

DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU VE ÖĞRENME BOZUKLUĞUNDA ÖZGÜN DAVRANIŞLAR İÇİN ÖNERİLEN SINIF İÇİ YÖNLENDİRMELER

1- Yönergeyi takip etmede güçlük(büyük istekle başlayıp devam ettirememe)	<ul style="list-style-type: none">* Geniş kapsamlı görevleri anlaşılabilir küçük parçalara ayırınız.* Öğrenci ile birlikte bir sorgulama yöntemi kullanın, bunu yapabilmesi için neye gereksinim duyduğunu sorun.* Elde edilebilir amacına ulaşmaya kadar ona bu soruyu sormaya devam edin.* Her bir basamağı başarıp geçmesi için gerekli zaman sınırını açıkça belirleyin, takip edin.
2- Özgün görevleri tamamlama, sıralama ve basamakları tamamlamada güçlük(Örneğin bir kitabın özetini çıkarma vb.)	<ul style="list-style-type: none">* Görevi uygun ve çalışılabilir parçalara ayırınız.* Görevleri nasıl tamamlayacağına ve basamaklara ayrılmasına ilişkin örnek verin.
3- Bir aktivite ya da ödevi tamamlamadan diğerine geçme	<ul style="list-style-type: none">* Tamamlanmış bir işin ne demek olduğunu açıklayın(Matematik çalışman altı problemi eksiksiz ve doğru yaptığında bitecek, bunu bitirmeden diğerine başlama)
4- Verilen yönergeleri izlemede güçlük	<ul style="list-style-type: none">* Yönergeleri vermeden önce öğrencilerin dikkatini çekin, uyarıcı ipuçları verin, sözel yönergeleri yazılı olarak yazın.* Bir defada tek yönerge verin, yönergeyi söyledikten sonra anlayıp anlamadıklarını kontrol için öğrenciye söylediğinizi tekrarlatın
5- Önem sırasına koymada güçlük (çok önemliden az önemliye)	<ul style="list-style-type: none">* Ödev ve görevleri öncelik sırasına koyun.* Öğrenciye yardımcı olacak bir model veya örnek gösterin, örneğin pano yapın ve sık sık ona bakmasını hatırlatın.
6- Zaman içinde dikkatini vermesinde ve sürdürmesinde azalma	<ul style="list-style-type: none">* Ödevin büyüklüğünü azaltın, miktardan çok kalitesine dikkat edin.* Pozitif pekiştiricilerin sıklığını artırın, doğru yaptığında övücü sözlerle ona belirtin.
7- Ödevleri tamamlamada güçlük	<ul style="list-style-type: none">* Her bir ödevi tamamlamak için gerekli bütün basamakları tanımlayın ve/veya isteyin.* Ödevleri yeterli zamansal bölümlere ayırın.* Ödevin tamamlanıp tamamlanmadığını sık kontrol ediniz.* Her bir konuda ona yardımcı olacak çalışma arkadaşı belirleyiniz.
8- Bellek gerektiren görevlerde güçlük	<ul style="list-style-type: none">* Yönergelerin söylenerek, yazılarak, gösterilerek ve yaptırılarak verilmesi. Konuyu hatırlaması için alçak sesle ipucu verin.* Çalışma yönergesi olarak hatırlatma yöntemleri kullanın (hatırlatıcı ipuçları, görselleştirme, okuduğunu kendi kendine anlatması)

