



ÖZEL ÖĞRENME
GÜÇLÜĞÜ

DISLEKSİ



1

Bu broşür;
eğitim hayatında eğitimcilerin sıklıkla karşı
karşıya geldikleri okuma, yazma ve diğer aka-
demik becerilerde sorun yaşayan öğrencilerin
tanınması , tanılanması ve doğru bir şekilde yön-
lendirilmesi süreçlerini özetleyen bir rehberdir.
Sizlerden gelen önerilerle bu bilgi akışının
zenginleşmesi dileğiyle...

Sofist Özel Eğitim Danışmanlığı

İletişim:

6347 sok. no: 8 / 1 Bostanlı - İZMİR

(0 232) 336 66 62

www.sofistdanismanlik.com

GİRİŞ

Disleksi kelimesi zorluk yada yoksunluk anlamına gelen "dis" hecesiyle dil anlamında kullanılan "leksî" ibaresinin birlikte kullanılmasından oluşan "kelime - dil yokluğu / zorluğu" anlamında kullanılan bir kelimedir. Disleksinin literatürdeki geçmişi 1600'lere uzanır. 19.yy ortalarında Kraliçe Victoria döneminde çok iyi yetiştirilen ancak okumayı öğrenemeyen çocuklardan söz ederler. 1896'da İngiliz Dr Morgan 14 yaşında okuma zorluğu olan bir çocuğu tanımlar ve gelişimsel disleksi tanımı gündeme gelir. Yine yaklaşık aynı dönemde Dr Adolf Kussmaul "kelime körlüğü" tanımını kullanır. 20. yy başında Dr Rudolf Berlin 20 yılda topladığı altı olguyu sunar ve ilk defa disleksi tanımı kullanılır. 2

Hinshelwood ise konjenital kelime körlüğü terimini kullanarak bu durumu tanımlar. Zeka düzeyi ortalama ya da ortalama üzeri olan dil becerisindeki yetersizliği açıklayabilecek fiziksel, tıbbi, psikolojik, sosyal bir problemi olmayan kişilerdeki beyin kökenli ciddi bir okuma problemidir.

Ülkemizde henüz az tanınmış bir bozukluk olan "özel öğrenme güçlüğü" okul çağı çocuklarının % 10 - 20'inde görülmektedir. Özel öğrenme güçlüğü olan çocukların % 20 - 25'inde dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu bulunmaktadır.

ÖZEL ÖĞRENME GÜÇLÜĞÜ DİSLEKSİ

NEDİR?

Okuma, yazma, matematik gibi akademik becerilerde görülen gelişimsel bir özel öğrenme güçlüğüdür.

çocuğun zeka düzeyinin normal olmasına
hiçbir fiziksel / duygusal bozukluğun bulunmamasına
normal ve yeterli bir eğitim alıyor olmasına
sosyokültürel çevrenin uygun olmasına
çocuğun okumaya istekli olmasına
RAĞMEN ÖRTAYA ÇIKAR.

çocuk bozuk beceri alanını kullanma durumunda kaldıkça bulgular kendini belli eder.

özel öğrenme güçlüğü olan çocukları farklı öğrenen çocuklar olarak görmek ve güçlük geçtikleri alanlara yönelik eğitim verildiğinde öğrenebileceklerini unutmamak gerekir.

ÖZEL ÖĞRENME GÜÇLÜĞÜNÜN GENEL ÖZELLİKLERİ

- Genel becerilerdeki bozukluk.
- Zeka düzeyi normal veya normalin üzerindedir.
- Dikkatleri kısa sürelidir, kolayca dağılır.
- İşitsel algı sorunları vardır.
- Yönergeleri unuttur.
- Dinlemiyor görünür.
- Dokunarak ayırtılamada güçlük çeker.
- Organizasyon bozukluğu vardır.
- Zamanı iyi kullanamazlar.
- Çalışma alışkanlıkları yetersizdir.
- Sosyal ve duygusal sorunlar yaşarlar.

BELİRTİLERİ NE ZAMAN ORTAYA ÇIKAR?

Disleksi adayı bir çocuk çok erken yaşta tanınabilir. Ancak çoğunlukla okula başlamasıyla birlikte sorunlar dikkat çeker. Öğretmen çocukta zeka geriliği olduğundan şüphelenebilir. Ancak bu bozukluğun zeka ile ilgisi yoktur.

Özel öğrenme güçlüğü 3 ana başlıkta incelenir:

1- okuma bozukluğu
(disleksi)

2- yazma bozukluğu
(disgrafi)

3- matematik bozukluğu
(diskalkuli)

disleksisi

OKUMA BOZUKLUĞU (DİSLEKSİ)

BELİRTİLER

- Okuma yavaştır ve akıcı değildir. Bazen hiç yoktur. Harf harf okur özellikle bilmediği kelimeleri okurken duraklar, okuyamaz.
- Kelimeleri kısaltarak okur.
- Tahmin ederek okur.
- Yüksek sesle okurken ritim ve tonlaması bozuktur. Yanlış vurgulama yapar.



