



Düşünce yapılarını değiştirmeye ve farkındalığı arttırmaya siz de yardımcı olun!

destek ve  
bilgi için

Doğubayazıt Ram  
<https://dogubayazitram.meb.k12.tr/>



# Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu İçerikleri

"DOĞAL GÜÇLERİMİZİ NASIL  
KULLANACAĞIMIZI VE  
ZAYIFLIKLARIMIZI DAHA İYİ  
YÖNETMEYİ ÖĞRENDİĞİMİZDE,  
HAYATIMIZI HIZLI BİR ŞEKİLDE  
İLERLETİRİZ."

## DEHB olgularında yaygın görülen özellikler:



4. Tedavi edilmeyen DEHB'nin zararları olabilir. Teşhis ve tedavi edilmez ise, DEHB aşağıdakilere sebep olabilir: Okulda başarısızlık Verim kaybı, kazanç azalması gibi iş sorunları İlişki sorunları Trafik kazaları Aşırı yeme ve obezite ile ilgili sorunlar Yasalarla sorun yaşama.

5. DEHB kimsenin suçu değildir. DEHB, ahlaki zayıflık, yetersiz ebeveynlik, aile sorunları, zayıf öğretmenler ya da okullar, fazla televizyon, yiyecek alerjileri ya da çok fazla şekerin sebebiyet verdiği bir durum değildir. Araştırmalar, DEHB'nin yüksek oranda genetik (DEHB vakalarının pek çoğunda genetik bileşen gözlenmekte) ve beyin temelli (semptomların beynin belirli bölgeleri ile ilişkisi bulunmakta) olduğunu göstermektedir.

6. DEHB tedavisi çok yönlüdür. Şu anda mevcut tedaviler, DEHB semptomlarını azaltmaya ve işlevselliği artırmaya yönelik tedavilerdir. Tedaviler, ilaç, psikoterapi, davranış terapisi, eğitim ya da eğitsel destek yer almaktadır. Genellikle DEHB'li kişiler bu tedavilerin kombinasyonlarından faydalanmaktadır.

7. Başka psikolojik rahatsızlıklar da DEHB ile birlikte sıklıkla görülebilir. Amerika'daki araştırmalar DEHB'ye kaygı bozukluğu, depresyon ve uyku problemleri gibi başka mental problemlerin de eşlik edebildiğini söylemektedir.

# DEHB ile ilgili neyi (eksik) biliyoruz?

ARAŞTIRMALAR, DEHB'Lİ ÇOCUKLARIN VE GENÇLERİN, ÖZELLİKLE YARATICILIKLARI ÖDÜLENDİRİLDİĞİNDE, OLDUKÇA YARATICI VE YENİLİKÇİ OLMA EĞİLİMİNDE OLDUĞUNU GÖSTERİYOR.

1. Dikkat Eksikliği/Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB) beyin temelli tıbbi bir durumdur ve gerçektir.
2. DEHB, yaygın ve ayırım gözetmeyen bir durumdur. DEHB, yaş, cinsiyet, zeka, din, ırk, sosyoekonomik durum ayırt etmeyen herkesi her yaşta etkileyebilen bir durumdur.
3. DEHB teşhisi karmaşık bir süreçtir. DEHB'nin varlığını teşhis edebilmek için, kişinin, semptomların önemli bir kısmını gösteriyor olması, günlük yaşamının önemli alanlarında (iş, okul, ya da arkadaşlar) belirgin sorunlar yaşıyor olması semptomları en az 6 ay boyunca göstermesi gerekir. Teşhis sürecini karmaşık hale getiren, bu semptomların normal davranışın aşırı formlarda görülmesidir.