9- Test almada güçlük	<ul style="list-style-type: none">* Test için ek zaman verin. Test tekniklerini öğretin ve test yerine sözlü sınavları tercih edin.* Açık okunabilir ve karmaşık olmayan test formları kullanın. Cevap formunda sorular arasında uygun boşluk bırakın. Mümkünse her sorunun karşısına gelen şıkları koyu veya açık boyalı cevap formu kullanın.
10- Sözel olmayan uyarıların anlaşılmasını (vücut dilini yanlış yorumlama vb.)	<ul style="list-style-type: none">* Sözel olmayan ipuçlarının ne anlama geldiğini öğretin (susma işaretinin ne anlama geldiğini açıklayın vb)
11- Yazılmış metinlerde kafasının karışması (paragrafın ana fikrini çıkarmada güçlük, küçük ayrıntılara daha fazla dikkat harcama)	<ul style="list-style-type: none">* Okunan metnin ana fikrinin altını çizmesi veya asetatla boyayıp sonra çizili yerlerin deftere yazılmasını sağlayın.* Okunan metnin önemli noktalarının taslağını çıkarın(öğretmen yapacak)* Anahtar, ana fikir, detay kavramlarını öğretin.* Metni veya bölümü kasete almasını sağlayın.* Öğrenciye sunulan dersin yazılı metnini verin.* Öğrencilere dersin kopyalarını arkadaşlarına dağıtması ve kendi notlarıyla arkadaşlarının tuttuğu notları karşılaştırmasını sağlayın.* Önemli bilgileri gösteren görsel ve işitsel çatisını çıkarın.* Anahtar kelimeleri öğretin ve vurgulayın (sonraki..., en önemli noktası vb)
12- Görev ya da etkinliklerde dikkati sürdürmede güçlük (dış uyarılara dikkatini kolayca dağılması)	<ul style="list-style-type: none">* Dikkatini verdiğinde ödüllendirin. Görevleri küçük parçalara bölün, zamanında bitirdiğinde ödüllendirin.* Mümkünse, kulaklık, kabin, sessiz ortam sağlayın.
13- Dağınıklık, dikkatsizlik	<ul style="list-style-type: none">* Düzenleme becerilerini öğretin. Öğrencinin gerekli malzemelerini ve ödevlerini gösteren günlük, haftalık ve aylık tablolar hazırlayın. Dağınıklığı azaltma ödevleri verme ve geri almada her bir öğrenci için uygun yöntemler belirleyin.* Defter kontrolü yapın ve uygun sayfa düzeni varsa ödüllendirin.* Alışılır çalışma tabloları ve yazılı bilgilendirme sağlayın.* Günlük rutinleri belirleyin, öğrencinin yapmasını istediğiniz şeyler için model olun, örnek gösterin.* Düzenlemede yardım edecek bir arkadaş ile eşleştirin.* Öğrencinin malzemelerini belirli yerlere koymasını sağlayın.* İstedığınız davranışları sık sık hatırlatın.

14- Kötü el yazısı	<ul style="list-style-type: none">* Mümkünse bilgisayar ve daktilo kullanmasına müsaade edin.* Yazısı okunaksızsa ödevlerini kasete okusun veya sözlü bildirsin.* El yazısı için cezalandırmayın, kullandığı herhangi yöntemi kabul edin.
15- Elle yazarken zorluk çekme(örneğin elle yazarken yorulma)	<ul style="list-style-type: none">* Kısa ödevler verin.* Ödevlerini yapmada alternatif modeller oluşturun (teybe kaydetme, sözlü anlatma, bilgisayar ile yazma vb.)* Kalem tutacak yerinin plastik olmasına izin verin.
16- Çalışma alışkanlığının yetersiz olması	<ul style="list-style-type: none">* Çalışma alanlarına özgün okuma, not alma, ana fikirlerini çerçevesini çıkarmak için çalışma yöntemleri gösterin.
17- Yetersiz kendini değerlendirme	<ul style="list-style-type: none">* Ağzından çıkan kulağın duyması için yöntemler kullanın (dur-bak-dinle)* İşini bitirip dinlendikten sonra, yazdığını tekrar kontrol etmesini isteyin.
18- Yazı yazmada yavaşlık veya üretken olamama(10 dakikalık yazının saatlerce sürmesi)	<ul style="list-style-type: none">* Görevi tamamlamada alternatif yöntemler kullanmasına izin verin(daha az yazı yazmasını gerektiren sözlü sunum, bant kayıt, görsel sunu, grafikler, harita ve resimler vb.)* Yazmak için alternatif metotlar kullanmasına izin verin (daktilo, bilgisayar vb)
19- Belirgin dikkatsizlik (başarısızlık, hayalcilik, orada yokmuş gibi davranma)	<ul style="list-style-type: none">* Yönergeleri vermeden önce dikkatini çekin (nasıl dikkat edeceğini anlatın. Ben konuşurken bana bak, konuşurken gözlerime bak vb) Yönergeleri tekrarlamasını isteyin.* Öğrencinin derse aktif katılımını sağlayın (etkileşimli katılım)
20- Sessiz çalışmada güçlük, dersi bölmeden sürdürmede güçlük	<ul style="list-style-type: none">* Çocuğu öğretmene yakın oturtun.* Uygun davranışlarını ödüllendirin(başarılarını kaçırmayın)* Uygunsa çalışma kabinleri kullanın.
21- Uygunsuz dikkat çekme davranışında bulunma (sesli konuşma, abartılı davranışlar, çocuklara sürekli "ama" söyleme, dürtükleme, diğer çocuklarla alay etme vb)	<ul style="list-style-type: none">* Birinin dikkatini nasıl çekebileceğini öğretin.* Uygun davranışlarını yakalayın ve pekiştirin.
22- Sıklıkla aşırı konuşma	<ul style="list-style-type: none">* El işaretlerini öğretin ve konuşup konuşmayacağını el işaretleriyle ifade edin.* Duyduğunda emin olun ve dinlemesini pekiştirin.
23- Geçiş yapmada güçlük(etkinlikten etkinliği, sınıftan sınıfa), kalemini bulmada aşırı zaman harcar, vazgeçer, bir önceki işi bırakmayı reddeder, değişiklikler sırasında ajite görünür.	<ul style="list-style-type: none">* Çocuğu geçişlere hazırlayın, geçişin ne zaman olacağı konusunda (şimdi bu işi tamamlıyoruz, bundan sonra....) ve geçiş için gerekli olanlar hakkında detaylı bilgi verin.* Rutin bir iş için gerekli malzemeyi belirleyip söyleyin, gösterin. Her görevi tamamlaması için gerekli basamakları listeleyin.* Bütün malzemeleri için özgün yerler belirleyin. (kalemler kalem kutusuna, defterler sıraya)* Düzenli bir arkadaşından yardım almasını sağlayın.