- Okuduğu öykünün veya parçanın anlamını çıkaramaz.
- Bir satırı takip edemez, karıştırır. satır başına geçerken zorlanır.
- İğinden okurken bazı sesler çıkarır.
- Kelime yerine başka bir kelime yerleştirme, atlama görülür.
- Bazı harfleri öğrenmede güçlük çeker.

MATEMATİK BOZUKLUĞU (DİSKALKULİ)

Sayısal ilişkileri kavramada, hesaplamada, sayısal sembolleri tanıma, kullanma ve yazmada aşığa çıkan bozukluk ve yetersizliktir.

BELİRTİLER

- İşlem yapmakta zorlanırlar ve yavaştırlar.
- Sayıları bozuk yazar, sıklıkla yer değiştirirler. (ters dönmüş ya da baş aşığı)
- Sayıları eksik ya da fazla yazarlar.
- Geometrik ilişkileri kavramada zorlanırlar.
- Aritmetik sembolleri tanımada zorlanırlar.
- Çok basamaklı sayıları okuma ve yazmada zorlanırlar.
- İşlemleri bozuk sıra ile yaparlar.
- Çarpma bölme gibi işlemlerde sayıları alt alta yazmakta zorlanırlar.
- Çarpım tablosunu ezberlemekte zorlanırlar.
- Problem çözerken bağlantıları kurmakta zorlanırlar.

YAZMA BOZUKLUĞU (DISGRAFİ)

Yazma alanında gelişen öğrenme güçlüğüdür. Yazılı anlatım bozukluğunda yazma becerileri çocuğun takvim yaşına, ölçülen zeka düzeyine, yaşına uygun olarak aldığı eğitime bağlı olarak beklenenin önemli derecede altındadır.



BELİRTİLER

- Kelime, cümle oluşturup yazıya dökmekte sorun yaşarlar.
- El yazısı yaşlarına oranla okunaksız ve yavaştır.

Ornek 1: A., 7 yaşında, E., IQ'su 107. Psiko-pedagogik terapiden önceki yazısı.

Alın -
İnci'ye adla -
Gelin kelimeye -
Zabıyan -
Akşın -

+ a i r A
a t i a q l i i o n i
x v m o i a i t e z
T a f e r a y + i e t
B i r y a d i n a =
i s t
+ o H
n d h e A

1 yıl süren terapiden sonraki yazısı.

Ayhan Şensoy No: 243

Dün yayı gezecekti. Kendine güveniyordu, biliz, keşa bizi yordu. Üste lik iyi şifide oku b i y a c d u . Kendini y e t e r h a y v a n l a r a k e c i s k a c u y u b i l i r d i . B i r g e z e y o n u s i s u r ü d e n a y r ı l d ı . B a g l a r o d o ğ r u y ü c i m e y e b a s l a d ı .

• Bazı harf ve sayıları ters yazarlar karıştırırlar.
(b - d ; d - t ; m - n ; g - y ; f - v ; b - p ; g - k ; c - s ; 2 - 5 ; 6 - 9 ; 12 - 21)

• Bazı harf ve heceleri atlarlar, ters yazarlar (ev - ve)

• Harf, hece ve eklere dikkat etmezler (gider - giderim)

Okul eğlenceli olmalı. okulda sıkı çalışılmalı fakat korkuya yer olmamalı.

sadece bir kere de olsa, bir sınavda en iyiler arasında olmak isterim.

yanlışlar yaptığımda bana gülünmesini istemem. Bu beni incitiyor.

Soru sormaya cesaretim olmasını isterim.

Birçok kalın kitap okumak ve de onlardan bir şeyler öğrenmek isterim.

8 

Diğerleriyle birlikte öğrenmek isterim. herkes ne yapabildiğini gösterebilmeli

Okuma, yazma ve hecelemeyi düzgün şekilde nasıl yapacağımı bilmek isterim.

En iyi öğrenme yolumu bilmek isterim.

Başarılı olduğumda takdir edilmek isterim.

OKULDA YARDIMCI OLMA YOLLARI

Okuma , yazma ve hecelemede özel öğrenme güçlüğü çeken çocuklara yardımcı olmak için en iyi yol; derslerde veya birebir ilişkilerde farklı yöntemler kullanmaktır. Öğretmenin çocuğun ihtiyaçlarının farkına varması ve bunu göz önünde bulundurarak doğru tepki ler vermesi çok önemlidir. Öğrenmek ve öğretmek için gerekli olan temel ilkeler; birbirinin güçlü ve zayıf yanlarına saygı göstermek ve karşısındakini anlayışla karşılayıp onunla ilgilenmektir. O zaman, sorunların üstesinden birlikte gelmek mümkün olur.



UZMANA NE ZAMAN BAŞVURMALI?

- Alfabeyi öğrenmede zorluk
- Yeni kelimeleri öğrenmede zorluk
- Sayı yazmada zorluk
- Dikkatini toplamada zorluk
- Yönünü bulmada zorluk (sağ - sol ; kuzey - güney)
- Yazıları kopyalamada zorluk
- Ses ve heceleri birleştirmede zorluk
- Ders çalışmayı ödev yapmayı kitap okumayı sevmeme
- Çabuk sıkılma, çalışırken birinin yönlendirmesine ihtiyaç duyma.
- Eşya oda düzeni konusunda sorun yaşama.
- Zaman (bugün - yarın) ve saati öğrenmede güçlük.
- Motor becerilerde zayıflık.
- Sık sık sakarlık yapma.



