

# DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE & BOZUKLUĞU

---

EYVAH...



DÜZ

DUVARA

TIRMANIYOR



Son 25-30 yıldır Çocuk Psikiyatrisi kliniklerinde dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu (DEHB) tanısı popülaritesini korumaktadır.



Gelişimsel olarak aşağıdaki 3 temel sorun ortaya çıkmaktadır:

1. Dikkat eksikliği



3. Aşırı hareketlilik

2. Yetersiz dürtü kontrolü



## DIKKAT EKSİKLİĞİ



## Dikkat Eksikliği Belirtileri

- ☞ Dikkatin kolay dağılması
- ☞ Sıklıkla bir şeyler kaybetme
- ☞ Kuralları takip etmede güçlük
- ☞ Sessizce oynamada güçlük
- ☞ Oyunlarda sırasını beklemekte güçlük
- ☞ Bir aktiviteden diğer aktiviteye kayma
- ☞ Sıklıkla tehlikeli aktivitelerle uğraşma



## AŞIRI HAREKETLİLİK (HİPERAKTİVİTE)



Beyindeki prefrontal lob , bazal ganglionlar, serebellum, normal bireylerdekine göre daha küçük yada farklı bir simetridedir.

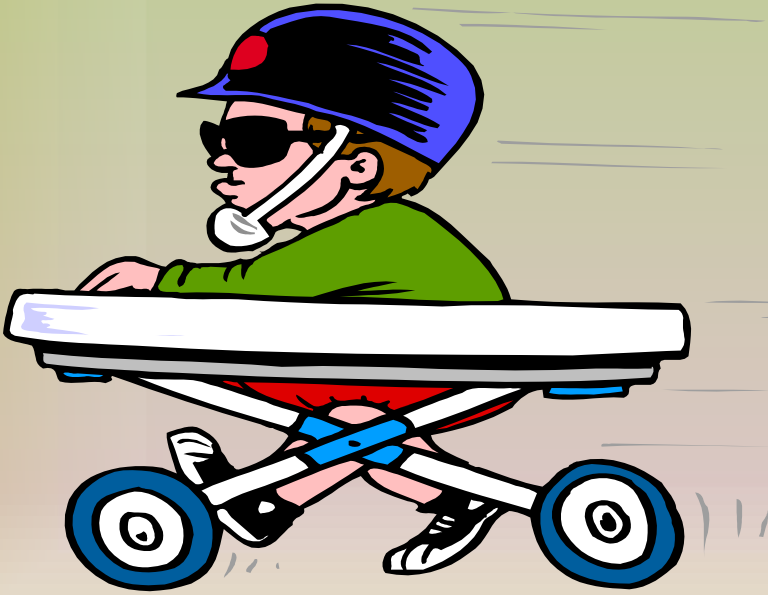
## Aşırı Hareketlilik

- ☞ Çoğu zaman elleri, ayakları kıpır kıpırdır ya da oturduğu yerde kıpırdanıp durur.
- ☞ Çoğu zaman oturması beklenen durumlarda oturduğu yerden kalkar.
- ☞ Çoğu zaman uygunsuz olan durumlarda koşuşturup durur ya da tırmanır.
- ☞ Çoğu zaman sakin bir biçimde, boş zamanları geçirme etkinliklerine katılma ya da oyun oynama zorluğu vardır.





Hiperaktif çocuğun hareketliği aşırıdır ve yaşıtlarıyla kıyaslandığında farklılık hemen anlaşılır. Genellikle bu çocuklar bir motor tarafından sürülüyormuş gibi sürekli hareket halindedirler.

