırıklığı yaşadığında, Kemal Dedenin fikri aklına gelir ve bunun işe yaradığını görür. Ondan sonra bunu sık sık dener. Kendini kontrol etme ve sakin kalmayı uyguladıkça bu yöntemin ona yardımcı olduğunu görür.

Dur ışığı

(Daha büyük çocuklar için)

Ali bir gün okulda iken, beden eğitimi dersinde problem yaşadı. Çocukların bazıları onunla dalga geçtiler. Ali kontrolünü kaybetti ve çocuklarla kavga etti. Sonrasında da kontrolü kaybettiği ve başkalarını incittiği için utandı. Evine giderken, büyükbabasının evine gitti. Ali'nin problemini dinleyen büyük babası dedi ki "Ben araba kullanırken, kırmızı ışık yandığı zaman, bilirim ki tehlikeli bir kavşağa geliyorum. Arabamı DURDURMAM gerekiyor. Eğer durmazsam kötü şeyler olabilir." Ali büyükbabasının bütün bunları söylemekle neyi kastettiğini anlayamadı. Ali büyükbabasına "okuldaki sorunumu nasıl halledeceğim?" diye sordu. Büyükbaba "pekala, Ali, kafadaki dur ışığını kullanabilirsin. Kırmızı ışık yandığında "Dur, tehlikeli durum." anlamına gelir. Kızgın olduğunda bu dur ışığını aklına getir ve kendine "Sakin olmalıyım, eğer durmazsam kötü şeyle olabilir." diye düşün. Ali'nin büyük babası devam etti "Ali zeki bir çocuksun, eğer durursan ve sakin kalırsan, problemi çözmek için yolları düşünebilirsin." Ali büyük babasına teşekkür etti. Dur ışığı fikrini uygulamaya istekliydi. Bir sonraki gün okulda yine benzer olay yaşadı, bu sefer dur ışığı fikri aklına geldi. Denedi ve işledi. Ali bunu sık sık uygulamaya başladı. Kendini kontrol etme ve sakin olma Ali'ye çok yardımcı oldu.

Bilişsel Planlama Formülü





DUR

Sakin olmak ve kontrollü davranmak (self-kontrol) için **DUR** anlamına gelir.



“Kontrollü davranmak” sözünün ne anlama geldiğini biliyor musunuz?



Eğer sakin olmak ve kontrollü davranmak için **durmazsanız**, birçok şey olabilir! Kontrolde çıkmak iyi bir şey değildir. Utanabilir veya başınız belaya girebilir.

Kontrollü kaybederseniz buna benzer bir şeyler söyleme olasılığınız var.



Senden nefret ediyorum.

Kontrolünü kaybeden insanlar başka ne gibi şeyler yapabilir?





Sakin olmak için ilk yaptığım şey **kendi kendime DUR ve düşün derim....** Sakin ol!. Bu, benim çılgınca bir şeyler yapmamı engeller

Siz de **“DUR! Sakin ol!”** u düşünün.



Öğretmenim **sakin olmak için nasıl derin nefes alacağımı öğretti.** Gerçekten işe yarıyor.

Burnumdan derin nefes alıyor ve ağızımdan yavaş yavaş veriyorum. Sanki baloncuk yaparken veya sıcak bir çorbaya üfler gibi yapıyorum. Derin nefes alma tüm vücudumu gevşetiyor.



Kızgın olduğumda, **elimi ağzımın üzerine koyarım**, beni kötü şeyler söylemekten alıkoyar. İşe yarıyor. Sakin kalmamı sağlıyor.



1...2...3...4.
...5...6...7...
8...9.....

10

Bazen öğretmenim bana hemen yardım etmezse kızgınlık hissederim. **Sakin kalmak için, derin nefes alır içimden 10'a kadar sayarım.** 10'a ulaştığımda sakinleşir ve sıramın gelmesini beklerim. Siz de deneyin.



Bazen sınırlarım bozulduğunda, **DUR** derim ve **ortamdan biraz uzaklaşıyorum**. Kontrolü kaybedeceğimi hissettiğimde, “kötü bir şeyler söylememek için ayrılmam gerektiğini söylerim” Sakinleşinceye kadar ortamdan uzaklaşıyorum.



Kızgınlık hissetmeye başladığımda komik ve aptalca şeyler düşünürüm. Bu beni güldürür ve gevşetir.








Bir problem olduğunda kontrollü davranabilmeniz için şunları yapabilirsiniz:

1. Kendinize **DUR** ve sakin ol deyin.
2. Derin nefes alın ve vücudunuzu gevşetin.
3. Elinizi ağzınızın üzerine koyun.
4. 10'a kadar zihninizden sayın.
5. Sakinleşinceye kadar ortamdan uzaklaşın.
6. Komik şeyler düşünün.

Durmak ve sakin kalmak için, başka işe yarayacak şeyler üretebilirsiniz.

PLAN : Problemin ne olduğuna karar verme, seçeneklerin sonuçları hakkında düşünme, kullanılacak en iyi seçeneğe karar verme ve kullanılacak sosyal beceriye karar verme burada söz konusudur.

Çocuklarla öyküler ve öykülerde sorunları çözmek için neler yapılacağını konuşun. Örnek: Kaldırımda yürüyorsunuz, birisi size kasten çarptı ne yaparsınız? Öykülerden elde edilen bilgileri işlerken aşağıdaki sorular sorulur:

-  Problemin ne olduğunu bilmek niçin önemlidir?
-  Beyin fırtınası seçenekleri niçin faydalıdır?
-  Her bir seçeneğin sonuçlarının ne olacağını niçin düşünmek isteriz?
-  Sizin için en iyi seçeneğin ne olduğunu nasıl anlatabilirsiniz?
-  En iyi seçeneği uygulamak için uygulanacak sosyal beceriyi niçin düşünürüz?



PLAN

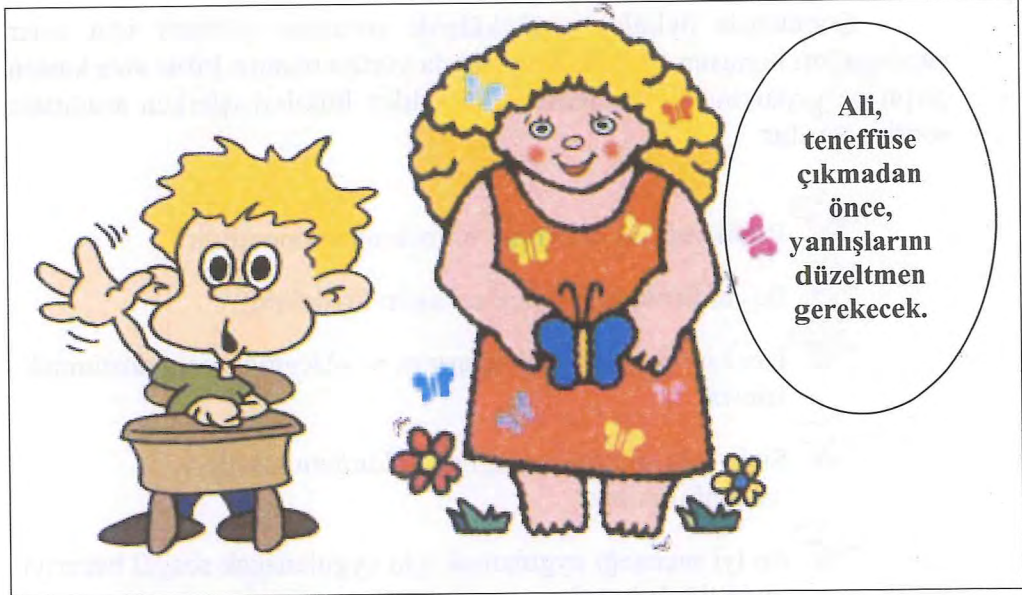
Probleminizi çözmek için
plan yapmak anlamına
gelir

Plan yapmak istediğiniz zaman, siz;

1. Probleminizin ne olduğuna tam olarak karar verin.
2. Seçenekleri aklınızdan geçirin (beyin fırtınası).
3. Her bir seçeneğin olabilecek sonuçları üzerine düşünün.
4. Problemi çözmeye yardımcı olabilecek en iyi seçeneği belirleyin.
5. Kullanmak için gerekli olan sosyal becerileri düşünün.



Bu sembol PLAN için kullanılır. Bize problem olduğunda, farklı yönlere gidebileceğimiz yani farklı seçenekler olduğuna işaret eder.





Ali bir plan yapmasını biliyordu.



Sakin olmak için
DUR kullandım.
Şimdi plan
yapmam
gerekir.



İlk olarak, Ali problemin ne
olduğuna karar verdi.

Problemin ne?
Kağıttaki yanlışları
düzeltmek istemiyorum,
fakat teneffüse de
çıkmaq istiyorum.



İkinci olarak bazı seçeneklere karar verdi.

Seçeneklerim nelerdir?

1. Yerimde oturur fakat düzeltme yapmam.
2. Kâğıdı yırtıp atabilirim.
3. Hemen düzeltebilirim.
4. Öğretmenimden bu akşam evde düzeltmemi



Üçüncü olarak her bir seçeneğin
olası sonuçlarını düşündü.

1. Oturur ve

O zaman başım belaya girecek.

2. Kâğıdı yırtarsam....

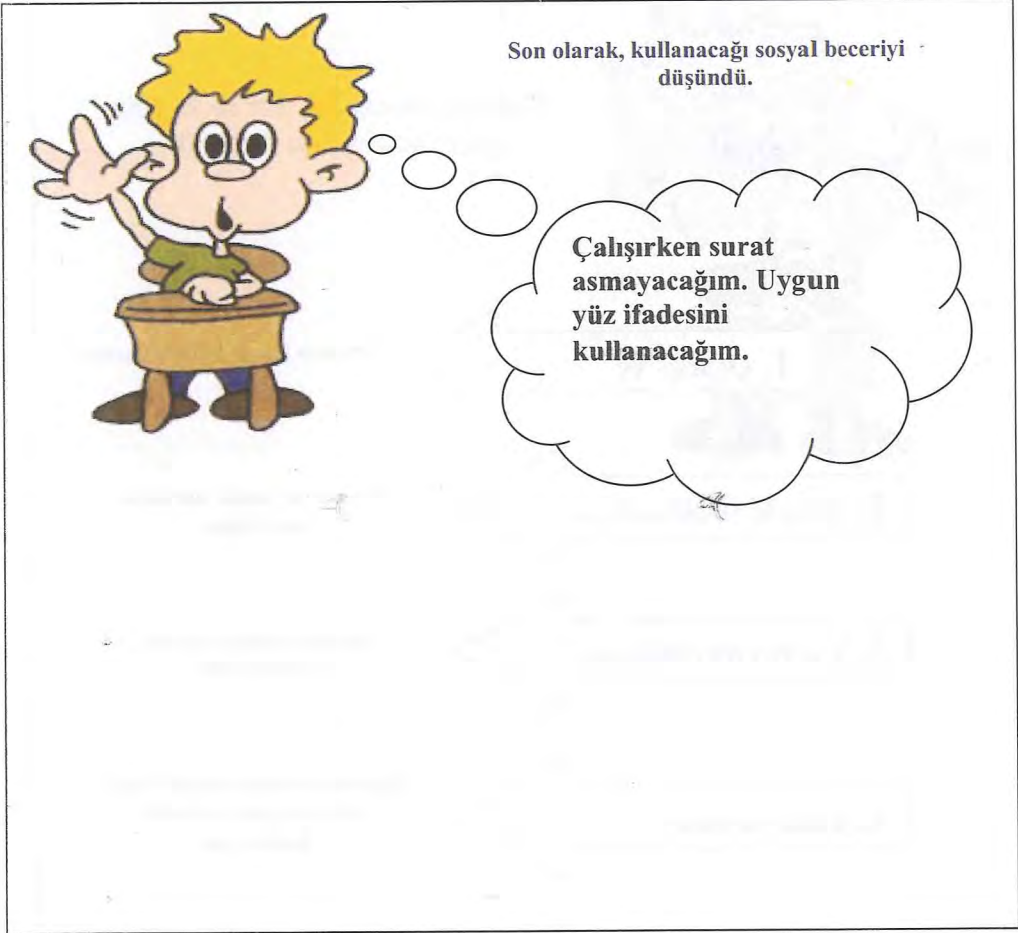
Baştan başlamak zorunda
kalacağım.

