

Dikkat eksikliği ve hiperaktivitesi (DEHB) olan çocukların belirgin özellikleri

SEFA BULUT *



Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu olan çocukların genel karakteristiği; dikkatsizlik, aşırı motor hareketler, dikkat süresinin kısa olması, dikkat dağılma olasılığının yüksek oluşu, atılganlık ve hiperaktivite (*aşırı hareketlilik*) gibi temel semptomlarla belirginleşebilir. Bu birincil belirtilere ek olarak; motivasyon eksikliği, unutkanlık, kafa karışması, sosyal problemler, düzensizlik, agresiflik, duygusal karışıklık gibi ikincil belirtileri de vardır.

Dikkat eksikli bir öğrencinin en belirgin özelliği dikkatsizlik ve odaklanamamadır. Dikkatsizlik (*dikkatini toplayamama*), bir uyarıcıyı seçmede ve bir işi yapmak için gereken süre zarfında dikkatini toplamada zorluk olarak belirir. Genel kanının aksine DEHB'li çocuklar bir şeye dikkat etmeyen değil, çok şeye dikkat gösteren çocuktur. DEHB'li bir çocuğun beyni bütün uyarıcılara dikkat ederken, DEHB olmayan bir çocuğun beyni dıştan gelen uyarıcıları engelleyip, ana uyarıcıya odaklanır. DEHB'nun başka bir önemli belirtisi de genel kontrol eksikliği ve davranış kontrolünü yapamama ve acele hareket etmesi olarak tanımlanabilen atılganlıktır. DEHB olan bir çocuk neyin doğru neyin yanlış olduğunu ve sınıf kurallarını bilmesine rağmen, hareketleri hakkında ancak iş bittiğinde ve artık çok geç olduğunda düşünür. DEHB'li bir çocuğun belki de en problemleri davranış hiperaktivitedir. DEHB'li çocuklar genel olarak durmadan, dinlenmeden sürekli hareket eden çocuk olarak tanımlanır. Bazı DEHB'li çocukların anneleri daha doğmadan çocuklarının hiperaktif olduklarını

gözlemlemişlerdir. DEHB'li bir çocuk için açık alanlar genellikle sorun olmazken, sessizlik, odaklanma ve kontrollü davranış gerektiren durumlar sorun olur. Bu yüzden açık alanda koşan bir çocuk kimse için sorun olmaz ama sınıfta sürekli kalem açmaya giden ve kalemi sıraya vuran bir çocuk arkadaşları ve öğretmeni için bir sorun oluşturur. Hiperaktif bir çocuk bir şey yaparken kolayca sıkılır ve başka uyarıcılara ihtiyaç duyar. Bu arada düzenli bir sınıfta, hiperaktif bir öğrenci sınıf düzenini ve ders işleyişini bozabilir bu nedenle göz ardı edilemeyecek bir sorundur. Bazı vakalarda DEHB yaşla beraber yavaş yavaş azalır kaybolurken, bazı durumlarda daha kronik seyredebilir ve yetişkinlikte de devam edebilir. Bazı durumlarda genetik bir bağ vardır, anne babasından birinde DEHB olan çocuklarda gene aynı durum ortaya çıkabilir. Bazen kardeşlerin hepsinde olurken bazen sadece bir kaçında olabilir. Ebeveynler iyi gözlemci olmalı ve çocuğun özgün davranış kalıplarına dikkat etmelidir. Dikkat edilmesi gereken şey, çocukta sadece hiperaktivite olabilir ya da sadece dikkat eksikliği olabilir ya da ikisinin de karışık belirtileri olabilir. Diğer bir dikkat edilmesi gereken nokta, 3-6 yaş arası çocuk oyun çağı çocuğudur bu yaşlarda oynaması, zıplaması yaramazlık yapması normaldir. Ancak bu da yine belli bir oranda normal ve kabul edilebilir. Asıl sorun çocuk 7 yaşında geldiğinde ve okula başladığında okulda da ve resmî ortamlarda da aynı davranışlar devam ediyorsa ortaya çıkar.

* İbn Haldun Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Öğretim Üyesi.