**ÇOCUKLARDA DİKKAT EKSİKLİĞİ**

Dikkat eksikliği yaşayan çocukların sayısı her geçen gün artıyor. Neredeyse her sınıfta DEHAB tanısı olan birkaç çocuğa rastlıyoruz. Bu çocuklar, sınıfta eğitim ortamını bozdukları gerekçesiyle öğretmenler ve diğer veliler tarafından kısa sürede istenmeyen çocuklar olarak markalanıyor.

Aslında zamanında alınacak önlemlerle dikkat eksikliği olan çocukların öğretim sürecine daha etkin katılması sağlanabilirse sorunlar da en aza iner. Bu yüzden, özel eğitim gerektiren bu çocuklarımızla ders yapma hususunda öğretmenlerimizin yeterli bilgi ve beceriye sahip olması gerekir. Ayrıca eğitimin evde devam eden sürecinde -özellikle ödev konusunda- anne babaların da dikkat etmesi gereken hususlar vardır. Bu hususta öğretmenler ile ailelere bazı tavsiyelerde bulunacağım.

Öğretmen faktörünün önemini anlatabilmek için yazıma bir anıyla başlamak isterim. DEHAB tanısı olan bir öğrenciyle ilgili sınıf öğretmeninin şikayetleri vardı. Öğrencinin, sınıfta ders işlenmesine fırsat vermediği, arkadaşlarıyla sürekli kavga ettiği, sıraları yıktığı, öğretmeninin saçını yolduğu, velilerin bu çocuk yüzünden kendi çocuklarını sınıftan aldığı gibi çok kötü bir tablo çiziliyordu.

Sınıf öğretmenimizin bu yöndeki tüm şikayet ve gözlemlerini dinledikten sonra, çocuk hakkındaki gözlemlerini dinlemek için aynı sınıfta derse giren branş öğretmenimizi çağırdım. Bu öğretmen, aynı çocuğun sınıfın en başarılı öğrencisi olduğunu, derslere her zaman hazırlıklı geldiğini, derslere aktif katıldığını, sınıfta hiçbir sorun çıkarmadığını hatta konuyu öğrenemeyen arkadaşlarına da yardım ettiğini ifade etti.

Anlatılan öğrenci sanki bambaşka biriydi. Öğretmene bunu nasıl başarabildiğini sordum. Öğretmenimiz, çocuğun içinde bulunduğu durumun farkında olduğunu, ders boyunca onu gözlemlediğini, dikkati dağılmaya başlayınca uygun bir yöntemle hemen dikkatini yeniden derse çektiğini, bazen hareket etme ihtiyacı olduğuna yönelik (kımıldama vb) sinyaller verdiğinde bir sebeple yerinden kalkarak hareket etmesine (Tahtayı silme veya bir şey yazma vb) fırsat verdiğini, çocuğun hemen rahatladığını, öğrencinin derslerde bir kez dahi sorun yaşamadığını, dersine severek geldiğini ve çok mutlu olduğunu, anlattı.

Bu olaydan da anlaşılacağı üzere doğru yöntem ve davranışlarla bu öğrencilerimiz sınıfta çok daha başarılı, uyumlu ve etkin hale getirilebilir. Bu konudaki tavsiyelerime gelince;

1. Herhangi bir derse veya çalışmaya başlarken ilk aşamada etkili şekilde dikkat çekilmelidir. Sınıf ortamında konuya dikkat çekmek için öğretmenin kullandığı bazı yöntemler bu çocuklar için yeterli olmayabilir. Sınıfın dikkati konuya çekilirken bu öğrenciler özellikle gözlenmeli yöntem yeterli olmamış ve hala dikkati başka bir şeyde ise onun dikkati çekmek için ayrıca gayret sarf edilmelidir. Bu çocukların dikkatini çekmeden konuya başlamamak gerekir.

Dikkat nedeni önemlidir?

Siz Dünyanın en iyi konu anlatan öğretmeni de olsanız, öğrenciniz başka şeylerle ilgileniyor ve sizi dinlemiyorsa hiçbir şey öğrenemez. Başarı kapısının anahtarı dikkat çekmedir. Kapıyı açmadan öğrenciyi o odaya alamazsınız.

