

DİKKAT EKSİKLİĞİ VE ÖZEL ÖĞRENME GÜÇLÜĞÜ OLAN ÖĞRENCİLERİN ÖĞRETMENLERİNE 45 YARDIMCI KURAL

Fatih PAÇA
Özel Eğitim Formatörü

- 1. Her Őeyden önce, öğrencinizin yaŐadığı sorunun, Dikkat Eksikliği olduğundan emin olmalısınız. TeŐhis koymak doğal olarak öğretmenlerin işi değildir ancak bu konuda anne babayı yönlendirebilirsiniz. Çocuğa iyi ve doğru bir teŐhis konulduğundan emin olana kadar da soru sormaya devam etmelisiniz. Bütün bu aŐamalar sizin sorumluluğunuz değildir, ancak anne babaya destek olabilirsiniz.**
- 2. Size yardımcı olabilecek kaynakları harekete geçirin. Eğer sınıfınızda 1 den fazla Dikkat Eksikliği olan ocuk varsa çok yorulursunuz. Okulun ve anne babaların desteğini isteyin. Bir sorun ortaya çıktığında danıŐabileceđiniz, bu konuda bilgili bir profesyonelle- psikiyatrist, psikolojik danıŐman, okul psikologu, ocuk doktoru- iŐbirliđi yapmalısınız. Bu konuda size yardımcı olacak kiŐinin unvanı değil, bu konuda ne kadar bilgisi olduğu, Dikkat Eksikliği olan kaç çocukla ilgilendiği ve sade, öz konuŐabilmesi önemlidir. Anne baba ile sürekli iletişim kurarak onların da aynı hedefler için çalıŐmasını sağlamalısınız.**
- 3. Kaldırabileceğiniz yükün sınırlarını bilin. Yardım istemekten çekinmeyin. Bir ğretmen olarak bu konuda uzman olmanız beklenemez.**

4. Çocuğun kendisine, ona nasıl yardımcı olabileceğinizi sorun. Dikkat Eksikliği olan çocukların sezgileri genellikle çok gelişmiştir. Eğer nasıl daha iyi öğrenebilecekleri kendilerine sorulursa bunu anlamaktan çekinmezler, ama bu bilgiyi gönüllü olarak anlamaktan çekinirler çünkü anlatacakları yöntem genellikle sıra dışıdır. Bu yüzden öğrencilerinizle baş başa oturun ve nasıl daha iyi öğrenebileceği konusunda onun fikirlerini öğrenin. Bir çocuğun en iyi ve kolay nasıl öğrenebileceği konusundaki en büyük 'uzman' yine kendisidir ama ne yazık ki çoğu zaman fikirleri ya duymazdan gelinir ya da hiç sorulmaz.

5. Öğrenmenin duygusal yönünü göz ardı etmeyin. Bu çocuklar sınıftaki faaliyetlerin eğlendirici yönünü bulmak, başarısızlık-beceriksizlik yerine başarılı olmanın tadına varmak, korku-sıkıntı yerine heyecan yaşamak ihtiyacındadırlar. Sınıftayken çocuğun yaşamakta olduğu duyguları gözlem altında tutmak gereklidir.

6. DE ve ÖÖG olan öğrenciler düzenli ortamlara ihtiyaç duyarlar. Kendi başlarına iç dünyalarını düzenleyemedikleri için dış dünyalarının başkaları tarafından düzenlenmiş olmasını gereksinirler. Listeler yapın. Ne yapacaklarını unutan ya da bilemeyen çocuklar bu listeleri çok faydalı bulacaklardır. Onların hatırlatılmaya; prova yapmaya; tekrar yapmaya; yönlendirmeye; sınırlar konulmasına ve düzene ihtiyaçları vardır.

7. Kuralları yazın ve her dakika göz önünde olacağı bir yere asın. Çocuklar kendilerinden ne beklendiğinden emin olduklarında, çevrelerindeki kişilere daha fazla güven duyacaklardır.