İPUÇLARI

- Çocuklar farklı hızlarda gelişir ve olgunlaşırlar. Bu yüzden okulun ilk yılında çok fazla baskıya maruz kalmamaları önemlidir.
- Çocuğu çok erken bir evrede sınıfın önünde okumak zorunda bırakmak, korkuya dolayısıyla da başarısızlığa yol açar. Sadece gönüllü olanlardan okumalarını istemek ya da çocuklara, önceden hazırlanabilecekleri kısa metinler vermek daha uygun bir yoldur.
- Çocuk dikkat ve konsantrasyon sorunu yaşıyorsa sınıf ortamında oturduğu yere dikkat edin.
- Sıra arkadaşının çocuğa "olumlu bir model" olmasına dikkat edin.
- Eğer çocuk evde okulda olduğundan daha iyi¹² çalışıyorsa bunun nedenleri, korku ya da gürültüye karşı hassaslık olabilir.
- Bazı çocuklar beyaz zemindeki siyah yazıları okumakta ve defterlerine geçirmekte zorlanabilirler. Bu özelliği dikkate alınarak daha fazla zaman verilmelidir.
- Çalışma ve oynama süreleri dengeli ayarlanmalıdır. Tatiller öncelikli olarak dinlenmek için kullanılmalıdır. Ancak eğer çocuk istekliyse birşeyler okuyabilir ya da okunan birşeyleri dinleyebilir.

- Daha çok uygulama yapmaya yönelik tavsiyeler, çoğunlukla iyi niyetle verilir. Ama bazen sorunlara yol açar. Anne babalar, alıştırmaları çocuklarıyla birlikte nasıl yapacaklarına dair net talimatlara ve bu konuda yardıma ihtiyaç duyarlar. Başarıyla sonuçlanamayan çalışmalar, çocuğu derslere karşı isteksizleştirir ve onun asabi ve stresli olmasına neden olur.
- Çocuğu çok sıklıktan da, çok boş bırakmaktan da kaçınılmalıdır. Hecelemeye ilgili alıştırmalar yaptıktan sonra çocuğun yapması için daha kolay birşeyler bulunmalıdır.
- Çocuklar ödev yaparken kendilerini güvende hissetmeye ihtiyaç duyarlar. Buna net talimatlarla (gerekirse yazılmış halde) yardım edilebilir. Bir ödevin nasıl yapılacağını göstermek için derslerdeki örneklerden faydalanılmalıdır. Bu nedenle öğrencinin defterlerinin ve ders notlarının eksiksiz olmasına dikkat edilmelidir.
- Sınav stresi yaşayan çocuklara sabırlı ve onun anlayabileceği bir şekilde sınavların ve testlerin neden gerekli olduğu açıklanmalıdır. Konuları tekrar etmek için yeterince erken başlanmalı ve net hedefler konmalıdır. Çocuğun sınava hazır olduğunu hissetmesi sağlanmalıdır. Hazır sınav kağıdı kullanılmalıdır.

- Sınavlar için konu tekrarı yapmak, şiir ezberlemek, proje hazırlamak veya kompozisyon yazmak gibi işleri organize etmelerinde yardım edilmesidir. Sınavlarda disleksik çocuklara daha uzun süre verilmelidir ya da onlara verilen metinler mümkün olduğunca kısa olmalıdır. Sözlüler, yazım hataları yapma korkusu taşıyacakları için disleksik çocuklara daha başarılı olma şansı verir.
- Çocuğu soruları defterine geçirmek zorunda bırakmamak için, yazılı sınav soruları kullanılmalıdır. Tekrarlaması gereken çok fazla konu olmamalıdır.
- Sınavlar değerlendirilirken çocuğun başarılı olduğu yönler ön planda tutulmalıdır, sözlü sınavlarda da her zaman çocuğu rahatlatmak için onu yüreklendirecek sözler söylenmelidir.
- Çocukların yetenekleri ve ilgi alanları ölçüsünde katkıda bulunabilecekleri iyi tasarlanmış projeler, onları bağımsız çalışmaya teşvik eder. Onların güvenlerini ve yaratıcılıklarını artırır.

ÖZEL ÖĞRENME GÜÇLÜĞÜ TEDAVİ EDİLEBİLİR Mİ?

Erken teşhis ve uygun tedavi çok önemlidir. Ailelerin durumu kabullenmesi ve soruna akılcı yaklaşımları sonucunda öğrenme güçlüğü etkileri hafifler. Öğrenme bozukluğu yaşam boyu süren bir durumdur. Ancak uygun müdahale ve destek ile zayıf olunan alanların üstesinden gelinebilir.

15

Disleksisi olan bir çocuk, eğitimiyle ilgili bireysel ihtiyaçları dikkate alınırsa, okuldan zevk alacaktır.

Bir okul çocuklara şu şekilde destek olabilir:

- Anne babalara tavsiyede bulunarak.
- Disleksik çocuklarla ilgili eğitim almış öğretmenler görevlendirerek.
- Çocuğa bireysel yardımda bulunarak.
- Anne baba ve çocukla beraber çalışarak.