3. Yanlışı düzeltirsem..

O zaman biraz teneffüs
yapabilirim.


4. Evde yapmayı

Öğretmen kabul edebilir fakat
evde çalışmak zorunda
kalacağım.



İŞLET, planı işlerliğe koyma aşamasıdır. Örneğin; Bir gün Ahmet, taş atarak okulun camını kıran bir çocuğu gördü. Ahmet “duruşğunu” düşündü ve zihnine getirdi. Sakin oldu ve aklından seçenekleri düşündü. En iyi seçeneğin gördüklerini öğretmene söylemek olduğuna karar verdi. Ancak, öğretmene anlatmakta zorlandı.

1. Ahmet'in niçin zorlandığını konuşun (Anlatılanları diğer öğrencilerin araştıracağı korkusu, onu ispiyoncu diye çağıracakları korkusu).
2. Öğrencileri eşleştirin. Her birine düşünce baloncukunu dağıtın. Kendi düşüncelerinizi düşünce baloncuklarına yazmalarını isteyelim.



İŞLET
Karar verdiğimiz şeyi yapmamız anlamına gelir.

Planlarımızı yapma aşamasıdır. Zor olacağını düşünüyorsanız, "yapabilirim!" sözcüğünü söylemelisiniz.

SORGULA "planım nasıl işliyor?" sorusunun kendimize sorulmasıdır.

1. Öyküden sonra pekiştirme amacıyla aşağıdaki sorular sorulur:



Bir şeyi yaptıktan sonra olanları düşünür müsünüz?



"Yanlılardan ders almak" deyimini duydunuz mu?



Doğru bir iş yaptığında, kendimize "İyi bir iş yaptın." söylemek niçin önemlidir?

2. Öğrencilere bir planın işlememe nedenlerini gösterin ve listeleyin, öğrencilerden listeye eklemek istedikleri madde var mı? diye sorun:



Sakin ve kontrollü davranmadı.



Yürüt aşamasında uygun ses tonu kullanmadı.



Yürüt aşamasında uygun zaman ve yeri ayarlayamadı.



Bir seçeneğin olası sonuçlarını düşünmedi.

3. İyi bir iş yaptıklarında, kendilerini övme yönünde model olun (Örneğin. Çok iyi oldu, başardım.)

Planın iyi işleyip işlemediğinin kendimize sorulmasıdır. Eğer iyi işlemişse kendinizi, takdir edin.



SORGULA
“planım nasıl işliyor?” sorusunun kendimize sorulmasıdır.

SONUÇTA

Plan iyi işledi

Takdir edin

Plan işlemedi

Gelecek sefer farklı ne yapabilirim?

Genelleme: Çocuğun öğrendiği sosyal beceriyi farklı ortamlarda, farklı zamanlarda, farklı durumlarda kullanabilmesi, beceriyi öğrendiğini ve genelleyebildiğini göstermektedir.



Sosyal Beceri Öğretim Örneği (Sucuoğlu ve Çiftçi, 2001).

“Sınıf kurallarına uyma”

Sınıf kurallarına uyma becerisi gözlenebilir şekilde tanımlayın. Sınıf kurallarına uyan çocuk; “ *Derste dinler, yüksek sesle konuşmaktan kaçınır, sınıfta koşmaktan kaçınır, uygun şekilde oturur, arkadaşının eşyalarını almaktan kaçınır, sırasını düzenli tutar, parmak kaldırır.* ”

Sınıf kurallarına uyma becerisi tek bir beceri gibi görünse de bir çocuk birden çok beceriyi bir arada kullandığı zaman sınıf kurallarına uymuş olarak kabul edilir.



Beceri kullanmasını engelleyen nedenler varsa, bunları belirleyin.

Çocuklar sınıf kurallarına uymalarını sağlayacak alt becerilerden herhangi birine, sahip değilse öncelikle bu beceri kazandırılmalıdır. Çünkü bu beceriler sınıf kurallarına uyma becerisi için ön koşuldur.



Öğretim aşamaları

Kurallara uyma becerisinin hangi becerileri kapsadığını ve kurallara uymamanın sonuçlarını anlayabilmeleri için aşağıdaki olayı anlatabilirsiniz.

Bu sene okula Levent başka okuldan gelmişti. Çok güzel konuşuyor, şakalar yapıyordu. Arkadaşları onu çok seviyorlardı. Ancak sınıf kurallarına hiçbir zaman uymuyordu. O gün öğretmen sınıfa gelerek "Bu gün bir sürprizim var. Akşama kadar herkes sınıf kurallarına uyarsa son derste güzel bir film izleyeceğiz." dedi. Önce her şey yolunda gitti. Sonra Levent arkadaşı ile konuşmaya başladı. Öğretmen susmasını istedi ama o dinlemedi, silgisini bir arkadaşına attı, silgi arkadaşının kulağına gelmiş, canı acımişti. Sonra Levent yerinden kalktı, sınıfta gezindi, öğretmene sarılmaya çalıştı. Öğretmen "Levent, sınıf kurallarını biliyorsun, değil mi?" dedi. Levent, aynı şeyleri yapmaya devam edince arkadaşlarının dikkati dağıldı, öğretmen Levent'e kızdı ve onun film seyretmeyeceğini, tek başına sınıfta oturması gerektiğini söyledi.

Çocuklara "Öyküde neler oldu? Levent neler yaptı? Bunları yapınca sonuçta ne oldu?" sorularını sorarak öyküyü anlamalarını kolaylaştırın.

Çocuklara "Levent sınıfta neler yaptı?" sorusunu sorun. Çocukların yanıtlarından yola çıkarak sınıfınızın kurallarını çocuklarla birlikte belirlemeye çalışın. Çocukların söylediği ve sizin önceden belirlediğiniz kuralları tahtaya yazın. Bu becerinin özellikle ilk sınıflarda ve sene başında çalışılması gerektiği için sınıf kurallarını resimlemeniz daha iyi olacak, böylece çocukların kuralları anlamaları kolaylaşacaktır. Böylece çocuklar sınıf kurallarını gözden geçirmiş olacaklar. Hazırlanan kuralları yüksek sesle hep beraber tekrarlamalarını sağlayın.



Sınıf kurallarına uyan çocuk,

Dersi dinler.

Yüksek sesle konuşmaktan kaçınır.

Sınıf içinde koşmaktan kaçınır.

Sirasında düzgün oturur.

Arkadaşlarının eşyalarını almaktan kaçınır.

Sirasını düzenli tutar.

Parmak kaldırarak söz ister.



Kurallara uymaya ilişkin bir öyküyü/olayı rehber öğretmenle birlikte oynayarak çocuklara beceri için doğru model oluşturun. Öyküyü oynarken, sınıf kurallarını yüksek sesle düşünün, yüksek sesle tekrar ederek kuralları vurgulayın. Oyun bittikten sonra çocuklara nasıl oynadığınızı ve hangi kurallara uyduğunuzu sorun. Çocukların kuralları tekrar etmelerine yardımcı olun, siz de onlarla beraber yüksek sesle oyunda hangi kurallara uyduğunuzu söyleyin.

Önce bu beceriye sahip olan, sınıfta kurallara uyan çocukları seçerek onların bu rolü oynamalarını isteyin. Rolün oynanması sırasında çocukların tüm alt becerileri doğru sergilemeleri için yardımcı olun. Rolü oynayan çocukların performansını arkadaşlarının değerlendirmesini isteyin. “Arkadaşınız hangi kurallara uydu?” sorusunu sorun ve sınıftaki her çocuğun bir kuralı söylemesini isteyin. Eğer kuralları hatırlayamazlarsa, tahtaya bakarak hatırlamalarını, sınıftaki çocukların hepsinin aynı rolü oynamasını sağlayın.

Becerinin öğretim oturumundan sonra, sınıfınıza giren diğer öğretmenlere beceri ve öğretimi hakkında bilgi verin. Onlardan çocukların kurallara uydukları zaman fark ederek ödüllendirmelerini, kurallara uymadıkları zaman ise duvarda asılı olan kurallar panosuna bakmalarını sağlayarak beceriyi tekrar etmelerini isteyin. Böylece çocuklar sınıf kurallarına uymayı daha kolay öğreneceklerdir.



Sınıf kurallarının her birini bir kartona yazın. Her kartonu çocuklara teker teker göstererek, yazılı kuralı okumalarını ve okuduklarını yapmalarını isteyin. Eğer gösterdiğiniz kartonda “dinler” yazıyorsa, çocuklara “ne yazıyor? Evet, “dinler.”, Yazıyor değil mi? Öyleyse sınıftaki bir kuralımız öğretmenimizi, arkadaşlarımızı dinlemek. Nasıl dinliyoruz? Bana gösterebilir misiniz?” yönergesini verin. Böylece sınıf kurallarını oluşturan her alt beceri üzerinde çalışmalarını sağlamış olacaksınız.

Çocuklardan sınıfta kurallara uymayan arkadaşlarına hatırlatmalarını isteyebilirsiniz.



Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocukların Eğitiminde Ev-Okul İş birliği Nasıl Olmalıdır?

Öğrencinin gelişim ve disiplin alanlarındaki değişimini izlemeye, hastane, okul ile ev arasındaki iş birliğinin kurulması çok önemlidir. DEHB olan öğrencinin eğitiminde ev ile okul arası eşgüdümün sağlanması için, akademik performansı ile sınıf içi-dışı davranışlarını izlenmesi, ana-baba ve öğretmen arasında bilgi alış-verişinin geliştirilmesi gerekmektedir. Bu paralellik için, “**haftalık DEHB okul izleme formu**” ile “**günlük davranış izleme formu**”nun kullanılması gerekir.