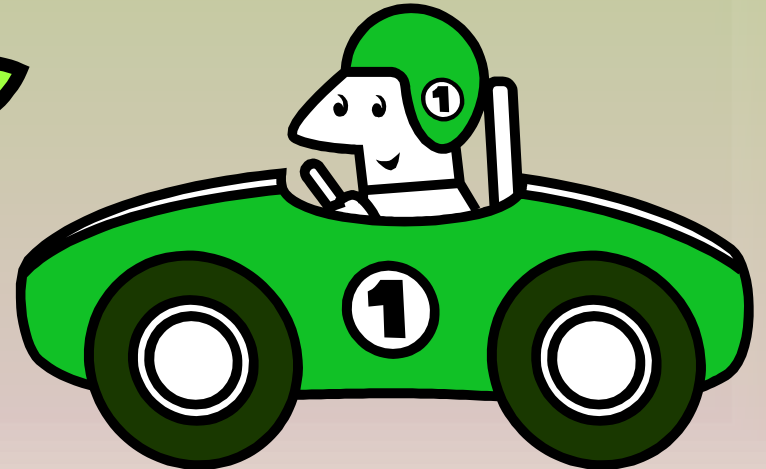


## İMPULSİVİTE (DÜRTÜSELLİK)



## Dürtüsellik Belirtileri

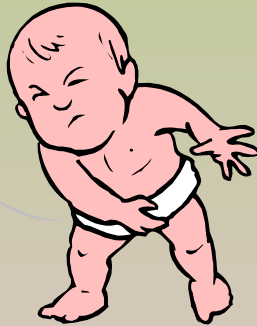
- ☞ Çoğu zaman hareket halindedir ya da motor tarafından sürülüyormuş gibi davranır.
- ☞ Çoğu zaman çok konuşur.
- ☞ Çoğu zaman sorulan soruların soru tamamlanmadan önce cevabını yapıştırır.
- ☞ Çoğu zaman sırasını beklememe güçlüğü vardır.
- ☞ Çoğu zaman başkalarının sözünü keser ya da yaptıklarının arasına girer.
- ☞ Aşırı hareketlilik ve
- ☞ Yerinde oturmada güçlük vardır



Sabırsızlıkları, sırasını beklemekte güçlük çekmeleri ve yönergeleri dinlememeleri tipik özellikleridir. Sonuçta kendisi ve çevresindekiler için zararlı olabilecek fevri hareketleri ve sınır tanımadaki zorlukları davranış sorunlarının ilk habercileri gibidir.



“düz duvara tırmanır” , “onu bir yerde zaptetmek imkansız” , “ele avuca sığmaz” , “beş dakikadan fazla yerinde oturmaz” , “oyun oynarken daldan dala konar”



# NEDENLERİ



œ Genetik yatkınlık

œ Çevresel etkenler

# Dönemsel özellikler



- Okul öncesi çağa gelindiğinde aşırı hareketlilik ve bazı çocuklarda beraberinde motor beceriksizlik en göze çarpan belirtidir.
- Okul çağına gelindiğinde DEHB'nin temel üç belirtisi de sorun olmaya başlar.hem evde hem okulda uyum sorunları yaşarlar.



# Ergenlerde ise;



- ❧ Derslere ilgisizlik
- ❧ Sorumluluklarını yerine getirmede kayıtsızlık
- ❧ Aile ve otorite figürüyle çatışmada artış
- ❧ Okul kurallarına uymama, okulu kırma
- ❧ Ani sinirlenme
- ❧ Riskli eylemlere ilgi duyma
- ❧ Alkol, sigara, madde kullanımını riskinin artması
- ❧ Uyku sorunları
- ❧ Arkadaşlık ilişkilerinde sorun yaşama



Erkek çocuklarda kızlara oranla 5 kat daha sık rastlanır. Erkek çocuklarda genellikle hiperaktivite ve impulsivite belirtileri ön planda iken, kız çocuklarında daha çok dikkat eksikliği belirgindir.





DEHB tanısı, Çocuk Psikiyatrisi tarafından konulmalıdır.



# TEDAVİ

Özellikle ailelerin ilk tedavi yöntemi ŞİDDETtir. Oysa şiddet şiddeti doğurur.

Örnek...