TEDAVİ

Disleksi tedavisinde öncelikli amaç çocuğun öğrenme becerisinin güçlendirilmesidir. Güçlü olduğu öğrenme stilleri daha da pekiştirilirken zayıf olduğu noktalardan kayıplar yaşamamasının önüne geçilmeye çalışılır. Tedavinin en önemli parçası ve esası; eğitimcilerin de tedavi ekibinde yer alacağı özel eğitimidir. Ancak bu özel eğitim; zihinsel engellilere verilenden farklı olmalıdır.

Çocuğun öğrenmesini güçlendirici; görsel, işitsel ve kinestetik algı süreçlerinin pekiştirilmesi; bellek ve konsantrasyon yetisinin çalışılması, gereken durumlarda motor koordinasyon becerilerinin güçlendirilmesi, fonetik farkındalığın artırılması, dinleme, konuşma, kavrama ve ifade etme boyutunu içeren kapsamlı dil terapisi, kavram eğitimi, düşünme becerisi gibi birçok yöntemi içermelidir özel eğitim.

16 

Okul ortamında ve sınıf içinde çocuğun zihinsel yetileri destekleyici gündelik önlemler alınabilir.

Unutulmamalıdır ki; disleksisi olan çocuklar birebir eğitimle daha iyi öğrenirler. Öğrenmeyi, dikkati, belleği destekleyici ilaç tedavileri zaman zaman çocuk psikiyatri kliniklerinde kullanılmaktadır. Ayrıca psikoterapi süreci içinde aile; disleksi ve çocuktan beklenebilecekler konusunda bilgilendirilmeli, çocuğun akademik yaşamı konusunda gerçekçi olmaları sağlanmalıdır.

Disleksi tedavisinde her zaman tamamen düzelme beklenmez. Erken yakalanan olguların tedavisi daha yüz güldürücüdür. Çocuğun öğrenim sürecinin desteklenmesi, erken yaşta yeteneklerinin, ilgi alanlarının önünü açacak fırsatlar sunulması en uygun yaklaşım olur.

DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU İLE ÖZEL ÖĞRENME GÜÇLÜĞÜ AYIRTEDİCİ ÖZELLİKLERİ

DEHB'nda özel öğrenme güçlüğü görülebilir. Ama ikisi iki ayrı alandaki güçlükleri tarif eden bozukluklardır ve ayırtedici özellikleri vardır. Bunlar:

- DEHB gösteren çocukta her alandaki işler, bu bozukluğun yarattığı engellemeler nedeniyle etkilenir. Ama özel öğrenme güçlüğünde 1 ya da 2 alanda sorun varken diğer alanlar bundan etkilenmemiş olabilir.
- Özel öğrenme güçlüğü olan çocuklar sadece okumada ya da yazmada zorlanırken DEHB olan çocuklar özellikle de hiperaktivite varsa hem okuma hem yazmada sorun yaşayabilir. Hem de sürekli zorlanıp kısıtlanmak durumunda kalabilir.
- DEHB'nda sıklıkla dil sorunu görülmez. Özel öğrenme güçlüğünde dil sorunu daha sık görülür.
- DEHB olan çocuklar daha çok ince motor becerilerde zorlanırlar. Kaba motor becerileri iyi olabilir. Özel öğrenme güçlüğünde, her ikiside sorun olarak ortaya çıkabilir.
- Hem DEHB'nda hem özel öğrenme güçlüğünde dikkat sorunu gözlenir. Ancak özel öğrenme güçlüğü olan çocuklar seçici dikkat sorunu yaşar. Örneğin: ders çalışırken yoğunlaşmaları gereken noktaya dikkatlerini yoğunlaştırılmaz, dağınık bir çekmecedен istediğini bulamaz ama buna rağmen dikkatini belli bir konuda yoğunlaştırmada sorun yaşamaz. DEHB olan çocuklar bir materyalle uzun süre uğraşmakta zorlanır.
- Özel öğrenme güçlüğünde okul başarısızlığı; görsel, işitsel, dokunsal algı, ayırtlaştırma ve bellek alanlarında ortaya çıkarken, DEHB'da daha çok dikkatini bir konuya yoğunlaştıramamak nedeniyle başarısızlık yaşanır.
- Dikkat eksikliği olan çocuk okuma yazma hatası yaptığında uyarıldığında hatasını düzeltir. Ama özel öğrenme güçlüğü olan çocuk hatasını o anda düzeltse bile bu hatayı çok sık yapar / tekrarlar.
- DEHB olan çocuklar okul öncesinde aşırı hareketlilikleriyle çabuk tanınır, özel öğrenme güçlüğü olan çocuklar okul dönemine kadar zor tanımlanır.
- Özel öğrenme güçlüğü yaşamı boyu sürer, DEHB yaşla değişerek ve azalarak devam eder.



**DİKKAT EKSİKLİĞİ
VE HİPERAKTİVİTE
BOZUKLUĞU
(DEHB)**

DEHB' YE GİRİŞ



1902' de İngiliz pediatriist George Still ahlak kontrolünde bozukluk, huzursuzluk, dürtüsellik, dikkat problemi olan yalan söyleyen, kurallara uymayan çocuklar olarak tanımlamıştır. Beyin hasarı ya da zeka geriliğine bağlı olmaksızın, dürtüsellik ve dikkat problemleri birlikte ilk kez sendrom olarak tanımlamıştır.