Haftalık DEHB Okul İzleme Formu

Bu form, öğretmen gözlemlerine dayalı olarak öğrencinin DEHB’ye ilişkin davranışlarının haftalık gelişiminin izlenmesinde okula, aileye ve hekime bilgi sağlar. Ayrıca o hafta öğrencinin verilen ev ödevini tamamlaması, okuldaki davranışları ve sosyal ilişkileri hakkında da bilgi verir.



Günlük Davranış İzleme Formu

Öğrencinin belirlenen hedef davranışlar doğrultusunda sınıf içi ve dışı (teneffüs, boş zamanlar) davranışlarının öğretmen tarafından değerlendirildiği bir formdur. Bu form, gün içerisinde öğrencinin dikkati, verilen bir işi tamamlama becerisi, davranışları, sosyal ilişkileri hakkında aileye ve hekime bilgi verir. Bu form, ilköğretim okulunun birinci sınıfından sekizinci sınıfına kadar çocuklarda davranış kontrolü kazandırma açısından uygulama açısından oldukça işlevseldir. Bu form sayesinde gün içerisinde öğrenci farklı öğretmen, ders, zaman ve etkinliklerde izlenebilmektedir.

Haftalık DEHB Okul İzleme Formu

Çocuğun Adı Soyadı: _____

Tarih: _____

Öğretmenin Adı Soyadı: _____

Sınıfınızda bulunan DEHB tanısı almış öğrencinin davranışlarına ilişkin haftalık gözlemlerinizi aşağıdaki uygun yerlere işaretleyiniz. 1-12 arasındaki maddelerde yüksek puanlar bir soruna işaret ederken 13-15 arasındaki maddelerdeki düşük puanlar sorun oluşturmaktadır.

Maddeler	Hiçbir zaman, nadiren	Bazen	Çoğu kez, Sık sık	Pek çok kez,
1. Elleri ayakları hiç durmaz ya da oturduğu yerde kıpır kıpırdır
2. Yerinde duramaz.
3. Sıranın kendisine gelmesini beklemekte güçlük çeker.
4. Sürekli hareket halindedir ya da bir motor tarafından sürülüyormuş gibi hareket eder
5. Çok konuşur.
6. Başkalarını konuşmasını böler ya da zorla araya girer.
7. Dış uyaranlarla dikkati kolayca dağılır.
8. Başladığı işi bitirmede sorun yaşar.
9. Görevlerde ya da oyun etkinliklerinde dikkatini sürdürmede güçlük çeker
10. Ayrıntılara dikkatini veremez ya da okul çalışmalarında iş ya da diğer etkinliklerde dikkatsizce hatalar yapar.
11. Kendisine söyleneni dinlemiyor görünür.
12. Yönergeleri izlemede sorun yaşar.
13. Sınıf kurallarına uyar.
14. Arkadaşlarıyla iyi geçinir.
15. İyi bir ruh hali sergiler ve mutlu görünür.
16. Öğrencinizin geçen haftaki davranışlarını genel olarak değerlendirdiğinizde sabah saatlerinde mi yoksa öğle saatlerinde mi daha uygun davrandığını aşağıda yer alan bölüme işaretleyiniz (Sınıfınız ikili eğitim yapan bir okulda ise bu soruyu cevaplandırmayınız). _____ herhangi bir fark yok _____ öğleden sonraları sabaha göre daha iyi				
17. Geçen hafta öğrencinizin verdiği görevleri tamamlama düzeyini aşağıda belirtilen yüzdelerle oran cinsinden işaretleyiniz: 0% 20% 40% 60% 80% 100%				
18. Geçen hafta içerisinde tamamladığı işlerin genel olarak kalitesine aşağıdaki belirtilen yere işaretleyiniz _____ çok kötü _____ kötü _____ ortalama _____ iyi _____ çok iyi				
19. Öğrenciye verdiğiniz ödevlerin kalitesi derslere göre farklılık gösteriyorsa belirtiniz.				
20. Bu öğrenci verdiğiniz tüm ödevleri eksiksiz geri getiriyor mu? Değilse eksik olan ödevlerin sayısını ve hangi derse ait olduğunu belirterek yazınız.				
21. Sizin için önemli olduğunu düşündüğünüz diğer gözlemlerinizi ve yorumlarınızı varsa belirtiniz.				



GÜNLÜKDAVRANIŞ İZLEME FORMU

Öğrencinin Adı Soyadı:

Tarih:

Öğretmenin(lerin) Adı Soyadı:

Sınıf:

HEDEF DAVRANIŞLAR	DERS SAATLERİ					
	1	2	3	4	5	6
1. Ders esnasında dikkatini verme						
2. Sınıfta yaptığı çalışmayı tamamlama						
3. Ev ödevlerini yapma						
4. Davranışlarını kontrol etme						
5. Sırada uygun oturma						
6. Tahtada yazılı olanları defterine yazma						
HER DERSTEN ALINAN TOPLAM PUANLAR						
Öğretmenin imzası						

Uygunsuz davranma= U/D

0 = istenilen hedef davranış gerçekleşmedi

3 = Orta

1 = Zayıf

4 = İyi

2 = daha çok çabalaması gerekir

5 = Mükemmel

Öğretmen Yorumları:

Ana baba Yorumları:

SONUÇ



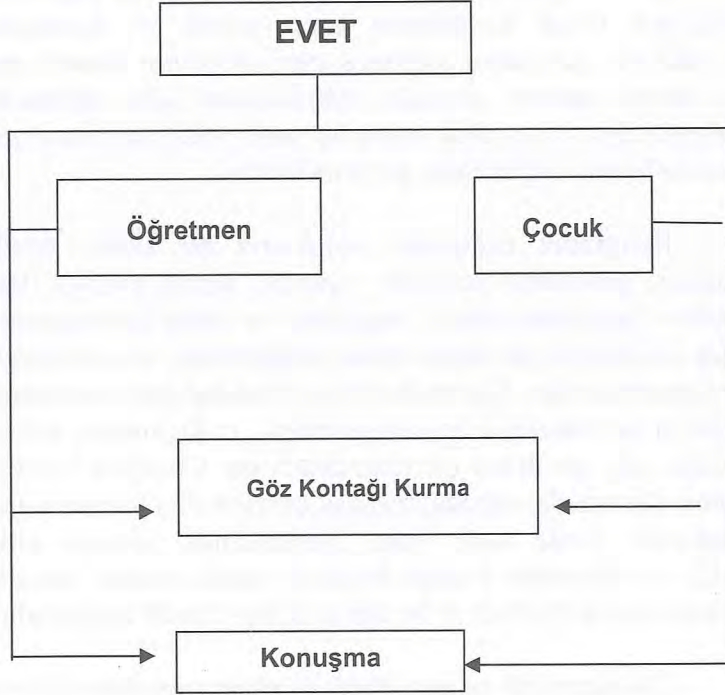
Her ne kadar çocuğun eğitiminde ailenin önemi vurgulanıyorsa da, anne- babanın iyi bir eğitimci olmalarını beklemek çok güçtür. Bu nedenle okula önemli görevler düşmektedir. Okul, evde yapılan eğitim hatalarını gidermek ve düzeltmek zorundadır.

Okulda öğretmen demokratik bir lider rolünü üstlenmeli ve öğrencilerine öğrenme açısından en uygun ortamı sağlamalıdır. Böylece çocukların kendi kendilerine karar verme ve sorumluluk üstlenme yeteneklerin gelişimini sağlamış olur. Eğitimin önemli prensiplerinden biri bireyi motive etmedir. Motivasyon için öğrencilerin sık sık ödüllendirilmesi ve rahat sakin bir sınıf ortamının hazırlanıp çocukların öğrenmelerinin sağlanması gerekmektedir.

İlköğretim çağındaki çocukların bir kısmı, özellikle erkek çocuklar, genellikle hareketli oyunları tercih ederler. Bu davranışları çevreleri tarafından sürekli engellenir ve böyle davranmamaları söylenir. Fakat çocukların bir kısmı bunu reddetmekte ve içlerinden geldiği gibi davranmaktadırlar. Çevrenin bütün müdahaleleri sonuçsuz kalmaktadır. Çocuklar bu müdahaleleri duymamakta, reddetmekte, daha çok hareketli ve daha çok gürültücü davranmaktadırlar. Çocuğun hareketli ve negatif tutumu aile içinde, okulda, arkadaş çevresinde olumsuz yaşantılara neden olmaktadır. Evde anne- baba eğitimlerinin yetersiz olduğunu görür, okulda ise öğretmen çocuğu başarısız olarak niteler, arkadaş gruplarında devamlı olarak dışlanır ve bu durumla baş etmek zorundadır.

Çok hareketli ve gürültücü çocuklar yeni durumlar veya insanlarla karşılaştıkları zaman ya da kendilerine yeni bir oyuncak verildiği zaman sakin davranırlar. Hareketli çocuklar yaptıkları işe motive olmuşlarsa, davranışlarını kontrol edebilirler.

Hiperaktiviteyi bir ilişki bozukluğu olarak kabul ettiğimiz zaman insanlar arası ilişki kuramını ve sistem kuramını dikkate almamız gerekmektedir. Eğer çocuk çevresi tarafından beğenilmeyecek bir davranışta bulunursa “hayır” sözcüğünü duymaktadır. Sistem kuramına göre incelersek, onların bu davranışları bireysel özellikleri olarak görülmez. Çocuklar ve onları eğitenler arasındaki ilişki bozukluğu olarak kabul edilir. Çocuğa devamlı olumsuz tepki veren çevreden çocuk kendini çeker. Sistem açısından “hayır yerine “evet” ilişkisi kurulmalıdır. Çocukla sözel iletişim kurmadan önce çocuğa dokunma, çocukla göz göze gelme gibi uygun bir uyarıcı belirlenmelidir.



Böylece çocukla çevresi arasındaki atmosfer olumlu yönde gelişir. Çocuk çevresindekiler tarafından kabul gördüğünü bilir. Bu tarzda birkaç iletişimden sonra çok hareketli çocuklarda düzelme olduğu görülmüştür.

Bu yöntem uygulandıktan sonra öğretmenler çocukların onları daha iyi dinlediklerini ve daha sakin davrandıklarını belirtmişlerdir. Bu değişimden sonra anne-babalar ve öğretmenler daha rahat davranmışlar ve çocukların geleceğine ilişkin daha olumlu beklentiler geliştirmişlerdir.