8.İşlerin nasıl yapılması gerektiğini tekrarlayın, yazın, söyleyin, tekrarlayın. Dikkat Eksikliği olan kişiler direktifleri bir kereden fazla duymak ihtiyacındadırlar.

9.Sürekli göz göze gelmeye çalışın. Dikkat Eksikliği olan bir öğrenci ile göz göze gelerek, onu 'daldığı alemden' geri getirebilirsiniz.

10.Dikkat Eksikliği olan öğrencinizi size en yakın noktaya oturtun. Böylece dalıp gitmeye meyilli öğrencinizin dikkatini her an üzerinizde tutabilirsiniz.

11.Sınırlar koymaktan çekinmeyin. Sınırlar çocuklara ceza vermek için değil, onları rahatlattığı ve çevrelerine güven duymalarını sağladığı için konur. Sınır koymayı sık sık, sizden beklediği gibi, vaktinde ve yalın bir biçimde yapmaya çalışmalısınız.

12.Önceden belirlenmiş bir programa dakik bir biçimde sadık kalmasını sağlayın. Bu programı tahtaya yada öğrencinin sırasına yapıştırabilir ve sık sık bakması için uyarabilirsiniz. Eğer programda bir değişiklik yapmak durumunda kalırsanız ki öğretmenler bundan pek hoşlanırlar; öğrencinizi uyarın ve hazırlayın. DE ve ÖÖG olan çocuklar için haber verilmemiş bir değişime uymak çok zordur. Değişikleri uzun zaman önceden haber vermeyi ihmal etmemelisiniz.

13.Okul sonrasında yapması gerekenleri yazması için yardımcı olun. Böylece Dikkat Eksikliği olan çocukların en büyük özelliklerinden birinin önünü alabilirsiniz: ERTELEME .

14.Mümkünse, belli bir zaman içinde bitirilmesi gereken sınavlar yapmayın. Sınavlara zaman koymanın eğitsel bir değeri zaten yoktur ve belirli bir zaman içinde bitirilmesi gereken sınavlar Dikkat Eksikliği olan çocuklara bildiklerini gösterme fırsatı vermez.

15.Dikkat Eksikliği olan öğrencinizin arada bir sınıftan çıkmasını sağlayarak -sınıf dışında bir iç yaratarak- bir emniyet sbabi oluşturun: eğer, bunu sınıfın kuralları içine oturtabilirsiniz o zaman çocuğa sınıfta kalıp "kendini kaybetmek" yerine; bir şans vermiş olursunuz ve aynı zamanda da kendini izleme ve kontrol etmeyi öğretirsiniz.

16.Ödevleri kontrol ederken, miktardan çok ödevin kalitesine bakın DE ve ÖÖG olan çocuklar genellikle omuzlarına fazla yük alamazlar. Öğrenmeye devam ettikleri sürece buna izin verilmelidir. Diğer ocuklar kadar çok bilgi öğrenebilirler ama kimi zaman onların yapabileceği kadar ödev yapamazlar.

17.Çocuğun neler öğrendiğini sık sık kontrol edin. Dikkat Eksikliği ve ÖÖG olan çocuklar için bu tür kontroller çok yararlıdır; çalışmaya devam eder, kendilerinden neler beklendiğini bilir, hedeflerine ulaşıp ulaşamadıklarını gözlemleyebilir ve cesaretlenirler.

18.Büyük projeleri, küçük ve bitirilmesi kolay parçalara bölün,Bu kural, Dikkat Eksikliği olan çokların öğrenimlerdeki en hayati kuraldır. Büyük projeler Dikkat Eksikliği olan öğrencileri hemen yıldırır ve "Ben-bunu-bitirmeyi-asla-başaramam" demelerine neden olur. Oysa büyük bir işi kolayca başarılabilir küçük parçalara bölmek onları ürkütmeyecektir. Bu çocuklar genellikle sandıklarından daha fazlasını başarabilirler. Öğretmen böylece çocuğa kendi kendini ispatlayabilmesine yardımcı olur. Özellikle küçük çocuklarda bu yöntem, başarısızlık korkusuna kapılan çocukların yaşadıkları öfke nöbetlerinin de önüne geçer. Daha büyük çocuklarda ise genellikle yerleşmiş olan yenilgiyi baştan kabullenmek olgusunun önüne geçer.