1920' lerde organik köken kabul edilmeye başlanmıştır. 1947' de minimal beyin hasarı sendromu, 1962' de minimal beyin disfonksiyonu, 1968' de çocukluk çağı hiperkinetik sendromu, 1980' de dikkat eksikliği hiperaktivite ve hiperaktivite, 1987' de hiperaktivite + dikkat eksikliği + dürtüsellik şeklinde tanımlanmıştır.

Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu

(DEHB) iyi tanımlanmış klinik bir rahatsızlıktır. Dünya Sağlık Örgütü ve Amerikan Psikiyatri Birliği de dahil olmak üzere önde gelen sağlık otoriteleri bu rahatsızlığı tanımlamışlardır.

Bu rahatsızlık çocukların yaklaşık % 3 - 5' inde görülür. Yani 40 - 50 kişilik tipik bir ilkokul sınıfında DEHB' si olan bir veya iki çocuk vardır. Ülkemizde, henüz tanı almamış çocuklar ne yazık ki çoğunluktadır.

DEHB tanısına sahip çocuklar tedaviye yanıt verir. Ulusal ve uluslararası sağlık otoriteleri ve örgütleri DEHB' nin tedavi edilmesi gerektiğini belirtmişlerdir.

Bilimsel araştırmalar DEHB' si olan ve olmayan kişilerin beyinleri arasında hem gelişimsel hem de beynin çalışma şekli açısından önemli, ancak genellikle farkedilmesi güç farklılıklar olduğunu göstermektedir. Ayrıca DEHB' nin aile içinde geçiş gösterdiği ve genlerin de çevresel faktörler kadar önemli olduğu bilinmektedir.

DEHB' si olan çocuklarda genellikle eşlik eden başka sıkıntılar da görülür.

DEHB tanısı aşağıdaki durumlar normalin çok
zerinde sergilendiği zaman konur.

- Dikkat eksikliği (Kısa konsantrasyon süresi, başladığı işi bitirememe, dağınlık, unutkanlık vs.)
- Hiperaktivite ve dürtüsellik (sürekli kıpırdanma yerinde oturamama, durmadan konuşma, sıra bekleyememe vs.)

DEHB tanısı konması için problemlerin :

- En az 6 ay süregelmesi
- Çocuğun yaşından ve gelişimsel seviyesinden bekle-
nlenlere uygun olmaması (2 yaşında bir ocuk için
normal olan davranışlar 10 yaşındaki bir ocuk
için anormaldir)
- 7 yaşından önce başlamış olması, ortalama 5 yaş
civarında görülüyor olması gerekir.
- Bu problemlerin çocuğun günlük yaşamını olum-
suz olarak etkiliyor olması gerekir. Sadece okul-
da veya sadece evde davranış sorunları olan bir
Çocuğa DEHB tanısı konulamaz.
- Son olarak bu problemlerin birden fazla ortamda
görülüyor olması
gereklidir. (rneğin: Ev ve okul) Sadece evde veya
sadece okulda görülen problemlerin DEHB dışında
nedenlerininde olabileceği akla
getirilmelidir.



3

Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu

(DEHB) yaramaz çocuklara
takılan bir etiket değil, tanı
kriterleri ağıkça belirtilmiş
klinik bir rahatsızlıktır.

Hipeaktivite sanılanın aksine bir öğrenme bozukluğu
değil, çocuğun yaşamının her anını etkileyen nörolojik
bir bozukluktur.

Bazı çocukların hareketlilik düzeyi doğuştan enerjik
oldukları için yüksektir. Bu çocukların hareketliliği,
uyumlu, amaca yönelik ve devamlılığı olan nitelik-
tedir. DEHB olan çocukların hareketliliği ise keyfi
ve amaçsızdır. Motor becerilerde, bilişsel işlevlerde,
kişiler arası iletişimde çocuğu zorlayan bir durumdur.

4 

DEHB'si olan bütün çocuklar "hiperaktif" değildir.
Bazılarının dikkatsizlik ile ilgili sıkıntıları, bazılarının
(oldukça az olmakla birlikte) sadece hiperaktivite
ve dürtüsellikle ilgili sorunları, bazılarının ise tüm
özellikleri içine alan sıkıntıları olabilir.

Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğunun Belirtileri

- Yoğunlukla elleri ayakları kıpır kıpırdır ve oturduğu yerde kıpırdanıp durur.
- Çoğu zaman hareket halindedir
- Oturması istendiğinde, oturduğu yerde bir müddet kalmakta güçlük çeker.
- Dikkati konu dışı uyaranlarla çabuk dağılır.
- Ödevlerde ve sınavlarda dikkatsizce hatalar yapar.
- Sabırsızdır, sırasını beklemekte güçlük çeker .
- Kendisiyle konuşulduğunda sanki dinlemiyormuş izlenimi verir.
- Sakin ve gürültüsüz biçimde oynamakta zorluk çeker.
- Verilen yönerge ve ödevleri yapmakta zorlanır, bir işi tamamlamadan diğerine geçer.
- Çabuk unuttur, sık eşya kaybeder.
- Çoğu zaman sonuçlarını düşünmeden tehlikeli işlere girer.
- Sınıfta sırasından sık sık kalkar, kimildamadan yerinde oturamaz.
- Yemek masasından birkaç defa kalkmadan yemeğini bitiremez.
- Toplu oyunlarda, oyunu kurallarına göre sürdüremez, kişisel davranır.
- Soru sorduğunuzda, daha sorunuz bitmeden, o cevap vermeye başlar.
- Derse veya bir işe yoğunlaşmakta zorlanır.
- Yapılması gerekenler söylendiği halde sırayı takip etmekte zorlanır.
- Yapılması gereken işleri planlamakta ve tamamlamakta zorlanır.
- Baştan sona zihinsel çaba gerektiren işlerden ve ödevlerden nefret eder.

- Sürekli olarak ders araçlarını (kalem, silgi, cetvel vb.) kaybeder.
- Dikkati kolayca dağılır. Okuduğu bir parçanın sonuna geldiğinde başını unuttur, tekrar okumak zorunda kalır.
- Başladığı bir işin sonunu getiremez, çabuk sıkılır.

Dikkat Eksikliği

Dikkatini ayrıntılara verememe, okul ödevlerinde, derslerde ve diğer etkinliklerde dikkatsizce hatalar yapma, dikkatin çabuk dağılması, verilen işin-görevin tamamlanamaması, oyuncak ve eşyaların kaybedilmesi, dikkatin dış uyaranlarla çok kolay dağılması, unutkanlık, kendisiyle konuşulduğunda dinlemiyormuş gibi hissedilmesi belirtilerini içerir.

Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu 3 ana başlık altında ele alınabilir.

Dikkat eksikliği bozukluğunun tek başına görüldüğü tip:

Genelde aşırı hareketlilik ve dürtüsellik, ya çok azdır, ya da yoktur. Bu özellikteki çocuklarda okul başarısının düşüklüğü öğretmenlerin en büyük yakınmasıdır.

6 

Dikkat eksikliği, aşırı hareketlilik ve dürtüsellik birlikte görüldüğü tip:

Bu gruptaki çocuklarda dikkat eksikliğinden kaynaklanan akademik başarısızlığın yanında problem davranışlar da yoğun olarak görülür. Bu özellikleri gösteren çocuklarda müdahale edilecek daha çok alan vardır ve bununla birlikte çevreye uyum sağlama ve okul başarısını yükseltme daha uzun sürede gerçekleşir.


Aşırı hareketlilik ve dürtüsellik birlikte görüldüğü tip:

Bu özellikte olan çocuklarda dikkat eksikliği önemsiz boyuttadır. En büyük yakınmalar davranış problemleri üzerinedir. aşırı sinirlilik, kurallara karşı gelme isteği saldırganlık, duyguları kontrol edememe daha sık görülür.

Yazı yazarken ilk birkaç dakika düzgün yazar, sonra yazısı bozulmaya başlar.

Okul öncesi dönem

Aşırı hareketlilik ve dikkat eksikliği aslında bebeklikten itibaren kendini gösterebilen bir durumdur. Bebeklerdeki huysuzluk, az uyuma, az yemek yeme, normalin üzerinde hareketlilik, ilk belirtiler olarak sayılabilir. Hatta bazı anneler çocuklarının DEHB olduğunu öğrendikten sonra gebelik döneminde diğer çocuklarından çok daha fazla hareketli olduklarını belirtmişlerdir. Bu belirtiler 4-5 yaşında daha belirgin bir şekilde kendini gösterir. Bu belirtilerin 7 yaşından önce fark edilmesi gerekir. Erken tanılama ile okul döneminde yaşanabilecek sıkıntılar en aza indirilir.

Bu Dönemde DEHB olan çocuğun Kardeşle İlişkisi : DEHB olan çocuklarda kardeşlerine karşı olumsuz davranışlar yoğun olarak gözlenir. Bunun sonucunda diğer kardeşte de benzer olumsuz davranışlar geliştirmesi gözlenebilmektedir. Bu durumun nedeni olumsuz model alınması ve ya çocuğun DEHB olan kardeşinden kendisini koruma çabası olabilir. Ancak unutulmamalıdır ki yapılan araştırmalarda  DEHB olan çocukların kardeşinde de bu durumun görülmesi, diğer çocuklarda görülmesinden daha yüksek bir olasılıktır. Bu nedenle tanı almamış kardeşte olumsuz davranışların belirginleşmesi durumunda bir uzmana danışılmalıdır.

Okul dönemi:

- Daha yoğun dikkat gerektiren konularla başetme gerekliliği okul dönemi ile başlar. Çocuklardan bu dönemde okuma-yazma, aritmetik gibi akademik alanlarda başarı beklentisinin yanında, arkadaşlık ilişkileri ve sosyal becerilerle ilgili de uyumlu olmaları, öğretmen ve aileleri tarafından beklenmektedir. Çocuk, aşırı hareketli olması ve bununla bağlantılı olarak dikkatini yoğunlaştırıp duramaması sonucunda, yaşının gerektirdiği davranışları gerçekleştirmede zorlanmaktadır. Hiperaktivite ve dikkat eksikliği olan çocuklarda bu dönemde özel öğrenme güçlüğü belirtileri ile de karşılaşılabilmektedir.