Çocukların dikkatlerini bir noktaya toplayamamaları, dürtüsel olmaları, aşırı hareketli davranmaları anne-babaları ya da öğretmenleri tarafından bir konuyla ilgilenmeleri istendiği zaman ortaya çıkmaktadır. Bu da göstermektedir ki; çocuğa hareketli, dikkatsiz ya da atak/dürtüsel denilmesi çocuğun davranışı ile onu gözleyen arasındaki bir değerlendirme sonucudur. Anne- baba, öğretmen ne kadar toleranslı ve ne kadar kusur görmezse, çocuğun hareketli olarak nitelendirilmesi o kadar azalır. Bu çocuklara öncelikli olarak iç disiplin kazandırılmalıdır.

Hiperaktivitenin biyolojik nedenlerden kaynaklandığı kabul edilse de çevrenin tutum ve davranışlarıyla çocuğun bu yapısal özelliği problem bir davranış olmaktan çıkabilir.

Yetişkinler dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu olan bir çocukla nasıl yaşayabileceklerini öğrenmeli ve onun değişip belli kalıplara girmesini beklememelidirler. "Sorun çocuklarda mı yoksa yetişkinlerde mi?" sorusu mutlaka sorulmalıdır.

Özdoğan, B. (2000). “Dikkat Toplama Eğitimi”, Özel Eğitimde Aile Eğitimi Sempozyumu 13-14 Nisan, Ankara.

Özdoğan, B. (2004). Çocuk ve Oyun. Anı yayıncılık. Ankara.

Özyürek, M. (1998). Sınıfta Davranış Değiştirme. Karatepe Yayınları. Ankara.

Özyürek, M. (1999). Bireysel Farklılığa Psikolojik Yaklaşımlar. Karatepe Yayınları. Ankara.

Rief S. F. (2003). The ADHD Book of Lists-A practical Guide for Helping Children and Teens with Attention Deficit Disorders. Jossey Bass. San Fransisco. USA.

Salend S. J. (2001) Creative Inclusive Classrooms. 4th Edition. New Jersey. USA.

Sandberg S. (1996). Hyperactivity Disorders of Childhood. Cambridge University Press. Cambridge. USA.

Selçuk, Ziya (2000). “Okul Deneyimi ve Uygulama” Nobel Yayın Dağıtım. Ankara.

Selçuk, Ziya (2000).” Dikkat Eksikliği ve Hiperaktif Çocuklar”. Pegem A Yayınevi. Ankara.

Soyutürk, M., Ak. A.(2002). “Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocukların Eğitimi” Bilim ve Aklın Aydınlığında Eğitim Dergisi (MEB) Haziran Yıl:3 Sayı: 28.

Sucuoğlu, B., Çiftçi, İ. (2001) “Yapıyor mu? Yapmıyor zihinsel engelli çocuklar için sosyal beceri öğretimi. A. Ü. Basımevi: Ankara.

Sucuoğlu, B., Çiftçi, İ. (2004) “Bilişsel Süreç Yaklaşımıyla Sosyal Beceri Öğretimi” Kök yayıncılık: Ankara.

Stein, D. B. (2002). "Ritalin Çözüm Değil" Çev. Ali ERCİVAN.
Kuraldışı Yayıncılık

Şenol, S. (1997). "Dikkat Eksikliği Yıkıcı Davranış Bozuklukların ın Klinik Özellikleri, Aynı Grup ve Diğer DSM IV Tanılarıyla Birliktelikleri, Risklerin ve Tedavi Eğilimlerinin Belirlenmesi" Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi. Uzmanlık Tezi. Ankara

Tausch. R.ve Tausch A. M. (1991). Erziehungspsychologie. Göttingen:
Horefe Verlag.

Turnbull A., Turnbull R., Shank M., Leal D. (1999). Exceptional Lives-
Special Education in Today's Schools. USA: Merrill. Prentice Hall.

Vanlı, L. (2001). "Hiperaktif Çocuklar Tanı ve Tedavi" Nobel Tıp
Kitapevi. Ankara.

Zauth. G.W., Mackowiak, K. (2004) "Unterrichtsverhalten von Kindern
mit Aufmerksamkeits-defizit-/Hyperaktivitätsstörungen Kindheit und
Entwicklung. 13 (3) 158-166. Hogrefe Verlag. Göttingen.

www.egitim.com

www.myADHD.com

Weinert, F.E. (1997). Psychologie des Unterrichts in der
Schule.Göttingen:Horefe verlag.

Wodrich D. L. (2000). Attention Deficit/Hyperactivity Disorder- What
Every Parent Wants to Know. Pennsylvania: Paul H. Brooks Pub

EK-1

İLKÖĞRETİMDE SINIF İÇİNDE UYGULANAN GEVŞEME ÇALIŞMALARI

Bilindiği gibi çocukların ders süresince artan gerginlikleri sonucunda;

- artan motor huzursuzluk,
- duyguları kontrolde azalma,
- ilgide azalma,
- dikkatte azalma

görülmektedir.

Bu belirtiler dersin kalitesini düşürmekte, öğretmende ve öğrencide bir sıkıntı yaratmaktadır. Bu nedenle sınıf içi çalışmaların başarılı olabilmesi için aşağıdaki kurallara uyulmalıdır:

1. Çocuklarla birlikte gevşeme çalışmaları yapılırken, çocukların hoşuna gitmesine dikkat edilmelidir.
2. Bütün uygulamalar yavaş ve zaman sınırlaması olmadan uygulanmalıdır.
3. Çocuklar birlikte yapmaları için zorlanmamalıdır. Ancak açıklama yapılabilir; “kendine zaman tanı, biz şimdi başlıyoruz, belki sonra sende istersin”.
4. Çocukların bir baskı yaşamalarına fırsat verilmemelidir. Uygulamalar düzenli yapıldıkça sonuçların ne kadar olumlu etkisi olduğu zaman içinde görülecektir.
5. Bu uygulamaların olumsuz etki yaratmamasına ve çocukların daima pozitif düşünce üzerine yoğunlaşmalarına özen gösterilmelidir.
6. Uygulamalar sırasında rahat ettirici ve rahatlatıcı ses tonu ile konuşmaya özen gösterilmelidir.

7. Çocukların kas gevşemelerinin olup olmadığı kontrol edilirken yaş ortalamalarına ve kişilik özelliklerine dikkat edilmelidir. Bu özelliklere göre çocuklara dokunulmalı ve kendilerini rahat hissetmeleri sağlanmalıdır. Aynı zamanda çocuklarda olur.
8. Bir defada bir çok egzersiz uygulamamalıdır. Başlangıçta kısa süreli ve az egzersizler içeren uygulamalar yapılmalı ve bu egzersizler düzenli olarak tekrarlanmalıdır. Böylece öğrenme ortamına etkileri izlenebilir. Öğretmen de çocuklarla birlikte alıştırmaları yaparsa çocuklar da uygulamayı bizzat görmüş olurlar.
9. Alıştırmalardan biri seçilir ve bu alıştırmanın öğretmen için ve öğrenciler için yararlı olduğu vurgulanır.
10. Program öğretmen tarafından hazırlanır, alıştırmalar çocuklara gösterilir.
Bu alıştırmaların uygulanması için çocuklarda istek uyandırılır.

Eğer çocuklar gevşeme çalışmasını uygulandıktan sonra konuşmak isterlerse, onlara fırsat verilmelidir. Çünkü böyle bir duygu paylaşımı bu tür çalışmalar için uygun bir davranıştır.

Bu konuşmalar sırasında herhangi bir düzeltme yapılmamalıdır. Her çocuk gevşeme alıştırmalarını kendine göre hisseder ve kendi tarzında dile getirir.

TEMEL NEFES EGZERSİZİ

“Temel nefes egzersizine geçmeden önce iyi nefesin özellikleri üzerinde durulmalıdır. İyi nefes, ağır olarak burundan alınmalıdır, sessiz ve akciğerin bütününe doldurarak diyaframı aşağı eğitecek derinlikte olmalıdır. Bu nitelikte bir nefes almak için aşağıdaki adımlarda belirtilenleri yerine getirin:

- Nefes alma egzersizine başlamadan önce sağ avucunuzu göbeğinizin hemen altına, sol elinizi göğsünüzün üstüne koyun ve gözlerinizi kapatın.

- Nefes almadan önce ciğerlerinizi tamamen boşaltın. (Nefesi verirken ciğerler zorlanmamalı ve nefesin kendiliğinden çıkmasına fırsat vermelidir.)
- Hayal gücünüzde ciğer kapasitenizi ikiye bölün ve “biir”, “ikii” diye içinizden sayarken ciğerinizin bütününe havayla doldurun. İki saniye gibi kısa bir süre bekledikten sonra “biir” “ikii” diye sayarak, nefesinizi aldığınızın iki katı sürede boşaltın. Doğru nefes alındığında, diyafram, yani ciğer boşluğunu karın boşluğundan ve dalak, karaciğer, mide, bağırsak gibi iç organlardan ayıran kas, biraz aşağıya hareket eder. Bunun sonucunda yukarıdan gelen basınç nedeniyle, karın boşluğu şişer ve sağ eliniz dışarı doğru itilir. İşte sağ elinizin dışı doğru itildiğini hissederseniz, doğru nefes aldığınızdan emin olabilirsiniz... Yeni bir nefes almadan iki saniye bekleyin.

İkinci ve üçüncü maddede yazılanları yineleyerek derin bir nefes daha alın verin. Egzersizi bir kez daha yineleyince dek mutlaka en az dört-beş kez normal nefes alın. Artık şimdi açıklayacağım alıştırmaya denemeye hazırsınız.”

Birden dörde kadar sayma

Derin ve tam bir nefes alın. Aldığımız nefesi tamamıyla verin.

- Tekrar nefes alırken birden dörde kadar sayın.
- Nefesinizi tutun ve birden dörde kadar sayın.
- Nefesinizi ağır vererek ciğerlerinizi tamamıyla boşaltırken yavaş yavaş birden sekize kadar sayın.

Bütün seansı dört kez yineleyin. Sekize kadar saymayı tamamlamadan önce nefesiniz tükendi mi? Eğer tükendiyse tekrar deneyin ve bu kez nefesinizi daha yavaş boşaltın.

GEVŞEME ALIŞTIRMASI

- Alıştırmayı tamamlamak için en az 1 dakikalık yeterli süreye sahip olduğunuzdan emin olun.
- Odanın loş olmasını sağlayın.
- Öğrencilere; “Gevşemeyi öğrenmeniz için şimdi de sizlere bedenle ilgili ikinci tekniği öğreteceğim. Bu tekniğin altında yatan prensip, bireyin aynı zamanda hem gergin ve sınırlı hem de gevşemiş ve rahat olamayacağıdır; stresli ve endişeli hissettiğiniz durumlarda gevşemeyi öğrenirseniz, o zaman böyle zorlayıcı koşullarda kendinizi önceki kadar rahatsız ve gergin hissetmezsiniz” deyin.
- Öğrencilere sınıfta gevşeme için deneyim kazandırırken önceden hazırlanmış görsel ve işitsel yönergeler kullanın.
- Sonra öğrencilere;
“**Kendi başınıza ilk kez bu tekniği denerken çok gergin olmadığınız bir zamanı seçin ve nispeten sakin bir yerde deneyin, yani ilk denemeyi zor bir durumdayken gerçekleştirmeyin. Kolay koşullar altında deneyin**” deyin ve uygulamaya geçin.