24- Gerekli yerlerde sabit kalamama	* Kalkıp dolaşmasına fırsatlar verin (tahtayı sildirin)
25- Elleri ayakları kıpır kıpır olma, kıvrınma veya durduğu yerde nesnelere oynama	* Görevleri küçük bölümlere ayırın, başarıları için olumlu pekiştireçler verin. (Bu davranışlar sıklıkla engellenme ve hayal kırıklığı sonucu olur). * Alternatif hareketlere izin verin.
26- Soru tamamlanmadan cevap yapıştırma, diğerlerinin cevaplarına müdahale etme veya araya girme	* Öğrencinin davranışlarını yakından takip ve kontrolü için öğretmene yakın oturtun. * İsteddiğiniz davranışları belirleyin(ona beklediğiniz davranışları anlatın)
27- Zor durumlarda ve yarış durumlarında huzursuzluk, hırçınlık, sıkıntı	* Olayı birey için yarışmadan ziyade eğlenceli hale getirin. * Zamana karşı yarışmalardan çok, takım ve sınıf çalışmalarına ve birlikte çalışmaya yöneltme.
28- Takım veya büyük grup çalışmalarında uygunsuz davranışlar (sirasını bekleyememe)	* Sorumluluk gerektiren işler (takım kaptanlığı, topların dağıtımı ve bakımı, puan yazma gibi) ve lider rolü verin. * Öğrencinin öğretmene yakın olmasını sağlayın.
29- Olası sonuçları dikkate almadan fiziksel tehlikesi olan eylemlere sıklıkla girme	* Tehlikeli durumları sezip ilerisi için plan kurun * Dur-bak-dinle uygulayın. * Sorumluluk sahibi arkadaşlarıyla eşleştirin(bıkkınlık getirmesin diye arkadaşlarını değiştirin)
30- Erişkinlerle kötü etkileşim, otoriteyi reddetme, bir şey yapmada inatlaşma	* Olumlu dikkati sağlayın. * Uygunsuz davranışları konusunda bireysel olarak görüşün (yapıyor olduğun şey budur, bunu elde etme tarzın şöyledir...)
31- Kendini sık eleştirme, yetersiz kişisel bakım ve duruş, kendisi ve başkaları hakkında olumsuz yorumlar, düşük benlik algısı	* Başarı için yapılandırın. * Kişinin kendisini izlemesini öğretin, düzeltmeleri pekiştirin, kendini sorgulayıcı yöntemler öğretin(ben ne yapıyorum, yaptığım şey başkalarını nasıl etkileyecek?) * Güçlü olduğu yönlerini göstermesi için fırsatlar tanıyın. * Olumlu tanınmasını sağlayın.
32- Yapılandırılmamış zamanları kullanmada güçlük (teneffüs, koridor, kütüphane, yemek odası gibi yerlerde nasıl davranması gerektiği)	* Planlanmış etkinliklerde belirli amaçlar belirleyin(Kütüphaneye gitmenin amacı) * Grup oyunlarına katılımını yüreklendirin
33- Evdeki veya okul etkinlikleri için gerekli eşyaları kaybetme (kalem, kitap, ödevler)	* Düzenli olmasına yardım edin. Sıklıkla defterini kontrol edin, her nesnenin olması gerektiği yerde olmasını sağlayın. * Düzenliliğini pekiştirin
34- Zamanı kötü kullanma	* Hatırlatıcı ipuçlarını öğretin(omzuna nazıkçe dokun, el işaretleri vb) * Dikkat eden kişinin nasıl görüldüğünü anlatın(sen dikkat ettiğinde şöyle görünüyorsun) * Küçük bir iş için yeterli zaman verin, kesin tamamlandıktan sonra olumlu tarzda pekiştirin. * kendini gözlemlemesi için anlaşın, zamanlayıcı kullanın

KAYNAK: www.gata.edu.tr/dahilibilimler/cocukruh