



**Hundi Hatun Anaokulu
Psikolojik Danışma ve
Rehberlik Servisi**

- Dikkat**
- Eksikliği ve**
- Hiperaktivite**
-

Genel Bilgiler

Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bir nörogelişimsel bozukluk olarak tanımlanmaktadır. Beynin gelişim döneminde karşılaşılan bir sorundan kaynaklanmaktadır. Ebeveyn ve çocuğun bu duruma bir etkisi bulunmamaktadır. Üç alt alandan oluşur.

- Dikkat Eksikliği
- Dürtüsellik
- Hiperaktivite

Dikkat Eksikliği

Genellikle dikkat dağıldığında beynin dikkat toplayıcı işlevinin düzgün çalışmaması olarak karşımıza çıkar. Belirgin göstergeleri şu şekildedir:

- Yazı yazmayı sevmeme
- Yardımsız ders yapmama
- Dağınık ve savruk olma(Kendini organize edememe)
- Sık eşya unutma
- Oyalanma (Ebeveynlerin favori kelimesi "hadi")
- Sorumluluk duygusunun gelişmemesi
-

Bilimsel veriler tüm toplumlarda ortalama %3-5 DEHB görüldüğünü belirtmektedir.

Hiperaktivite

Her çocuk hareketlidir ve aktiftir. Ancak hiperaktif çocuklar bunun üstünde hareketli olurlar. "Canım sıkıldı" bu çocukların favori kelimesidir. Sürekli yeni uyaran ararlar. Uyku uyumayı sevmezler. Tuvaletlerini dahi tutarlar çünkü oturmak bile zor gelir.

Dürtüsellik

Sabırsız, aceleci
Yenilmeye tahammülü yoktur.
Grup ilişkilerinde problemler vardır.
Derste " -a, -e, -o" şeklinde sesler çıkarabilirler.
Etkiye orantısız tepki gösterirler.

Bu alt alanlardan sadece birisi ya da hepsi bir arada görülebilir.

YOL HARİTAMIZ NASIL OLMALIDIR?

DEHB tedavisinde medikal tedavi yöntemleri kullanılır. Çeşitli terapiler sadece bu çocukların bozulan benlik algıları v.b. alanları geliştirebilir. Kullanılan ilaçlar uzun onay süreçlerinden geçirilmiştir ve iştahsızlık, uykusuzluk gibi yan etkileri olabilir. DEHB etkisi ilacın yan etkilerinden büyük hale geldiyse ilaç önerilir.

Evde ya da Okulda DEHB ile yaşamak:

- Destekli ders yapılmalıdır.
- Çalışma şekli 3 tane 10 dk şeklinde planlanmalıdır. Ara dinlenmeler de 10 dk olmalıdır.
- Her davranışına eşlik etmek gerekir.
- Pozitif geri bildirim ihtiyaçları vardır.
- Ön sıralara oturmak, sürekli dikkatlerini çekmek gerekir.
- Hiperaktivite var ise yeterince hareket etmesi sağlanmalıdır. Yoksa saldırganlık artar.
- Karbonhidrat ve şekerli gıdaya dikkat edilmelidir.
- Dürtüsellik var ise oyunlarda bir yenil bir yen tekniği uygulanmalıdır.
- Dürtüsellik olan çocukların ağır kelimeler söyleyebileceği bilinmelidir.