

## Çocuğunuz hiperaktif mi? Yaramaz mı ?

Çocuğunuz sabırsızsa, çok konuşuyorsa, ani tepkiler gösteriyorsa, istediği şeyin hemen olmasını istiyorsa, sıkça başı derde giriyorsa, “yaramaz” deyip geçmeyin. Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu olabilir



**Hiperaktivite; aşırı hareketlilik, dikkat eksikliği ve dürtüselliğin görüldüğü psikiyatrik bir bozukluktur.**

**Hiperaktif çocuk**, aceleci ve sabırsızdır. Çok konuşur, söz keser, dikkatsizdir, ani tepki gösterir. Durup dururken yola fırlar, istediği şeyin hemen olmasını ister, kurallara uymaz ve başı sıkça derde girer. Motor takılmış gibi hareketlidir. Az uyur, unutkanır. Arkadaşlarınca dışlanır. Hiperaktif çocuğun yaşadığı problemlerin en önemlisi **dikkat eksikliğidir**. Dikkat süreleri çok kısa olduğundan bilgileri oturtmakta güçlük çeker. Normal ve normalin üstünde zekaya sahip olmasına rağmen, başarıları, sosyal ilişkileri, kendisine güveni bu nedenle azalır. Dikkatini toplayamadığı için zekasını kullanamaz. Sınıfta birinci olabilecekken 5'inci, 10'uncu olur. Dersten sıkılır, çıkar, sınıfta dolaşır. Uzun süre kitap okuyamaz. Ama görsel ve işitsel hafızası iyidir. Televizyonda gördüğü, duyduğu şeyleri daha kolay aklında tutar. Sosyal uyumda da güçlükler yaşar. Kurallara uymadığı için sürekli eleştirilir. Çok fazla yaralanma ve kazaya maruz kalır.

## Hiperaktivite nasıl teşhis edilir?

Hastalığın belirtileri 4-5 yaşlarında belirgin hale gelir, fakat **hiperaktif çocukların** bebekliklerinde çok ağlayan-huzursuz-az uyuyan bebekler olduğu ve sonraki yaşlarda kolay sıkılan, sık sık oyun değiştiren, hareketli çocuklar oldukları bilinmektedir. Ancak ailelerin önceden “yaramazlık” olarak nitelendirdikleri bu belirtiler genelde çocuk ilkokula başladığında okulda da kurallara uyum sağlamada zorlanması ile önem kazanmaya başlar.

## Hiperaktivitenin sebepleri neler?

Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (DEHB) kesin bir nedene bağlanamamışsa da pek çok faktörün etken olduğu araştırmalarla saptanmaya devam etmektedir. Nedenlere yönelik araştırmalarda öne çıkan bozuklukta **biyolojik ve psikososyal etkenlerin birlikte rol oynadığıdır**. DEHB’de beynin ön bölgesinde hücreler arası bağlantıyı sağlayan nörotransmitterlerden Dopamine’nin eksik olduğu ve bu durumun dikkat problemleri ile aşırı hareketliliğe yol açtığı bilinmektedir. Genetik faktörler de bu bozuklukta öne çıkmaktadır. Yapılan araştırmalar hiperaktif çocuklarının babalarının geçmişlerinde de aşırı hareketlilik saptamıştır. **Doğum sırasında yaşanan problemler ve aile tutumlarının da bu hastalıkta etken rol oynadığı bilinmektedir.**

## Hiperaktivite nasıl tedavi edilir?

Anne, baba ve öğretmenin ortak mesaj vermesi önemlidir. Yanlış yaptığında ceza yerine oyundan mahrum etme, güzel şeyler yaptığında da ödüllendirme kullanılmalı: “Aferin” demek, öpmek gibi. Öğretmenin de benzer davranışları göstermesi gerekmektedir. **Hastalık tedavi edilmediğinde ve zamanında müdahale edilmediği takdirde, ileriki yaşlarda unutkanlık, organize olamama sorunları yanında 12-15 yaşlarından itibaren (ergenlikle başlayan) dürtüsellikte artış, davranış bozukları görülebilmektedir.** Bu nedenle aileler çocuklarını iyi gözlemlemeli, gerekli yardımı almaktan kaçınmamalıdır.

## HİPERAKTİF ÇOCUĞUN ÖZELLİKLERİ

Çocuğunda Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu olduğunu düşünen ailelerinin özellikle dikkat ermesi gereken belirtileri şöyle sıralayabiliriz:

\*Tepkisel davranışları (nedensiz vurma, itme, çelme takma) vardır.

\*Yerinde duramaz, sürekli kıpır kıpırdır. Huzursuz, sürekli ayaktaadır.

\*Çok hareketli, tehlikeli davranışları vardır.

\*Başladığı işi bitiremez. Ev ödevini yapmaz.

\*Tırnak yeme, parmak emme vb. davranışları vardır.

\*Karşılık verir. İnatçı, "Hep benim dediğim olsun" ister.

\*Arkadaşlık kurma, sürdürmede sorunları yaşar. Diğer çocuklara kabadayılık taslar.

\*Arkadaşlarına karşı acımasızdır.

\*Yalan söyler, gerçek olmayan öyküler anlatır.

\*Başka çocukların yap dediği, olumsuz davranışları yapar.

\*Kurallara, kısıtlamalara uymaz.

\*Kavgacıdır, somurtkan, küskündür.

\*Çabuk öfkelenir, çabuk ağlar.

\*Huy değişiklikleri hızlı ve şiddetlidir.

\*Düş kurar, hayallere dalar.

\*Duyguları kolayca zedelenir.

\*Okulda mutsuz bir çocuktur.

\*Diğer çocuklardan daha fazla rahatsız edicidir.

\*Dikkati çok çabuk dağılır.

KAYNAK: PSİKOHAYAT DERGİSİ SAYI:8