Gevşeme Alıştırmaları

- Arkanız dik ve ayaklarınız yerde olmak üzere rahat bir şekilde sessizce oturun. Ayak üstüne atmayın. Gözlerinizi kapatın... Şimdi zihninizi belirtilen kas grupları üzerinde toplayın. Rahat, sessiz, ağır ve derin bir nefes alın. Aşağıdaki cümleleri kendi kendinize sessiz olarak içinizden tekrarlayın.
- Sükunet ve huzur içindeyim. **Alın** kaslarım rahat, yumuşak. **Alın** ve **göz** kaslarım yumuşak. **Gözlerimi** sıkıyorum... daha sıkı, daha sıkı... ve sonra yavaş yavaş gevşetiyorum... Derin bir nefes alıyorum... tutuyorum... ve bırakıyorum.. **Alın** kaslarım, **göz** kaslarım bütünüyle yumuşak, gevşek...
- **Çenem** rahat, kasları gevşek. **Çene** kaslarımı sıkıyorum... Sıkı... Daha sıkı... Sonra bırakıyorum... **Çenemi** yavaş yavaş gevşetiyorum... Derin bir nefes alıyorum... Tutuyorum... ve yavaşça bırakıyorum... **Çenem** sarkıyor, kaslar yumuşak, gevşek...

- **Ense** kaslarım yumuşak, gevşek ... Şimdi onları sıkıyorum... Daha sıkı... Daha sıkı... Sonra yavaş yavaş gevşetiyorum... Derin bir nefes alıyorum... Tutuyorum... ve bırakıyorum... **Ense** kaslarım da bütünüyle gevşiyor ve yumuşuyor.
- **Alın** kaslarım ... **Göz** kaslarım... **Çene** kaslarım... **Ense** kaslarım yumuşak ve ağır... Sükunet ve rahatlık içindeyim... Verdiğim her derin solukla birlikte gerginliğin bedenimden akıp gittiğini hissediyorum.
- Şimdi dikkatimi **omuz** kaslarıma çeviriyorum ve onları geriyorum. Omuz kaslarımla birlikte **göğüs** kaslarımı da geriyorum. Tutuyorum... Sonra yavaş yavaş gevşetiyorum... Derin bir nefes alıyorum... Ağır ağır bırakıyorum...
- **Kol** ve **el** kaslarım gevşek. Şimdi onları sıkıyorum. Daha sıkı... Daha sıkı... Sonra yavaşça gevşetiyorum. Derin bir nefes alıyorum... Tutuyorum... ve veriyorum... Rahatlığın **kollarıma** ve **ellerime** yayıldığını hissediyorum.
- **Alın** kaslarım... **Göz** kaslarım... **Çene** kaslarım... **Boyun** kaslarım gevşek ve rahat ...**omuz**, **göğüs** ve **kol** kaslarım da yumuşak ve gevşek. **El** kaslarım da bütünüyle gevşemiş durumda... Verdiğim her derin solukla birlikte bedenimden akıp giden gerginliği görür gibi oluyorum.
- Şimdi dikkatimi **karın** kaslarıma çeviriyorum. Nefesimi tutuyorum ve **karın** kaslarımı sıkıyorum... daha sıkıyorum, sonra yavaş yavaş gevşetiyorum... Derin bir nefes alıyorum... Tutuyorum ve ağır ağır veriyorum... Şimdi **karın** kaslarım yumuşak... **Rahat** ve gevşek ...
- **Kalça** kaslarım yumuşak ... Şimdi onları sıkıyorum... Sıkıyorum... Tutuyorum... Sonra ağır ağır bırakıyorum... Derin bir nefes alıyorum... Duruyorum ve veriyorum... **Kalça** kaslarımın yumuşak ve rahat olduğunu hissediyorum.
- Şimdi dikkatimi **bacağımın üst** ve **alt** bölümündeki kaslar ile **ayak** kaslarında topluyorum. Bunları geriyorum... Geriyorum... Tutuyorum, **ayaklarımı** yere doğru yaklaşıtıyorum. Sonra kendime doğru kaldırıyorum... Gerginliği iyice hissediyorum ve yaşıyorum... Sonra yavaş yavaş **bacak** ve **ayak** kaslarımı gevşetiyorum... erin bir nefes alıyorum... Duruyorum ve ağır ağır hissediyorum...

Kalça, bacak ve ayak kaslarım yumuşak... ve gevşek...
Kendimi gevşemiş ve rahatlamış hissediyorum...

Bedenimin bütün kasları yumuşak... Ağır ve gevşemiş durumda...

- **Alın** kaslarım gevşek ... **Göz** kaslarım, **çene** kaslarım gevşek... **Boyun** ve **omuz** kaslarım yumuşak ve gevşek... **Kol, göğüs, karın** kaslarım da yumuşak ve gevşek... **Kalça, bacak ve ayak** kaslarım da gevşemiş durumda...

Bütünüyle gevşemiş durumda, sakin ve huzur içindeyim...
Kendimi rahat, yumuşak ve sükunet içinde hissediyorum... Bütün bu duyguları, sükuneti... huzuru... rahatlığı gün boyu kendimle taşıyacağım...Derin bir nefes alıyorum... Geriniyorum ve yavaş yavaş gözlerimi açıyorum.

Öğrencilere,“**Şimdi neler hissediyorsunuz? Bir dakikadaki kalp atışlarınız kaç düştü?**” diye sorun. Muhtemel belirtiler: El ve ayaklarda ısının artması, kalp atışında düşme vb.

Yüz Kasları ve Göz Alıştırmaları

Bu alıştırmalar yüz ve göz kaslarını rahatlatır.

Alıştırma: Dinlenme

Bugün bazı çocuklar yorgun. Şimdi biraz uyumak ve rüya görmek istiyoruz. Kollarını masanın üzerine uzat ve başını kollarının arasına koy ve gözlerini kapat. Yaz tatilini düşün.

“Sanki otların üzerinde uzanıyorsun, etrafta papatyalar ve yeşil çimenler var. Kelebekler çiçekten çiçeğe dolaşiyor. Güneş ışınları parlıyor ve bizleri ısıtıyor (öğretmen burada susar ve çocukların kendi fantezilerini geliştirmelerine fırsat verir). Daha sonra öğretmen “Uyanın ve arkanıza doğru şöyle bir gerilin ve derin bir nefes alın”.

Alıştırma:Gözler

“Görüyorum ki bazı çocukların gözleri kapanıyor. Şimdi gözlerimizi uyandıralım”

“sola pencerelelere bak”

“sağa duvara bak”

“yukarıya tavana bak”

“aşağıya yere bak”

“şimdi gözlerini şöyle bir yuvarlat ve rahatlat”

Alıştırma: Yüz

“Şimdi eğlenceli bir şeyler yapalım. Yüzünüzü buruşturun. Dişlerinizi birbirine bastırın, dudaklarınızı büzün, birbirine bastırın. Gözlerinizi açın. Bizi görenler bizden korkacaklar. Şimdi tekrar güzel bir yüz görmek istiyorum”.

Öğretmen biraz yavaş konuşmalı. Çocuklar gerginliklerinin yavaşça çözüldüğünü ve gevşediklerinin farkına varırlar.

Alıştırma:Yüzü Gevşetme

“Parmak uçlarıyla yüzünü kontrol et, yüzün rahat ve düz mü? İki elinin parmaklarıyla sevgi ile ve yavaş yavaş alnını, yanaklarını, ağzının etrafını, burnunu, gözlerinin üstünü ve tekrar alnını, yanaklarını, çeneni, boynunu okşa ve tekrar aynı sıra ile yavaş yavaş tekrarlar.

Alıştırma

“Ellerini avuç içlerini birbirine sürt ve ısıt. Soğukta eldivenlerin olmadığı zaman nasıl ellerini ısıtmaya çalışıyorsan, öyle yap. Şimdi ellerini gözlerinin üzerine kapat. Parmaklarını alnında ve elinin bilek kısmını yanaklarında hisset ve sıcaklığın nasıl ellerinden vücuduna aktığın hisset.”

Alıştırma : Geri Gelme

“Derin nefes alıp ver. Gözlerini aç. Kendini arkaya doğru ger. Sanki yataktan yeni kalkmış gibi yap.”

Alıştırma : Gözler

“Dik durun ve kollarınızı omuzlarınızın hizasında yana doğru gerin, ellerinizi yumruk yapın ve baş parmaklarınızı aşağıya doğru gerin. Muntazam nefes alıp verin. Sonra başınızı çevirmeden, gözünüzle bir elinizin baş parmağının ucundan diğer elinizin baş parmağına bakın. Gözlerinizi yukarıdan ve aşağıdan yarım daireler yaparak hareket ettirin.”

Bu alıştırma genel canlılığı sağlar. Aynı zamanda parmakların eklemlerini rahatlatır.

Parmak Alıştırmaları

Alıştırma : Baş Parmağa Bastırma

“Şimdi parmaklarımız için bir şeyler yapmak istiyoruz. Ellerinizi çenenizin hizasında tutun. Baş parmaklarınızı birbirine bastırın. Avuçlarınızın içi karşı karşıya baksın, parmaklarınızın ucuda yukarıya. Bir süre böyle tutun, sonra ellerinizi dizlerinizin üzerinde dinlendirin.”

Alıştırma Parmaklar

“Dik oturun ve ellerinizi öyle bir hizada kaldırın ki parmaklarınızı görebilin ve sonra baş parmaklarınızı ve işaret parmaklarınızı birbirine dokundurun. Diğer parmaklarınızı gerin ve daha sonra diğer parmaklarınızı da birbirine dokundurun.”

Vücut Duruşu

Bu alıştırmalar omuriliği, sırtı ve göbek kaslarını kuvvetlendirir. Boyun kısımlarını kuvvetlendirme dikkat toplamayı artırır. Aynı zamanda beden duruşunu ve dengeyi kuvvetlendirir.

Alıştırma: Kolları Kaldırma

“Rahat oturun, ellerinizi göğsünüzün hizasında tutun. Avuçlarınızı birleştirin. Bir büyük dağ gibi büyüdüğünüzü düşünün ve ellerinizi başınızın üzerine doğru uzatın. Parmaklarınızın ucunu dokundurun ve hissedin. Bu tepede bazen kar var, bazen vadi sıcak. Kollarınızı yavaşça indirin ve bunu tekrarlayın.”

