



ÖZEL EĞİTİM HİZMETLERİ BÖLÜMÜ



<http://corluram.meb.k12.tr/>



corluram59

DİKKAT EKSİKLİĞİ VE
HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU

AİLEYE
ÖNERİLER

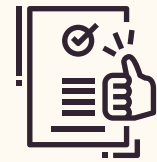
1. Her şeyden önce çocuğunuzu kabul edin. Onu olduğu gibi kabul etmeniz yapacağınız çalışmalarda size en büyük yardımcıdır.

2. Kurallar koyduğunuz zaman, bunların net olmasına dikkat edin ve kuralları yazıp asın.

3. Kurallara uyarken sık sık geri bildirim verin. Bu şekilde ne yaptığının farkında olduğunuzu gösterin.

4. Konuşma cümleleriniz çok uzun olmasın. Kısa, net ve anlaşılır cümleler kullanın.

5. Çocuğunuzla konuşacağınız zaman onunla göz teması kurmaya özen gösterin.



Çocuklarımızın bu durumunu gizlemek yerine onların gereksinimlerini ve özelliklerini yakın çevremize, arkadaşlarımıza, komşularımıza anlatalım. Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu olan çocuğun ihtiyaç duyduğu en büyük gereksinim yeterli ilgi ve sevgidir.



6. Bir hedefe ulaştığınızda hem kendinizi hem çocuğunuzu ödüllendirin.

7. Vereceğiniz ödüller, çocuğunuz için anlamlı ve güçlü olsun.

8. Olumsuzluklara, yapamadığı şeylere odaklanmaktan ziyade olumlu davranışlarına ve yapabildiklerine odaklanın.

9. Sürekli konuşup nasihat vermek öğretici olmayabilir; model olmanız bunlardan daha öğretici olacaktır.

10. Beklentileri ve planları konusunda ona yardım edin.

11. Çocuğunuza bir şey öğreteceğiniz zaman defalarca tekrar etmek zorunda kalabilirsiniz. Bu yüzden her zaman sabırlı ve dikkatli olun.

12. Çocuğunuzun sık sık unutkanlık yaşayabileceğinin farkında olun ve unutmaması için metotlar geliştirmesine yardımcı olun.

13. Belli aralıklarla açık alanlara çıkıp enerjisini boşaltabileceği oyunlar oynayın.

14. Ders çalışma ortamını gözden geçirin, dikkatini dağıtacak uyarıcıları ortamdaki kaldırın.

15. Çocuğunuz dağınık olabilir. Eşyalarını, odasını sık sık dağıtabilir. Hayatını düzenlemek için ona rehberlik edin, hatta onunla birlikte toplayıp düzenleyin ve gerekiyorsa bunu her gün yapın.

16. Hem kendinize hem çocuğunuza her zaman hoşgörülü davranın. Birlikte başaracaksınız, bunu unutmayın.

Biz, Çorlu Rehberlik ve Araştırma Merkezi ailesi olarak her zaman yanınızdayız.