19.Sınıfta şakacı, alışılmışın dışında, neşeli biri olmaya çalışmalısınız. Dikkat Eksikliği olan çocuklar eğlenceye bayılırlar ve hemen katılırlar. Bu da dikkatlerini toplamalarına neden olur. "Tedavileri" sırasındaki hayatları baştan sona düzen, program, listeler ve kurallar gibi sıkıcı şeylerle doludur. Oysa siz Dikkat Eksikliği olan öğrencilerinize; bunları uygulamak için sizin sıkıcı bir öğretmen yada onların sıkıcı öğrenciler olmasının şart olmadığını göstermelisiniz. Arada bir biraz neşe ölçüsünü arttırabilirseniz bunun çok yardımını göreceksiniz.

20.Bu arada çocukları fazla heyecanlandırmaktan da kaçınmalısınız. Unutmamalısınız ki, Dikkat Eksikliği olan çocuklar kaynamakta olan süt tenceresine benzerler, kaşla göz arasında taşarlar. Ateşi hemen söndürebilmek için süttten gözünüzü ayırmamak gerekir.

21.Çocuğun başarılarını yakalamak ve övmek için hep tetikte olun. Dikkat Eksikliği olan çocuklar, o kadar fazla başarısızlık yaşarlar ki, verebileceğiniz her türlü olumlu tepkiye ihtiyaçları vardır. Göz ardı edilmemesi gereken diğer bir nokta da; bu öğrencilerin övgüye çok olumlu tepki verdikleridir. Cesarete, çok ama çok ihtiyaçları vardır. Sanki övgüyle büyür ve gelişirler. Övgü almadıkları durumda siner ve içlerine kapanırlar. Dikkat Eksikliği'nin en fazla zarar verdiği alan, çocuğun kendine olan güvenidir. Onun için bu çocukları cesaretle beslemeyi unutmayın.

22.Dikkat Eksikliği olan çocukların en büyük sorunu hatırlayamamaktır. Hatırlamalarına yardımcı olabilmek için onlara küçük hileler öğretin. Öğrenme zorluğu yaşayan çocuklar alanındaki çalışmaları ile en önemli uzmanlardan biri olan Dr. Mel Levine, Dikkat Eksikliği olan çocukların "canlı hafıza" ya da başka bir deyişle; "hafıza sofrasındaki mevcut yer konusunda sorunlar yaşadığını" belirtmektedir. Aklınıza gelebilecek her türlü hile, ipuçları, kafiyeler, kodlar vb. hafızanı geliştirilmesine yardımcı olacaktır.

23.Öğretirken konu başlıklarını kullanın, ana fikir çıkartmayı öğretin. Bu konular Dikkat Eksikliği olan çocuklar tarafından kolay öğrenilmezler. Ancak, bir kez öğrendiler mi öğrendiklerini şekillendirebilirler. Bu yöntem, çocuğa öğrenmeyi başardığı bilgilerin gerekli olduğu duygusunu da aşılacaktır. Çünkü genellikle öğrendiklerinin gereksiz, hiç kullanmayacakları bilgiler olduğu yönünde inançları vardır.

24.Neler söyleyeceğinizi söylemeden önce anons edin, sonra söylemek istediğinizi söyleyin. Dikkat Eksikliği olan çocukların çoğu daha ziyade duyduklarını değil, gördüklerini daha çabuk öğrendikleri için, eğer söylemekte olduğunuzu tahtaya da yazarsanız çok yardımcı olursunuz. Bu tür bir eğitim, bilgileri hiç silinmeyecek şekilde çocukların akıllarına kaydedilecektir.