Alıştırma : Karın Durumu

“Bizim okulun bahçesinde bir çok ağaç büyüyor. Teneffüste Ali ile Ahmet’in büyük kestane ağacının gövdesine sarıldıklarını gördüm. Şimdi biz de bir ağacı canlandıralım. Ayakta, ayaklarınız kapalı durun. Sol bacağınızı kaldırıp sağ bacağınızın iç kısmında diz hizasına koyun. Kollarınızı daire şeklinde başınızın üzerine doğru kaldırın, parmak uçlarınızı birbirine dokundurun. Dik durarak bana bakın. Diğer ayağınız üzerinde de aynı şekilde durmayı deneyin”.

Alıştırma: Kedi Gibi Durma

“Yumuşak bir zeminde kediler nasıl durursa bizde öyle yapalım. Ellerimizin ve dizlerimizin üzerinde duralım ve bir süre sırtımızı gerelim ve tekrar rahat bırakalım ve bunu birkaç defa yapalım”.

Alıştırma : Aslan Gibi Davranma

“Küçük kediden. Kuvvetli bir aslan olalım. Topuklarınızın üzerine, poponuz degecek şekilde dizlerinizin üzerine oturun, ellerinizi omuzlarınızın üzerine koyun. Gözlerinizi açın ve dilinizi dışarıya çıkarın. Hayvanat bahçesindeki aslan gibi gürleyin”.

Sonuç olarak bu çalışmalar okulda yapılırken, bir veli toplantısında anne-babalarla birlikte yapılmalı.

Aynı zamanda öğretmenler sınıflardaki bu çalışmalardan elde ettikleri sonuçları kaydetmeli ve daha sonra bir araya gelip deneyimlerini ve izlenimlerini paylaşmalıdırlar.

EK-2

3-18 YAŞ GRUBUNDAKİ DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE/AŞIRI HAREKETLİLİK BOZUKLUĞU OLAN (DEHB) ÇOCUKLARIN EĞİTİMLERİ PROJESİ

I. GİRİŞ

Sosyal yapıda ortaya çıkan gelişmeler, sosyal ilişkileri değiştirerek, eğitim alanında öğrenci merkezli yaklaşımları ve uygulamaları gündeme getirmiştir. Eğitim-öğretim ortamlarının ve imkanlarının kişisel özellikleri dikkate alarak yapılandırılması, öğrenci kişilik hizmetlerinin de ön plana çıkmasında etkili olmuştur. Bu bağlamda da özür veya özelliği olan öğrencilerin eğitim-öğretim etkinliklerinden en üst düzeyde yararlanarak sosyal yapıyla bütünleşmeleri gerekmektedir. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite/Aşırı Hareketlilik Bozukluğu (DEHB) olan öğrencilerin de eğitim imkanlarından en üst düzeyde yararlanabilmesi ve sosyalleşebilmeleri için DEHB olan çocukların eğitim projesinin hazırlanmasına ihtiyaç duyulmuştur.

DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE/AŞIRI HAREKETLİLİK BOZUKLUĞUNUN TANIMI VE ÖZELLİKLERİ

Dikkat eksikliği hiperaktivite/aşırı hareketlilik bozukluğu, çocuğun “yaşına ve gelişim düzeyine uygun olmayan aşırı hareketlilik, ataklık ve dikkat sorunları” olarak tanımlanmaktadır (APA, 1994).

DEHB'nin sıklığı DSM IV (Koroğlu, 1994)'ün verilerine göre toplumda %3-5 arasında, erkek çocuklarda kızlara oranla 3 kat daha fazla olduğu tespit edilmiştir. DEHB'nin nedenleri tam olarak bilinmese de psiko-sosyal ve biyolojik faktörlerin etkili olduğu tespit edilmiştir.

Gerek halk arasında gerek tıbbi çevrelerde DEHB'nin yaş ilerledikçe kendiliğinden azalacağı ve geçeceğine ilişkin yaygın kanılar bulunmaktadır. Son zamanlarda yapılan araştırmalar bunun böyle olmadığını, bozukluğun gidişinin farklı kişilerde farklı seyirler gösterdiğini ortaya koymuştur. Bu bozuklukta; hareketlilik çoğunlukla ilk on yıl içerisinde sorun yaratırken yaş ilerledikçe azalabilmektedir. Ancak dikkat sorunu; okula başlamadan önce fark edilmeyip önemsiz görülsede, çocuğun okul yaşamına başladığı zamandan itibaren sorun yaratmaktadır Bunun yanısıra sosyal ve duygusal alanlardaki zorluklar, ilk çocukluk çağından itibaren değişik sorunlara yol açmakta ve yetişkinlik çağında daha da etkili olmaktadır. Geç ergenlik ya da yetişkinlik döneminin erken evrelerinde kişi artık işlevsel olarak bozukluğun belirtilerini ya da bunlara ilişkin sorunları göstermektedir. Sorunlar ve belirtiler yetişkinlikte de sürer. Buna ek olarak duygusal ve sosyal sorunlar gözlenir. Bu vakalarda yalnız belirtiler sürmekle kalmaz, bunlara ciddi psikopatolojilerde eklenir. Alkolizm, madde bağımlılığı, antisosyal kişilik bozukluğu gibi yakınmalar gözlenir .

DEHB basit, gelip geçici bir yaramazlık veya dikkat dağınıklığı olarak değerlendirilmemelidir. DEHB çocuğun erişkin yaşama hazırlanmasında önemli sorunlara yol açabildiği gibi, çoğunlukla ergenlik ve erişkinliğe kadar devam eden davranış ve dikkat sorunlarına neden olmakta, olguların yaklaşık 1/3'ünde başka psikiyatrik bozuklukların (okul sorunları ve öğrenme bozuklukları, karşıt olma, karşıt gelme bozuklukları, davranım bozukluğu, depresyon ve kaygı (anksiyete) bozuklukları, arkadaşlık ilişkilerinde sorunlar, bağlanma bozuklukları, madde bağımlılığı) eşlik etmesiyle içinden çıkılması güç durumlara yol açabilmektedir.

DEHB; bireyi, anne-babasını ve öğretmenini sürekli meşgul eden önemli bir sorun haline gelmiştir. Bu bozukluğu olan bireyleri; aileleri ve öğretmenleri "kavgacı, asabi, çabuk düş kırıklığına uğrayıp, sıklıkla ağlayan, hayallere dalan, başkasının konuşmasını kesen, yaramaz, kurallara uymayan, derslerde eşyalarını kaybeden çabuk heyecanlanan ve oturduğu yerden sık sık kalkan" olarak tanımlamaktadır. Bu tür tanımlamalar, çocuğun benlik algısının düşürüp, sosyal ilişkilerini ve eğitim sürecini olumsuz etkilemektedir. Özdoğan (2000: 99)'a göre; ilk çocukluk dönemindeki anne-babanın eğitim hataları, çocuktan aşırı beklenti, az/yanlış motivasyon, gelişim krizleri, olumsuz yaşam koşulları,

bulunulan ortamdaki olumsuz yaşantılar, beslenme, anne-babanın çocuklara ayırdıkları zamanın sınırlılığı ve kitle iletişimi araçlarının etkisi zaman zaman bireylerde DEHB'ye benzer aşırı hareketlilik ve dikkat toplama zorluklarıyla karıştırılmakta ve hiperaktivite/aşırı hareketlilik/dikkat dağınıklığı bozukluğu olarak etiketlenilmektedir.

DSM IV (Köroğlu, 1994) 'ün Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite/Aşırı Hareketlilik Bozukluğunun Özellikleri:

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 dağılır,
- Doğrudan kendisine konuşulduğunda çoğu zaman dinlemiyormuş gibi görünür,
- Çoğu zaman yönergeleri izlemez ve okul ödevlerini, ufak tefek işleri ya da iş yerindeki görevlerini tamamlayamaz (karşıt olma bozukluğuna ya da yönergeleri anlayamamaya bağlı değildir),
- 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 dağılır,
- Günlük etkinliklerinde çoğu zaman unutkanır.

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, sakın 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,
- Çoğu zaman çok konuşur.

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 olan öğrenciler sınıf ortamında; kıpır kıpırdırlar, dersin düzenini bozarlar, tahtada yazılanları defterlerine geçirmekte güçlük çekerler, defter sayfalarının yarısını doldururlar, yazıları kötüdür, yazım kurallarına dikkat etmezler, ödevlerini tamamlamakta sorun yaşarlar. Dikkatsizlikleri sınav başarılarını da etkiler bu nedenlerden dolayı çocuğun okul başarısında düşme olur, öğrenim görerek meslek edinme şansı azalır. Oyunlarda sırasını bekleyemezler ve arkadaşlarıyla sorun yaşarlar. Çoğu kez okul eşyalarını kaybederler. Tehlikeli olabilecek durumların sonuçlarını düşünmeden hareket edebilirler. Kendisine söylenenleri dinlemiyormuş izlenimi verirler. Evde sakarlık yapar, ya da hiç düşünmeden yapılan davranışlar nedeniyle anne-babası ve kardeşleriyle sorun yaşarlar (Selçuk, 2001).

Dikkat Eksikliği Hiperaktivite/aşırı hareketlilik Bozukluğu tanısının konulabilmesi için temel belirtilerin 7 yaşından önce başlaması, en az iki ortamda görülmesi, (okul ve evde) ve 6 ay boyunca da devam ediyor olması gerekmektedir. DEHB olan bireyler, dikkat eksikliği ve aşırı hareketli olanlar, yalnızca dikkat sorunu olanlar ve aşırı hareketli ataklık sorunu olanlar olarak üç ayrı grupta yer almaktadır. Bu özellikler bireyler arası farklılık gösterirken, tanıyı alan her çocuğun sorunları temelde aynıdır (Aysev ve ark. 2000).

MEVCUT DURUM

DEHB olan çocukların zeka düzeyleri akranlarından farklı olmamasına rağmen bilişsel, duygusal ve davranışsal alanlarda zorluk yaşamalarından dolayı özel eğitime ihtiyaç duymaktadırlar.

Ülkemizde DEHB olan çocukların tıbbî tanısı; çocuk-ergen ruh sağlığı ve hastalıkları kliniğinde konulmakta ve bu tanıya göre de, Rehberlik ve Araştırma Merkezi Müdürlüklerinin, özel eğitim hizmetleri bölümünde değerlendirilerek eğitsel olarak tanılanmaktadır. DEHB olan çocuklar alınan eğitsel tanılama ve yöneltme kararı sonucunda, gerek görülmesi durumunda kaynaştırma eğitimine tâbi tutulmaktadır.