Ergenlik Dönemi:

- Ergenlik döneminde ise okul başarısızlığı yanında davranış sorunları ve aileye karşı gelişen tutumlar gözlenir. Ergenlikte aşırı hareketlilik azalır ve yerine çabuk sıkılma ve dikkat kusuru belirgin olur. Bu belirtiler, çocuğun sosyal gelişiminde de problemler yaratabilir.
- Daha küçük yaşlarda yardım alınmaması durumunda akademik başarısızlık sürer. Çocukluk dönemindeki aşırı hareketlilik azalır ancak ergenlik döneminin özellikleri ile birlikte, çabuk öfkelenme, sıkılma, dikkatsizlik yoğunlaşır. Çocuk ailesine karşı daha agresif ve kural tanımazdır. Çocuğun benlik gelişimi için, kişiliğinin şekillenme ve sosyal çevre ile olan ilişkilerin daha da önem kazandığı bu dönemde dikkatli olmak gerekmektedir. Bu tarz belirtilerle karşılaşıldığında vakit kaybetmeden bir uzmana danışılmalıdır.

Yetişkinlik:

- DEHB olan yetişkinler süregelen bir şekilde başarısızlık duygusu içindedir. Tek başına iş yapabilme ve tamamlamada sıkıntı yaşarlar. Yeni bir işe başlarken organize olamazlar ve sürekli ertelerler. Zamana ve mekana uygun olmayan konuşmalar yapabilirler. Kendi işlerini genelde eşlerine yaptırırlar. Sürekli bir yeni iş arama eğilimindedirler. Bir konuyu anlatırken çok uzatabilirler ya da sık sık konu değiştirirler. Trafik kazalarına daha sık karışırlar. Alışmadık ve beklenmedik bir şekilde yaratıcıdırlar. Bu özel zeka pırıltısını yakalamak tedavinin temel amaçlarından biridir. Sabırsızlık çok belirgindir. Bu durum çocukluktan beri süregelen bir alışılmış davranış biçimidir. Yapılan işlerden hızlı sonuç alma isteklerinden dolayı bilgisayar oyunlarından çok hoşlanırlar. Çocukluk döneminde gözlenen belirgin hareketlilik, yetişkinlik döneminde kendisini değişik şekillerde gösterir. Masaya vurma, ayak sallama, gezinme gibi daha kabul edilebilir durumlara dönüşür. Hareket ihtiyaçlarını spor yaparak gidermeye çalışırlar. Madde bağımlılığı görülme riski vardır. Eş zamanlı psikiyatrik bozukluklara rastlanılabilir.



9

DEHB ile ilgilenen, uzman doktorlar, çocuk ve ergen psikiyatristleridir. Farklı disiplin alanlarından da yararlanılmalıdır. Genellikle psikologlar , pedagoglar, özel eğitim uzmanları, psikolojik danışmanlar destekleyici rol oynamaktadır.

OKUL İLE BAĞLANTI KURMA

DEHB tanısının konmasında çocuğun okuldaki davranışları ve akademik başarısı önemlidir. Ailenin de izni ile okulla bağlantı kurularak, aşağıdaki maddeler hakkında bilgi toplanır.

- Çocuğun davranışı ve davranışsal problemleri
- Çocuğun gelişim seviyesi
- Sosyal işlevselliği
- Başka rahatsızlıklara ait olabilecek belirtiler.
- Öğretmen ile olan ilişkiler
- Öğretmenin çocuğun sorunları ile nasıl baş ettiği

Bu sorular size telefonla, yazılı bir rapor halinde veya bir anket şeklinde sunulabilir.

Özellikle okul başarısı ile ilgili sıkıntıların yaşandığı durumlarda çocuğa öğrenme güçlüğüne anlamaya yönelik testler yapılması gerekli görülebilir.

BİRLİKTE BULUNABİLECEĞİ BOZUKLUKLAR

- Davranım bozukluğu
- Karşı gelme bozukluğu
- Öğrenme bozukluğu
- Tik bozukluğu
- Otistik bozukluk
- Depresyon
- Anksiyete bozukluğu



EŞLİK EDEN BELİRTİLER

- Dağınıklık, düzensizlik.
- Dalgalılık, hayal kurma.
- Tutarsızlık. Bellek sorunları.
- Sakarlık, koordinasyon güçlükleri.
- Sosyal ilişkilerde sorunlar.

DEHB Ne sıklıkla görülür?

DEHB okul çağı çocuklarının en az % 3 - 5' inde görülür. Ülkemizde bu çocukların çoğu muayene edilmemiş, tanı almamış durumdadır.



