**Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu**

**Neler yapabiliriz?**

* Öğrenciniz birtakım ilaçlar kullanıyorsa, doktoru ile irtibatını kesmemesi ve ilaçlarını düzenli kullanması konusunda öğrencinizle/ailesiyle işbirliği yapın.
* Bir anda çok fazla hedef vermeyin. Bir ya da iki taneyle başlamak uygundur.
* Sınıfta ders anlatırken imkanlar elverdiğince görsel ve işitsel teknolojiden faydalanmaya çalışın. (video, tepegöz vb.)
* Dikkatini dağıtabilecek pencere, kapı önü gibi yerlerden uzağa oturtun.
* Okul, sınıf ve atölye kurallarınızın az sayıda ve çok belirgin olmasına dikkat edin, bu öğrencilerin bulunduğu ortamlara bunları yazılı olarak asın. Örneğin “Sınıf malzemelerini
* yerlerine koy.” gibi.
* Öğrenciniz sınıf içinde sürekli yardım istemesi ya da bir şeyler sormaya çalışması ile sizin üzerinizde fazladan bir yük oluşturabilir. Bunun için öğrencinize kartlar hazırlayın. Bu kartları sınıf içinde yardıma, yaptığı şeyi kontrol ettirmeye, vb. ihtiyacı olduğunda kullansın.
* Öğrencinizi size ya da kendisine rol model olabilecek bir başka öğrenciye yakın oturtun.
* Öğrenciniz arkadaşlarıyla sorun yaşadığında bir süre mola almasını sağlayın. Sakinleştiğinde ve kontrolü sağladığında tekrar dönebilir.
* Öğrencinizle gizli bir işaret geliştirip (omzuna dokunmak vb ) istenmeyen davranışını gördüğünüzde bunu kullanırsanız arkadaşlarının yanında sık sık uyarılıp mahcup olmadan gerekli uyarıyı almış olur.
* Eğer bazı davranışları diğer öğrencilere zarar vermiyorsa ve kasıtlı yapılmıyorsa istenmeyen davranışı zaman zaman görmezden gelin.
* Öğrencinizin saldırgan davranışını kontrol etmek için yöntemler geliştirebilirsiniz. Siz öğrencinizin saldırganlaşmaya başladığı sinyallerini aldığınız da ona onunla aranızda kararlaştıracağınız bir kelime ya da isimle seslenirsiniz. O da bu sürede hareketsiz durur. Bu onun zarar vermesini önlemenin yanı sıra sakinleşmesine de yardımcı olacaktır.
* Öğrencilerinizin kendine güvenini destekleyici çalışmalar planlayın ve uygulayın.
* Öğrenciniz zaman zaman bildiği şeyleri bile göstermekte zorluk çeker. Bu nedenle öğrendiği şeyleri gösterebilmesi için farklı yollar kullanmasına izin verin. (örn: yazılı ödev yerine sözlü ödev ya da proje yapmak.)
* Olumlu bakış açınızı koruyun ve sabırlı davranın.
* Olumlu davranışlarının farkına varın, bunlar için sıkça ve güçlü pekiştireçler/ödüller kullanın.
* Beklentilerinizi, yönergelerinizi kısa, küçük adımlarla ve net bir şekilde öğrencinizin size

dikkat ettiğinden emin olduğunuzda söyleyin.

* Öğrencinizin bazı günler daha iyi bazı günlerde de daha kötü olabileceğini göz önünde

bulundurun ve kötü günlerde de ona olumlu ve tutarlı yaklaşın.

* Uygun olmayan davranışları için tehdit etmekten ve cezalandırmaktan kaçının. Bunun

yerine uygun davranışlarını yakalamaya çalışın.

* Öğrencilerinizin ailelerinin de zor şeylerle baş etmek zorunda olduğunun farkında olun ve onlarla işbirliği yapın.