DEHB; Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliğinin 4. maddesinde tanımlanmamış olmasına rağmen aynı yönetmeliğin 73. maddesinin 7. paragrafında “Hiperaktivite/aşırı hareketlilik ve dikkat eksikliği yetersizliği olan öğrencilerin bu özellikleri göz önüne alınarak kısa yanıt ve az sorulu yazılı sınavlar, ödevler ve projelerle değerlendirilirler.” ifadesi yer alırken, 10. paragrafta ise “Alınan özel eğitim önlemlerine rağmen her tür ve kademedeki bir dersin öğretim programında başarısız olan öğrenci; diğer derslerdeki ortalamaya bakılarak genel başarı ortalamasının altında bir not ile değerlendirilmez.” denilmektedir. Bu bağlamda da DEHB olan öğrencilerin eğitim-öğretimlerindeki özel gereksinimlerinin karşılanabilmesi ve uygulamada karşılaşılan sorunlara çözüm getirilebilmesi için eğitim-öğretim programlarının, öğretmen yaklaşımlarının, öğrenme-öğretme stratejisi, yöntem ve tekniklerinin, sınıf ortamlarının, sınav durumlarının yeniden düzenlenmesi gerekmektedir (573 sayılı Özel Eğitim Hakkında Kanun Hükmünde Kararname).

GEREKÇE

Ülkemizde Dikkat Eksikliği Hiperaktivite/Aşırı Hareketlilik Bozukluğu (DEHB) özellikle son 10 yıl içerisinde önem kazandığı için kitle iletişim araçlarında sıklıkla gündeme getirilmiştir. Topluma aktarılan bilgilerin yetersizliği ve/veya aktarılış biçimi DEHB'nin yanlış anlaşılmasına ve değerlendirilmesine neden olabilmektedir. Genellikle bu bozukluğu olan çocuklar “üstün, çok zeki, yaramaz” olarak nitelendirilmektedir. Aynı zamanda farklı yetersizliğe sahip olan bireylerde görülen aşırı hareketlilik durumu da DEHB'deki hiperaktivite/aşırı hareketlilikle karıştırılabilmektedir.

Ancak bu bozukluğun en temel göstergesi ise çocuğun dikkat süresinin yaşının ve zekasının gerektirdiğinden daha kısa olmasıdır. Bu çocukların zekaları normal olduğu halde dikkat problemlerine sahip olmalarından dolayı okulda öğrenme sorunlarıyla karşılaşmaktadırlar (Öktem,1996).

DEHB (Köroğlu;1994) görülme sıklığına göre her sınıfta en az bir öğrencinin bulunduğu düşünüldüğünde ülkemiz genelinde eğitim kurumlarına devam eden 500.000 öğrencinin DEHB'den etkilendiği varsayılmaktadır.

Yukarıda da belirtildiği üzere, farklı etmenler sonucunda normal okul çağı çocuklarında ve DEHB'ye bağlı dikkatsizlik ve aşırı hareketlilik belirti ve sorunlarıyla başetmede kullanılacak yöntem ve tekniklerin “Sınıfıçi Dikkat Toplama Pilot Çalışmalarıyla” desteklenmesi gerekmektedir.

Bu proje; koruyucu ruh sağlığı hizmetlerinin geliştirilmesi ve yaygınlaştırılması kapsamında, DEHB olan çocukların tanımlanması, erken ve ayırıcı tanısının konulması ve etkili eğitim-öğretim hizmetlerinin planlanarak, yürütülmesini sağlayacaktır.

II. YASAL DAYANAK

- 1.T.C. Anayasanın 42. maddesi,
- 2.1739 Sayılı Millî Eğitim Temel Kanunu,
- 3.222 Sayılı İlköğretim ve Eğitim Kanunu,
- 4.4306 Sayılı Kanun,
- 5.3797 Sayılı Millî Eğitim Bakanlığının Teşkilat ve Görevleri Hakkında Kanun,
- 6.19.06.1986 tarih 19139 sayılı 3308 Mesleki Eğitim Kanunu
- 7.573 Sayılı Özel Eğitim Hakkında Kanun Hükmünde Kararname,
- 8.2000/72 sayılı Özel Eğitim Uygulamaları Hakkında Özel Eğitim Rehberlik ve Danışma Hizmetleri Genel Müdürlüğü'nün Genelgesi.

III. ÖZEL EĞİTİM HİZMETLERİ (Hizmet Birimleri)

Özel eğitim hizmetlerinin amacı; özel eğitim gerektiren çocukların Türk Millî Eğitimine genel amaçları ve ilkeleri doğrultusunda, genel ve meslekî eğitim görme haklarını kullanabilmelerinin sağlanmasına yöneliktir.

DEHB olan çocukların eğitimini de kapsayan bu amaca yönelik hizmetleri, ilk elden veren iki ana birim bulunmaktadır.

III-1 Rehberlik ve Psikolojik Danışma Servisleri

Eğitim kurumları bünyesinde öğrencilere eğitimde psikolojik hizmetleri sağlayan birimlerdir. Genel olarak öğrencinin meslekî rehberlik, eğitsel rehberlik, bireysel danışma, öğrencinin güçlü ve zayıf yönlerini tanıma grup etkinliği konusunda danışma hizmetlerini yürüterek öğrencinin özel gereksinimlerini belirlerler. RPD servisleri işlevleri ve hizmetlerinin içeriği olarak Özel Eğitim, Rehberlik ve Danışma Hizmetleri Genel Müdürlüğü'ne, idari olarak da buldukları eğitim türü ya da kademesinin bağlı olduğu Bakanlık birimlerine bağlıdırlar. Okul rehberlik ve psikolojik danışma servislerinde toplam 7573 rehber öğretmen (danışman/counselor) görev yapmaktadır.

III-2 Rehberlik ve Araştırma Merkezleri

İl ve ilçelerde eğitim kurumlarındaki rehberlik ve psikolojik danışma ile özel eğitim hizmetlerinin etkin ve verimli bir şekilde yürütülmesine ilişkin her türlü çalışmaları yerine getiren merkezlerdir. Rehberlik ve araştırma merkezleri temel iki bölümden oluşur. Bunlardan birincisi özel eğitim hizmetleri bölümü, diğeri ise rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri bölümüdür.

III-2-a) Özel Eğitim Hizmetleri Bölümü;

- Özel eğitim gerektiren çocukların tespiti amacıyla yapılacak taramalarda yer alır, bununla ilgili her türlü özel eğitim hizmetini verir.
- Zihin, duyu ve sosyal yönden uyumsuzluk, gelişimdeki gerilik, öğrenme güçlüğü, okul başarısızlığı, çeşitli bedensel engeller gibi nedenlerle bölüme başvuran bireyleri kabul eder, dosya açar ve gerekli hizmeti verir.
- Özel eğitim kurumları ve kaynaştırma programı uygulayan okulların rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri servislerine, yönetici ve öğretmenlerine özel eğitim ile ilgili gerekli destek hizmetlerde bulunur.
- Merkezin sorumluluk alanında özel eğitim gerektiren öğrencilerin üst öğrenim kurumları ve mesleğe yönelmeleri konusunda gerekli çalışmaları yapar ve kurumlar arası eşgüdümü sağlar.
- Okul yönetimleri, sınıf ve branş öğretmenleri ve ailelere yönelik özel eğitim ve kaynaştırma eğitimiyle ilgili konferans, panel gibi toplantılar ile çeşitli hizmetiçi eğitim etkinlikleri düzenler. Gerektiğinde üniversite ve ilgili kuruluşlarla iş birliği yapar.
- Hizmet verilen bireylerle ilgili olarak merkez dışına verilecek bilgilerde kişiyi ve aileyi olumsuz etkileyebilecek yaklaşımlardan kaçınır.
- Bölümün etkinliklerinde kullanılacak psikolojik ölçme araçları ile diğer araç ve tekniklerin belirlenmesi ve sağlanması için yapılacak çalışmaları planlar, yürütür ve sonuçlandırır.

- Özel eğitim gerektiren çocukların kendilerine, ailelerine ve eğitim kurumlarına yönelik, onların gelişimlerini destekleyecek yayınlar hazırlar ve ilgililere ulaştırır.
- Özel eğitime gereksinimi olan çocukların ve öğrencilerin eğitsel tanılama, değerlendirme ile yerleştirilmelerini sağlar ve eğitimde yöneltmeyi yapar ve kaynaştırma eğitiminde öğretmen ve okullara müşavirlik desteğinin verilmesi gibi hizmetleri yürütür.

III-2-b) Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri Bölümü

Temel olarak RAM' nin görev bölgesindeki okulların eğitsel, mesleki ve bireysel rehberlik hizmetlerinde bütünlük sağlanması, geliştirme, yaygın ve hizmetiçi eğitim olarak okulların desteklenmesi, merkezi programlar ve esasları da dikkate alarak bölgenin gereksinimlerine göre çerçeve rehberlik programlarının hazırlanması gibi hizmetleri yürütür.

III-3 İl/İlçe Milli Eğitim Müdürlükleri

İl/ilçe milli eğitim müdürlüklerinde özel eğitim ile rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerini ilde/ilçede yönetiminden sorumlu olan bir şube oluşturulmakta ve hizmetler bu şubenin koordinasyon ve organizasyonu ile yürütülmektedir.

III-4 Özel Eğitim Rehberlik ve Danışma Hizmetleri Genel Müdürlüğü

12.05.1992 tarih ve 21226 sayılı Resmî Gazete'de Yayınlanan 3797 sayılı Millî Eğitim Bakanlığının Teşkilat ve Görevleri Hakkında Kanun'un 23. maddesinde belirtilen görevleri yerine getirir.

IV. SORUNLAR

IV-1) DEHB olan çocukların eğitim gördükleri her tür ve kademeye göre uygun eğitim modellerinin oluşturulmamış olması,

IV-2) DEHB olan çocukların psiko-eğitsel değerlendirmesi ve eğitsel tanılama yetersizliklerinin olması,

IV-3) 573 sayılı Özel Eğitim Hakkında Kanun Hükmünde Kararnamede yer alan DEHB olan çocukların tanımının yapılmamış olması ve değerlendirme sürecindeki esasların yetersiz olması,

IV-4) DEHB olan çocukların eğitimi ile ilgili birimler, kurumlar, kuruluşlar arasında etkili bir iş birliği ve eşgüdümün oluşturulamamış olması,

IV-5) Hizmet ve personel nitelikleri ile ilgili kaynakların ciddi boyutta yetersizliği.

V. PROJENİN GENEL AMACI VE KAPSAMI

V-1) AMAÇ: DEHB olan 3-18 yaş grubundaki çocukların yaş ve gelişim özellikleri dikkate alınarak ihtiyaçları doğrultusunda eğitim-öğretim imkanlarından en üst düzeyde yararlanmalarını sağlamaktır.

V-2) PROJENİN KAPSAMI: Ankara, Adana, Antalya, Bursa, İstanbul, İzmir, Kocaeli, Trabzon, Gaziantep, Edirne, Erzurum, Diyarbakır,Samsun ve Van illerinde 3-18 yaş grubundaki DEHB olan bireyleri kapsar.

V-3) HEDEF KİTLE: Proje kapsamında 3-18 yaş (okul öncesi, ilköğretim ve ortaöğretim okulları) grubundaki DEHB olan bireyler, öğretmenler ve aileleridir.