25.Talimatlarınızı basitleştirin. Seçilecek şıkları basitleştirin. Zamanlamayı basitleştirin. Basit cümleleri kavramak daha kolaydır. Ama renkli cümleler kullanın, renkli bir dil dikkat toplamaya yardımcı olur.

26.Çocukların kendilerini değerlendirebilmeleri için onlara yardımcı olun. Dikkat Eksikliği olan çocuklar kendilerini değerlendiremezler. Çoğu zaman nasıl davrandıklarını ya da buldukları noktaya nasıl geldiklerinin farkında değildirler. Onlara bu bilgiyi yapıcı bir tavırla aktarın. Şöyle sorular sorabilirsiniz; "şimdi ne yaptığının farkında mısınız?", "bunu başka bir biçimde söyleyebileceğini biliyor musun?" ya da "sen öyle dediğinde, arkadaşının neden üzülüğünü biliyor musun?". Kendi kendini tanımasına yardımcı olacak sorular sormayı denemelisiniz.

27.Ondan beklentilerinize açıklık kazandırın.

28.Davranışların yönlendirilmesini sağlamak için daha büyük çocuklarda puanlama sistemi ve daha küçük çocuklarda ödüllendirme sistemi geliştirin. Dikkat Eksikliği olan çocuklar için ödül almak ya da saptanan hedeflere ulaşmak çok önemlidir.

29.Eğer çocuk sosyal işaretlerden - vücut dili, ses tonu, zamanlama vb. - anlamıyorsa; o zaman tedbirli bir şekilde bunları anlamayı ona öğretmelisiniz. Örneğin; "sen kendi hikayeni anlatmadan önce arkadaşınınkini bir dinle bakalım" ya da "karşındaki ile konuşurken onun gözlerine bakmaya çalışmalısın". Dikkat Eksikliği olan çocukların çoğunluğu bencil yada farklı olarak damgalanırlar. Ama onlarda eksik olan başkaları ile düzeyli iletişim kurma becerisidir. Bu beceri çocuklarda doğuştan olmaz ama öğretilir ya da yönlendirilebilir.

30.Sınav tamamlamayı öğretin.

31.İşleri oyun şekline getirin.

32.Çocukları çifter ya da üçer gruplar halinde ayırın. Birlikte çalışabilecek grup şeklini bulana kadar denemekten vazgeçmeyin.

- 33.Grubun bağlı kalmasına dikkat edin. Dikkat Eksikliği olan çocuklar bir gruba ait olmak ihtiyacı duyarlar. Yapacak işleri olduğu sürece, yaptıkları işe odaklanırlar ve hayale dalmazlar.**
- 34.Olanak buldukça çocuğa sorumluluk verin. Sırt çantasını nereye koyması gerektiğini hatırlayabilmesi için kendi kendine bir yöntem bulmasını sağlayın. Nelere ihtiyacı olduğunu ona dikte etmek yerine sizden yardım istemesini bekleyin.**
- 35.Evden-okula-eve bir ödev defteri tutturun. Bu yöntem ev ile okul arasında sürekli bir iletişim sağlanması için en geçerli yöntemdir.**
- 36.Günlük karne sistemi geliştirin. Çocuk küçükse karne eve gitmeli, daha büyükse direkt olarak çocuğa okunmalıdır. Günlük karne disiplin amaçlı değil ama cesaret verici olmalıdır.**

37. Alarmı olan saatler, çocuğun kendini zamanlaması için çok yardımcıdır. Örneğin; ilacını almayı hatırlamayan bir çocuk eğer alarmlı bir kol saati takarsa ya da çalışma saatinde masasına bir saat konursa, zamanın nereye gittiğini görmesi çok yararlı olacaktır.

38. Dikkat Eksikliği olan çocuklar, neler olacağını önceden bilmek ve kendilerini hazırlamak ihtiyacındadırlar. Eğer aniden ne yapmalarını gerektiğini bilmedikleri bir zaman dilimi ile karşı karşıya kalırlarsa süt tenceresi kaynayıp taşacaktır.