Cinsiyet Farklılığı

DEHB erkeklerde, kızlara oranla 4 : 1 oranında daha sık görülür. DEHB' si olan kızların pek çoğu tanı almamış olduğu için klinik ortamlarda bu oran 9 : 1

TANIMAK VE TANI ÖĞRETMENLERİN ROLÜ

Yönlendirme:

DEHB tanısı çocuk ve ergen psikiyatrisi uzmanları tarafından konur. Fakat uzmanlara yapılan yönlendirmelerde değişik meslek gruplarının rolü büyüktür. DEHB okuldaki başarıyı olumsuz etkilediği için ilk olarak öğretmenler tarafından farkedilebilir. Aileleri uyararak, bilgilendirmek ve bu çocukları ilgili yerlere yönlendirmek önemlidir. Yönlendirme sürecinde çocuk hekimlerine de önemli rol düşer. DEHB belirtilerinden şüphelenirler ve şunları sorgulayabilirler:

13

- Çocuğun davranışları nasıl ? (Dikkati çabuk dağılır mı? - Başladığı işleri tamamlayabilir mi? - Yerinde duramadığı, kıpır kıpır olduğu olur mu? - Sirasını beklemekte zorlanır mı? gibi)
- Sorunları ne sürede devam ediyor?
- Sorunlar ne zaman başladı?
- Çocuğun ev ve okul hayatı bu belirtiler nedeniyle nasıl etkilendi?

Sorunun farklı nedenleri olabileceği düşünülerek çocuğun uyku saatleri sorgulanır, fiziksel muayene yapılır.

Doktor daha fazla bilgi için aile ve / veya çocuktan bazı formlar doldurmasını isteyebilir.

ÖNERİ VE DESTEK

Çocuklara, aileye ve öğretmenlere DEHB hakkında bilgi, öneriler ve destek verilmesi tedavinin bir parçasıdır.

DEHB' si olan çocuklarla çalışan ekibin çocuğun sorunlarını anlaması ; çocuğa, aileye ve öğretmenlere DEHB hakkında bilgi, öneriler ve destek vermesi gereklidir.

TEDAVİ SEÇENEKLERİ

Tercih edilen tedavi çocuktan çocuğa farklılık gösterse de genellikle aşağıdakileri içerir:

- Çocuklara ve / veya aileye ve / veya öğretmenlere DEHB hakkında yapılandırılmış öneriler destek ve eğitim verilmelidir.
- İlaç tedavisi uygulanabilir.

İPUÇLARI

- Olan biteni çocuğun rahatsız edici davranışlarını kişisel algılamayın, çocuğun davranışlarının tıbbi bir nedeni var.
- DEHB, problemlili davranışların nedenidir, ama bu davranışlar için bir öziür değildir. DEHB, kabul edilemeyecek davranışların nedeni olabilir, fakat bu durum uygun olmayan davranışları affettirmez. Yardımlarınız ile DEHB'si olan çocuklar, davranışlarını kontrol etmeyi öğrenebilirler.
- Aile ile temas halinde olun. Böylece birbirinizin yaşadığı zorlukların farkında olur, aynı yaklaşımları kullanabilirsiniz.
- Çocuğu kendinize yakın bir yere oturtun. Yanına sakın bir çocuk oturmasına dikkat edin, pencereden kapıdan veya dikkatini dağıtabilecek diğer unsurlardan uzak bir yer seçmek faydalı olabilir.
- Hareket edebilmesi için fırsatlar yaratın. Sınıf dışından birşeyler almaya giderek, tahtayı silmesini isteyerek hareket ihtiyacını giderebilirsiniz.
- Sizi ve diğer çocukları rahatsız etmeden kimildayabilmeleri ve kıpırdayabilmeleri için fırsat tanımaya çalışın (ufak yumuşak topları sıkamak en sessiz kimildama yöntemidir.)

- DEHB' si olan çocuklar aktivitelerini planlama ve doğru sırada yapma konusunda başarısızdır. Onlara beklentinizi anlattıktan sonra (Örneğin " bir kitabın özetini yazmanı istiyorum") bunu daha küçük adımlara ayırabilirsiniz (Örneğin "önce bir kitap seçmelisin"...). Bazı çocuklar sonraki adımları yüksek sesle tekrarlamaktan faydalanır. DEHB' li çocukların plan ve sıralama yapmada alıştırmaya ihtiyacı vardır.
- Aktivite ve düzen değişikliklerine dikkat edin. DEHB' li çocuklar değişim anlarını özellikle zorlayıcı bulabilirler. Eğer beklediklerinden ya da bildiklerinden farklı birşey olacaksa neler olacağını önceden 16 anlatın.
- Kendilerine güvenlerini arttırın. Onları iyi davranışları için herkesin önünde ödüllendirirken, kötü davranışları için kınayın ve yaptırım uygulayın.

Dalga geçilmesi ya da DEHB' li çocuğa zorbalık uygulanması durumunda ne yapılmalı ?

DEHB' si olan çocuklarla gerek sınıf içi gerek sınıf dışında dalga geçilmesi, bu çocuklara zorbalık edilmesi oldukça sık rastlanan bir durumdur. Bu tip durumlarda çocuğun yanına daha büyük bir öğrenciyi "abi" olarak vermek yararlı olabilir.



**KALABALIKTA
KAYBOLMAYIN !**

İletişim:

6347 Sok. No: 8 / 1 Bostanlı - İZMİR

(0 232) 336 66 62 - 0507 701 89 51

www.sofistdanismanlik.com