VI-PROJENİN HEDEFLERİ

VI-I PROJE KAPSAMINDA DEHB OLAN ÇOCUKLARIN TESPİTİ VE TANILAMA İLE İLGİLİ HEDEFLER, FAALİYETLER VE ÇIKTILAR

VI-I-1) 3-18 Yaş Grubundaki DEHB Olan Bireyler İçin Tespite Yönelik Hedef, Faaliyet ve Çıktılar

Hedef 1): Okul öncesi (3-6 yaş), ilköğretim (7-14 yaş) ve ortaöğretim (15-18 yaş) tür ve kademelerine devam eden DEHB olan çocukların tespitinin yapılması,

Faaliyetler:

- a) DEHB olan çocukların tespiti amacıyla bilgi formunun hazırlanması,
- b) Tıbbî tanısı yapılmış çocukların tespitine yönelik bilgi formunun, çocuk-ergen ruh sağlığı ve hastalıkları kliniği bulunan kurum ve kuruluşlara gönderilmesi,
- c) Eğitsel tanı ve yerleştirme kararına yönelik çocukların tespitine yönelik bilgi formunun Rehberlik ve Araştırma Merkezlerindeki Özel Eğitim Hizmetleri Bölümüne gönderilmesi,

Çıktı:

- 3-18 yaş grubundaki DEHB olan çocukların tespiti yapıldı.
- Elde edilen istatistiki bilgilere göre veri tabanı oluşturuldu.

Hedef 2): 3-18 Yaş Grubundaki DEHB Riski Olan Çocukların Tanılanması ve Değerlendirilmesi.

Faaliyetler:

- a) Okul öncesi (3-6 yaş), ilköğretim (7-14 yaş) ve ortaöğretim (15-18 yaş) kademelerine devam eden DEHB olan çocukların tanısının konulması,
- b) Tıbbî tanısının konulması,
- c) Eğitsel tanısının konulması ve yöneltme kararının alınması,
- d) Yerleştirme kararının alınması.

Çıktı:

- DEHB'nin tanılanması ve türü hakkında tıbbî rapor yazıldı.
- Yöneltme-yerleştirme kararı alındı.
- Süreç izlendi.
- Eğitsel düzenlemeler yapıldı.

VI-II PROJE KAPSAMINDA TEMEL HİZMET SUNUCULARININ EĞİTİMİNE YÖNELİK HEDEFLER, FAALİYETLER ve ÇIKTILAR

VI-II-1) Temel Hizmet Sunucularının Eğitimindeki Hedef, Faaliyet ve Çıktılar

Hedef 1) Proje kapsamında temel hizmet sunucularını bilgilendirmeye yönelik kaynakların hazırlanması.

Faaliyetler:

a) Her tür ve kademedeki DEHB olan öğrencinin sınıf içi eğitsel düzenlenmesini içeren kitapçık/broşürlerin hazırlanması ve yayımı,

b) Her tür ve kademedeki DEHB olan çocukların ailelerinin bilgilendirilmesine yönelik kitapçık/broşürlerin hazırlanması ve yayımı.

Çıktı:

- Aile ve öğretmenleri bilgilendirmeye yönelik kitapçık/broşürler hazırlandı.
- Aile ve öğretmenleri bilgilendirmeye yönelik hazırlanan kitapçıklarının/broşürlerin dağıtımı yapıldı.

Hedef 2) Proje kapsamında, rehberlik ve araştırma merkezinde görevli rehber öğretmen/psikolojik danışmanların teorik-pratik alanda eğitimi,

Faaliyetler:

a) DEHB olan çocukların tanımlanması, psiko-eğitsel değerlendirme süreci ve eğitim-öğretim ortamlarının düzenlenmesine yönelik dokümanın hazırlanması,

b) Hazırlanan dokümanın kullanımına yönelik DEHB olan çocukların “Eğitsel Tanılama, İzleme ve Değerlendirme Ekibi” öğretmenlerinin hizmet içi eğitim programıyla formatör olarak yetiştirilmesi,

c) “Proje Uygulama Kurulu” tarafından “Eğitsel Tanılama, İzleme ve Değerlendirme Ekibi”nin eğitim faaliyetleriyle ilgili etkinlikleri izleme-değerlendirme amacıyla kullanılacak formların hazırlanması.

Çıktı:

- DEHB olan çocukların eğitiminde proje kapsamında her il/ilçe rehberlik ve araştırma merkezinden formatör rehber öğretmen yetiştirildi,
- Hizmet içi eğitim dokümanı hazırlandı,
- Eğitsel Tanılama, İzleme ve Değerlendirme Ekibinin çalışmasının etkinliğinin izleme ve değerlendirme formatları hazırlandı.

Hedef 3) Okullarda çalışan temel hizmet sunucularının eğitimi**Faaliyetler:**

a) Proje kapsamında formatör olarak yetiştirilmiş “Eğitsel Tanılama, İzleme ve Değerlendirme Ekibi” öğretmenlerinin RAM ve okul personeline (rehberlik ve psikolojik danışma servisi rehber öğretmeni/psikolojik danışmanı, öğretmen(ler) ve okul yönetimine) DEHB olan çocukların eğitimi konusunda bilgi ve becerilerini geliştirmeye dönük kapsamlı-teknik hizmetiçi eğitim faaliyetleri planlaması, gerçekleştirilmesi,

b) Temel hizmet sunucularının eğitim sonunda kazanılmış bilgi ve beceriler doğrultusunda aile eğitimi ve rehberliğini gerçekleştirilmesi.

Çıktı:

- Proje kapsamında okullarda temel hizmet sunucularının eğitimi gerçekleştirildi.
- DEHB olan çocukların aile eğitimi ve rehberliği gerçekleştirildi.

Hedef 4) Proje kapsamında İl Millî Eğitim Müdürlüğü bünyesinde görev alan temel hizmet sunucularının eğitimi.

Faaliyetler:

Proje kapsamında oluşturulmuş, rehberlik ve araştırma merkezi bünyesinde “Eğitsel Tanılama, İzleme ve Değerlendirme Ekibi”nce rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerini yürüten özel eğitim ve rehberlik bölümünden sorumlu millî eğitim müdür yardımcısı, rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri il danışma kurulu ve okul öncesi ilköğretim müfettişleri ile ortaöğretim müfettişlerinin eğitiminin gerçekleştirilmesi.

Çıktı:

Proje kapsamında il millî eğitim müdürlüğü bünyesinde görev alan temel hizmet sunucuları eğitildi.

VI-III PROJE KAPSAMINDA DEHB OLAN ÇOCUKLARIN EĞİTSEL DÜZENLEMELERİN YAPILANDIRILMASINA YÖNELİK HEDEF, FAALİYET, ÇIKTILAR

Hedef 1) DEHB olan çocukların eğitsel düzenlemelerin yapılandırılması için kurumlar arası iş birliği.

Faaliyetler:

a) Millî Eğitim Bakanlığı, Sağlık Bakanlığı, Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığı ve ilgili sivil toplum örgütleri arasında iş birliğine dönük protokollerin hazırlanması,

b) Protokolde yapılan tanımlamalara göre temel hizmet sunucuları için ortak eğitim faaliyetleri düzenlemesi,

c) İş birliği çerçevesinde yapılan hizmetlerin etkililiğini değerlendirme ve gelecekte bu konuda daha etkin kalıcı eğitim modelleri geliştirmesi.

Çıktı:

- Protokol imzalandı.
- Kalıcı eğitim modelleri geliştirildi.

Hedef 2) Proje kapsamında eğitim-öğretim etkinliğinin verimini artırmak.

Faaliyetler:

- a) Sınıf içi dikkat toplama çalışmalarının yapılması için seçilmiş pilot okullarda okul personelinin eğitilmesi,
- b) Akran gruplarının eğitilmesi,
- c) Pilot çalışmanın etkinliğini izleme ve değerlendirmeye yönelik test ve dokümanın hazırlanması.

Çıktı:

- Okul personeli ve akranlar eğitildi.
- Test ve dokümanlar hazırlandı.

Hedef 3): DEHB olan çocukların eğitimi konusunda kamu bilincinin artırılması.

Faaliyet:

- a) Kamu kurum ve kuruluşlarıyla iş birliği çerçevesinde toplumsal bilincin artırılması için bilgi alış-veriş ve iş birliği toplantıları düzenlenmesi,
- b) DEHB hakkında farklı vasıtalarla bilgi geliştirmek, yaymak ve bu bilgilere erişimin sağlanması.

Çıktı:

- Kamu bilinci oluşturuldu.
- Bilgiye erişim sağlandı.

VII. UYGULAMA

Özel Eğitim Rehberlik ve Danışma Hizmetleri Genel Müdürlüğü'nde DEHB Proje Uygulama Birimi kurulacaktır. Bu birimde Millî Eğitim Bakanlığı'na bağlı rehber öğretmen veya psikolojik danışmanlar görevlendirilecektir. Bu birim söz konusu Genel Müdürlüğün sorumluluğunda bulunacaktır. Millî Eğitim Bakanlığı, Sağlık Bakanlığı ve Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığı arasında protokolün hedeflenen biçimde oluşturulması kapsamında, bir "DEHB Danışma Kurulu" kurulacak ve çalışmalar bu kurulun değerlendirmeleri doğrultusunda yapılacaktır.

VIII. PERFORMANS GÖSTERGELERİ

1) DEHB Olan Çocukların Tespiti

- 1.1. 3-18 yaş grubundaki tanılanmış DEHB olan çocukların tespiti yapıldı.
- 1.2. Elde edilen istatistiksel bilgilere göre veri tabanı kuruldu.

2) Temel Hizmet Sunucularının Eğitimi

- 2.1. Proje kapsamında yer alan 14 ildeki Temel Hizmet Sunucularından olan rehberlik ve araştırma merkezinde 104 rehber öğretmen/psikolojik danışman, 14 il millî eğitim müdürlüğü özel eğitim ve rehberlik şube müdürü, 14 okul öncesi ve ilköğretim müfettişi ve 14 ortaöğretim müfettişi olmak üzere toplam 146 kişi eğitildi.
- 2.2. Proje kapsamında DEHB olup; eğitsel tanınması yapılmış yerleştirme kararı olan çocukların sınıf öğretmenlerinin eğitimi yapıldı.
- 2.3. Aile ve öğretmen kitapçıkları hazırlandı ve dağıtımı yapıldı.

3. DEHB olan çocukların eğitsel düzenlemelerinin yapılması

- 3.1. Protokol imzalandı.
Kalıcı eğitim modelleri geliştirildi.
- 3.2. Okul personeli ve akranlar eğitildi.
Test ve doküman hazırlandı.
- 3.3. Kamu bilinci oluşturuldu.
Bilgiye erişim sağlandı.

IX. ÇIKTI GÖSTERGELERİ

1. DEHB'ye dönük yeni eğitsel düzenlemeler yapıldı.
2. DEHB olan bireyler sosyal yapıyla bütünleştirildi.