1. Bu çocukların dikkatleri çok çabuk dağılır. Bu yüzen başlangıçta dikkat çektikten sonra da bu çocukların sürekli gözlemlenmesi ve dikkatlerinin sürekli canlı tutulması gerekir. Dersin başlangıcında dikkatini konuya çektiğiniz normal bir öğrenci 20 dk. derse odaklanırken bu öğrencilerin 5-10 dakika sonra dikkati dağılabilir. Bu durumu hemen fark edip dikkatleri yeniden konuya çekilmelidir. Öğretmenin derste öğrenciyle göz teması kurması, dikkati dağıldığını hissettiğinde öğrenciye ismiyle hitap etmesi, bazen yanına yaklaşması, sırasına elini koyması, çalışmasına dikkatlice bakması, bu hususta yapılabilecek bazı davranışlardır.
2. Bu çocukların enerjilerini atmalarına fırsat verilmelidir. Bir çoğunda dürtüsel davranışlar gözlemlenen bu çocuklarımızın bitmeyen bir enerjileri vardır. Bu fazla enerji onları yerinde duramayan bireylere dönüştürür. Sınıfta sebepsiz yere dolaşmak, bahanelerle ayağa kalkmak, sırada sürekli kımıldamak gibi davranışları doğru şekilde kontrol altına alınmalıdır. Teneffüslerde bolca hareket etmesine fırsat verilmelidir. Oyun ve Fiziksel Etkinlikler, Beden Eğitimi gibi dersler mümkün olduğunca dışarıda veya salonda işlenmeli öğrencilerin enerjisini atması sağlanmalıdır. Bu aktiviteler çocukları rahatlatacak ve devam eden derslerde dinginleştirecektir.
3. Kısa süreli çalışmalar yapılmalıdır. Uzun süreli dersler ve ödevler bu öğrenciler için işkenceye dönüşür. Bu yüzden yapılacak çalışmalar daha kısa süreli olmadır. Normal bir öğrencinin bir oturuşta yapacağı çalışmayı dikkat eksikliği olan öğrenciler için iki parçaya bölerek yaptırmak daha uygun olur.
4. Aileler de dikkat eksikliği olan öğrencilerin evdeki çalışmalarını kısa süreli şekilde planlamalıdır. Günlük 2 saat çalışma planı olan bir öğrenci için yarımşar saatlik 4 oturum daha uygun olur.
5. Aileler öğrencilerin evde yapacağı çalışmaları gözlemlemeli, öğrencinin dikkati dağılıp çalışma verimsizleştiği zaman hemen sürece müdahale edilmedir. Çocuğun tekrar çalışmaya odaklanması sağlanmalıdır.
6. Öğrencilere başarısızlık hissi yaşatılmamalıdır. DEHAB bir sağlık sorunudur ve öğrencinin istemi dışındaki bir durumdur. Öğrencinin çalışmalarının düzensiz olması, ödevlerini eksik olması, zamanında yetiştirememesi gibi hususlarda öğrencinin kendisini başarısız hissettirecek davranışlardan kaçınılmalıdır. İçinde bulunduğu durum dikkate alınarak öğrenci desteklenmelidir.
7. Öğrenci sosyal çevre ile desteklenmelidir. Bu öğrencilerimizin dürtüsel davranışları ve sürekli hareketli halleri nedeniyle bir şeyi dökme, kırma, zarar verme vb davranışlar gözlemlenebilir. Böyle durumlar bir kaç kez yaşanınca okuldaki tüm olumsuzlukların faturası bu öğrencilere kesilmeye başlanır ve günah keçisi yapılır.

Yapmadıkları şeylerin faturasının öğrenciye kesilmesi ona sosyal ve duygusal açıdan zarar verir. Öğrenciye lakap takılır, dalga geçilir dışlanır, yalnız bırakılırsa suçluluk hissine kapılır. Ya hırçınlaşır ya da tamamen içine kapanır. Bu durum onu kazanmayı daha da zorlaştırır.

Çocuğun özel durumunun bilinmesi ve kendini kontrol edebilmesi için sosyal çevre ile desteklenmesi onun gelişimi açısından olumlu sonuçlar doğurur. Çocukların sınıfta ve okuldaki oyun ve çalışma gruplarına katılması, sosyal etkinliklere dahil edilmesi gerekir. Bu öğrencilerin akademik gelişimi kadar sosyal ve duygusal gelişimleri de dikkate alınmalıdır.