39. Övün, sırt sıvazlayın, onaylayın, cesaret verin, umutlandırın.

40. Daha büyük çocuklara, öğrendiklerini daha sonra hatırlayabilmek için küçük notlar yazmalarını önerin. Notlara yalnızca kendilerine söylenenleri değil kendi düşüncelerini de eklemeleri yararlı olur. Bu yöntem söylenenleri daha dikkatli dinlemelerine neden olacaktır.

41.Dikkat Eksikliği olan çocukların çoğu el yazısı ile yazı yazmakta zorlanırlar. Bu yeteneklerini geliştirebilmeleri için alternatifler yaratın. Örneğin daktilo yazmayı öğrenmesini önerin ya da yazılı sınav yerine sözlü sınav yapın.

42.Bir senfoniyi yöneten orkestra şefi gibi davranın. Orkestranın, senfoni başlamadan önce dikkatini toplamasını sağlayın. (bunun için sessizlik ya da el çırpma yöntemini kullanabilirsiniz) Sınıfın değişik bölümlerine elinizle sinyaller vererek notaları zamanında çalmalarını sağlayın.

43.Olanak buldukça, birlikte çalışabilmeleri için onları her ders için bir çalışma arkadaşı seçmeye teşvik edin.

44.Çocuğun arkadaşları tarafından damgalanmasını önlemek için sınıf arkadaşlarına durumu açıklayın ve normal davranmalarını sağlayın.

45.Anne baba ile sık sık görüşün. Onlarla yalnızca sorun ortaya çıktığında görüşmekten kaçının.

ÖĞRENCİLERİNİZ DİKKATLERİNİ TOPLAMAKTA ZORLANIYORLARSA



Öğrencileriniz arasında "dalıp" gidenler varsa aşağıdaki önerileri uygulayabilirsiniz;

- **Soru soracağınız zaman gözlerinizi öğrencileriniz üzerinde sessizce gezdirerek, sınıfta hafif heyecan yaratın.**
- **Öğrencilerinize, ders sırasında sürpriz sorular sorarak dikkatlerini yalnızca sıraları geldiğinde toplamalarını engelleyin.**
- **Sürpriz sorulardan birini soracağınız yolunda önceden bir sinyal verin.**
- **Anlattığınız konuya ya da soracağınız soruya öğrencinizin ismini katın.**
- **Dikkati dağılmaya başlayan öğrencilerinize (anlattığınız konu ile ilgili olması şart değil) basit bir soru sorun**

•Öğrencinizle aranızda geçmiş özel bir şakayı tekrarlayarak dikkatini çekmeye çalışın.

•**Dikkati kolayca dağılan öğrencinize yakın durun ve ders anlatırken ara sıra onun omzuna koyun.**

•

•Ders anlatırken sınıfta yürüyerek, dikkati dağılan öğrencinin yanından geçerken anlatmakta olduğunuz satırı önündeki kitapta gösteriniz.

•

•**Derslerin ve ödevlerin uzun olmamasına özen gösteriniz.**

•

•**Fiziki ve düşünsel aktiviteleri dönüşümlü olarak uygulayın.**

•

•Derslerinizi filmler, kasetler, resimlerle ya da küçük çalışma grupları oluşturarak ya da öğrencilerin birbirlerine soru sormalarına olanak tanıyarak ilginç hale getirmeye çalışın.

•Öğrencilerinizin özel meraklarını ders konularına katmaya çalışın.

•Basit, anlaşılması kolay direktifler verin.

•Hayal kurmayı günlük hayatın içinde yapılması gereken zamanlı bir aktivite olarak öğretin.

•Öğrencilerinize kendi kendilerini gözlemlemeyi öğretin.

•Öğrencilerinize yapmalarını istediğiniz şeyleri yumuşak bir ses tonu ile söyleyin.