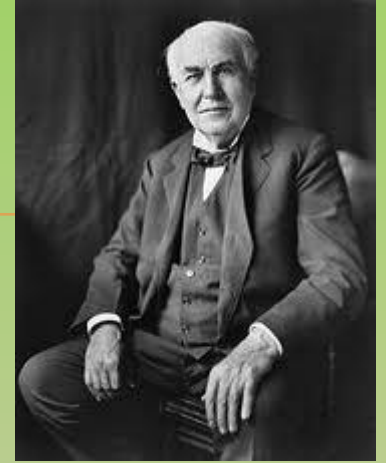
Tedavinin ilk şartı, aile okul ve hekim arasında sıkı işbirliğidir. Çünkü DEHB evde olduğu kadar okulda da sorun yaşanmasına neden olur.

DEHB'li olan bireylerin tedavisinde en etkili yol ilaçla tedavidir.



Tarihte yer edinmiş olan

- ❧ *Thomas Edison,*
- ❧ *Benjamin Franklin,*
- ❧ *Albert Einstein,*
- ❧ *Ernest Hemingway*
- ❧ *Dustin Hoffman*
- ❧ *Churchill*
- ❧ *A.Graham Bell*
- ❧ *Mozart*
- ❧ *Beethoven*
- ❧ *Walt Disney*
- ❧ *Tom Cruise*
- ❧ *L.Da Vinci*
- ❧ *John Fred Kennedy*
- ❧ *Robin Willams*
- ❧ *Luis Pauster.*





# SINIF ORTAMININ DÜZENLENMESİ

Sınıf ortamının, belirlenmiş hedef davranışlara, öğrencinin hazırbulunuşluk düzeyine, sayısına, ışık, hava, ses, gürültü vb. özelliklere göre düzenlenmesi.

Sınıf ortamının, öğrenci-öğretmen, öğrenci-öğrenci arasında çok yönlü etkileşimi sağlayacak biçimde düzenlenmesi.

Kaynaştırma yoluyla eğitimine devamı uygun görülen D.E.H.B. olan öğrenci sayısı birden fazla olmamalı ve sınıf mevcudu da 30'u aşmamalıdır.

Öğrencinin oturduğu yer dikkatini dağıtıcı materyallerden uzak olmalıdır.

Öğrenci öğretmen masasına yakın model alabileceği bir öğrencinin yanına ve dikkat çeken uyarlardan uzak oturtulmalıdır.

Farklı etkinlikler arası geçişlerde öğrenciye öğrenciden sözel yönergeler veya yanlı yönergeler verilmelidir.

Öğrencinin görebileceği bir yere sınıf içi kurallar günlük çalışma programı asılmalıdır.

Öğrencinin sakinleşmesi ve tekrar kontrolünü sağlaması için sınıfın bir köşesine uygun bir ortam oluşturulmalıdır.

Sınıf içinde öğrencinin fazla enerjisini harcayabilmesi için fiziksel hareketler içeren etkinlikler yaptırılmalıdır. )Tahtayı silmek, öğretmen masasını düzenlemek vb.)



# SON BİR KAÇ SÖZ



o Erken tedavi ile gelecek için Cesaret verici sonuçlara ulaşılır. Hiperaktivite etkilerinden tam olarak kurtulamazlar ama bugün sorun yaratan davranışları gelecekte onlara yardımcı olabilir.

o Sınıf ortamından kurtulduktan sonra hayatta başarılı olmak bu çocuklar için diğer çocuklara göre daha kolaydır.

o Bu çocuklar erişkin yaşta kendi davranış tarzlarına uygun -İşadamlığı-sanat ve-eğlence Dünyasında başarılı olurlar.



Hiperaktif bir çocuğun Anne-babasından, Öğretmenlerinden ve Danışmanlarından bugün Göreceği yardım ve destek, Onun başarılı ve mutlu bir Yetişkin olmasına yardım edecektir.

