

Bir kişide dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğunun varlığından söz edebilmek için belirtilerin yedi yastan önce başlaması, birden fazla ortamda görülmesi, sürekli ve kişinin günlük yaşamını etkileyecek boyutta olması gerekir. Dikkat eksikliği, dikkat süresinin ve yoğunluğunun bireyin yaşına göre daha az olması durumudur. Bu sorunu taşıyan kişiler belirli bir noktaya odaklanmakta güçlük çekerler ya da dikkatleri kolayca dağılır. Dağınık ve unutkanlıklar, sık sık eşya kaybederler. Dikkat süresi ve yoğunluğu, her yaşta farklıdır. Beş-altı yaşlarındaki bir çocuk için normal kabul edilebilecek dikkat süresi, on iki yaşındaki bir çocuk için kısadır. Bu nedenle her birey kendi yaş dilimi içinde değerlendirilmelidir. Uyarana ve gevreye ait bazı faktörler dikkat süresi ve yoğunluğunu etkiler. Ödev başında on dakikadan fazla oturamayan bir çocuk, bilgisayar başında saatlerce oyun oynayabilir ya da sevdiği bir televizyon programını uzun süre izleyebilir. Bu onda dikkat eksikliği olmadığını göstermez. Dikkat eksikliği olan bir birey için, dikkatin bir noktaya odaklanması ve sürdürülmesi kalabalık, gürültülü ortamlarda daha da zordur. Bununla birlikte bire bir ilişkilerde, sakin ortamlarda ve ilgisini çeken konularda daha uzun süre odaklanabilir. Aşırı hareketlilik (hiperaktivite), bireyin yaşından ve gelişim düzeyinden beklenmeyecek düzeyde hareketli olmasıdır. Aşırı hareketli olan kişiler uzun süre yerinde oturamazlar. Otururken elleri ayakları kıpır kıpırdır, çoğu zaman hareket halindedirler ve çok konuşurlar. Dürtüsellik, genel olarak, bireyin kendisini kontrol edebilmesinde bir sorunun olmasıdır. Bu tür bireyler yapacakları şeyin sonucunu düşünmezler, akıllarına geleni hemen yaparlar ya da hemen söylerler. Acelecilik, istekleri erteleyememe, söz kesme, sıra bekleyememe gibi özellikleri olan kişilerde, bu sorunun olduğu düşünülür. Bu tanıyı alan kişilerde belirtilerin tümünün olması gerekli değildir. Bir kişide sadece dikkat sorunları ya da sadece aşırı hareketlilik-dürtüsellik belirtileri görülebilir. Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğunun üç farklı tipi vardır. Kişide var olan belirtilerin türüne göre, bu tiplerden hangisine girdiğine karar verilir. Dikkat Eksikliği Önde Olan Tip: Dikkat eksikliği belirtileri ön plandadır. Aşırı hareketlilik ve dürtüsellik ya yoktur ya da tanı alacak kadar şiddetli değildir. Aşırı Hareketlilik Önde Olan Tip: Aşırı hareketlilik ve dürtüsellik belirgin olarak vardır. Dikkat eksikliği belirtileri vardır ancak tanı alacak kadar şiddetli değildir. Birleşik Tip: Hem dikkat eksikliği hem de aşırı hareketlilik dürtüsellik belirtileri tanı alacak kadar şiddetlidir. En sık olarak görülen tip birleşik tiptir. "Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu" toplumda, çocukluk çağının en sık görülen psikiyatrik bozukluğudur. İlköğretim çağındaki çocukların %3-5'inde görülür. Yani her yirmi-otuz çocuktan birinde bu sorun vardır. Bozukluğun nedenleri, beyindeki dikkat ve davranış kontrolüyle ilgili bölgelerin farklılığından kaynaklanmaktadır. Yapılan araştırmalarda bu bölgelerin yeterince etkin olmadığı, yeterince kanlanmadığı bulunmuştur. "Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu" kalıtsal bir bozukluktur yani anne ya da babadan çocuğa geçen bazı genlerle taşınır. Bugün için belirlenmiş tek bir gen yoktur, birden fazla genin bu soruna yol açtığı düşünülmektedir. Bu tanıyı alan çocukların anne babalarında ve kardeşlerinde benzer belirtiler olma olasılığı genel topluma oranla iki-sekiz kat daha fazladır. Bu sorunun zeka ile ilgisi yoktur. Toplumda yaygın olarak çok zeki olan çocukların hiperaktif olduklarına inanılmaktadır. Oysa bu doğru değildir. Hiperaktif çocukların çoğu normal zekaya sahiptirler. Ayrıca zeka sorunu olan ve aynı zamanda hiperaktivitesi olan çocuklar da vardır. Bu sorunu taşıyan çocuklar okulda dersi yeterince dikkatli dinleyemezler; sınavlarda dikkatsizce hatalar nedeniyle bildiklerini de yanlış yapabilirler. Evde ders çalışmaları dikkatin kolayca dağılması nedeniyle verimli olmaz. Sonuç olarak normal bir gelişim düzeyi ve zekaya sahip olmalarına karşın okul başarıları, kapasitelerine oranla düşük olur. Dürtüsellik

nedeniyle aile, arkadaş ve öğretmenleriyle ilişkilerinde sorunlar yaşarlar. Zaman içinde sürekli eleştiri ve olumsuz uyarılar almaları nedeniyle benlik saygıları düşer. Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu, bebeklikten erişkinliğe kadar yaşamın her alanında olumsuz etkileri olan önemli ama tedavisi olan bir bozukluktur.

KA