

ÇOCUKLARDA TAKINTILAR



Çocuğum;

“Sürekli “ya mikrop kaparsam” diye düşünüyor.”

“Eline geçen her şeyi belli bir sıraya göre diziyor.”

“Defalarca elini yıkıyor, bütün gün banyoda.”



**“Çocuklarınız,
onları oldukları insan
olarak sevmenizi istiyor.**

Sürekli onlardan başkaları gibi
davranmasını istemenizi değil.”

Bill Ayers

ÇOCUĞA DAİR



Eğer bir çocuk sürekli eleştirilmişse,
Kınamayı ve ayıplamayı öğrenir.

Eğer bir çocuk kin ortamında büyümüşse,
Kavga etmeyi öğrenir.

Eğer bir çocuk alay edilip aşağılanmışsa,
Sıkılıp utanmayı öğrenir.

Eğer bir çocuk devamlı utanç duygusuyla eğitilmişse,
Kendisini suçlamayı öğrenir.

Eğer bir çocuk övülmüş ve beğenilmişse,
Takdir etmeyi öğrenir.

Eğer bir çocuk devamlı desteklenip yüreklendirilmişse,
Kendine güven duymayı öğrenir.

Eğer bir çocuk hakkına saygı gösterilerek büyümüşse,
Adil olmayı öğrenir.

Eğer bir çocuk güven ortamı içinde yetişmişse,
İnançlı olmayı öğrenir.

Eğer bir çocuk kabul ve onay görmüşse,
Kendini sevmeyi öğrenir.

Eğer bir çocuk aile içinde dostluk ve arkadaşlık görmüşse,
Bu dünyada mutlu olmayı öğrenir.

Dorothy Law Nolte

Çocuğun aynası,
anne ve babasıdır.

Çocuk, bu aynada hep
güzel şeyler görmelidir.

Faruk BAYÜLKEM

TAKINTILAR

"Eli bir yere değdiğinde yıkamadan duramıyor."

"Kıyafetlerini giyerken düğmeleri defalarca açıp yeniden ilikliyor."

"Işıkları üç kere açıp kapamadan odaya geçip oturmuyor."

"Evdeki eşyalara belli sayılarda dokunuyor."



Takıntılar önemsenmesi gereken bir rahatsızlıktır. Tedavi edilmezse ilerleyen dönemlerde şiddetlenir ve çocuğun gelecekte hayatının tamamını etkileyen bir rahatsızlığa dönüşür.



“Ya annem ölürse, ya mikrop kaparsam”
“Ya sınıfın ortasında pantolonumu indirirsem”
“Allah’a içimden küfretmek geliyor”
“Kardeşime zarar verme isteęi duyuyorum.”



**Takıntılar düşünce ve davranışlarda istemsizce ortaya çıkar.
Sıkıntı, huzursuzluk, gerginlik yaratır.**



TAKINTI:

İstenmeden akla gelen, sıkıntı veren düşüncenin, zihinden kovulamamasıdır.



Takıntı rahatsızlığı görülen çocuklarda istenmeyen ve rahatsız edici düşünceler ortaya çıkar. Çocuk ne kadar istese de bu düşünceleri zihninden uzaklaştıramaz.



Çocuklar bu takıntıların yarattığı rahatsız eden olumsuz düşüncelerden kurtulmak ve kaygıyla baş edebilmek için bazı tekrarlayan, istemsiz davranışlar göstermeye başlarlar.



TAKINTILI DAVRANIŞLAR:

Akla gelen sıkıntı veren düşüncelerden kurtulmak için bazı davranışlarda bulunulmasıdır.

- Mikrop kapma takıntısını gidermek için aşırı temizlik yapma
- Küfürlü dinsel düşüncelere karşı dualar etme
- Birtakım kelimeleri sessizce tekrar edip durma
- İçinden istemeden sürekli sayı sayma
- Belli yerlere belli sayılarda dokunma
- Merdivenleri belli sayılarda belli şekillerde inip çıkma

ÇOCUĞUMDA TAKINTILAR VAR MI?

- Saatlerce faydalı olmayacak bir biçimde ödev yapıyorsa
- Yazdıklarını sürekli silip yeniden yazıyorsa
- Kelimelere, harflere, ayrıntılara takılmaktan ödevlerini bitirmekte zorlanıyorsa
- Yıkılırken bol bol su ve sabun tüketiyorsa
- Tuvalet kağıdını bol tüketiyorsa
- Odasına başkasının girmesi ve eşyalarına dokunmasından rahatsız olup ve çok öfkeleniyorsa
- Bazı aktiviteleri yapmak istemiyorsa (suluboya yapmamak, hamura dokunmamak, parmak boyasını yapmayı istememek).
- Saçını taratmıyorsa.
- Giysilerini renklerine göre sırayla diziyorsa
- Herhangi bir amaca hizmet etmeyen size garip gelen davranışları varsa (arabaya binmeden önce kapıyı üç kere açıp kapama)
- Yaptığı davranışlar konusunda uyardığınızda bunları istemeden yaptığını söylüyorsa
- Dalgın huzursuz ve suçluluk duyguları içerisindeyse
- Engelleyemediği davranışları yüzünden bazı aktivitelere katılamıyorsa
- Engelleyemediği düşünce ve davranışları yüzünden sınavlarını ve ödevlerini yetiştiremiyorsa.



Eğer Çocuğunuzun Buna Benzer Davranışları Varsa Uzmana Başvurmanız Gerekmetedir.

ÇOCUKLARDA DAVRANIŞSAL OLARAK GÖRÜLEN TAKINTILAR NELERDİR?

TEMİZLİK

Defalarca ellerini yıkama.

KONTROL ETME

Kapının kapalı olup olmadığına defalarca bakma.

TEKRARLAMA

Birtakım kelimeleri sessizce tekrar edip durma.

SAYMA

Merdivenleri belli sayılarda belli şekillerde inip çıkma.

DÜZENLEME

Giysilerini, oyuncaklarını boylarına büyüklüklerine göre düzenleme.

SIRALAMA

Kalemlerini rengine göre sıralama.

DOKUNMA

Evden çıkarken belirli bir düzende eşyalara dokunma.

BİRİKTİRME

İşe yaramayan kağıtları biriktirme.



ÇOCUKLARDA ZİHİNSEL OLARAK GÖRÜLEN TAKINTILAR NERLERDİR?

Kirlilik olduğuna ilişkin düşünceler.

Hastalık bulaşacağı düşüncesi...

Kötü bir şey olacak düşüncesi...

Aileden birinin öleceği veya hastalanacağı korkusu...

İstenmeden gelen cinsel içerikli düşünceler.

**İstenmeden gelen rahatsız edici cinsel içerikli
görüntülerin göz önüne gelmesi...**

Yasak ve şiddet içeren düşünceler

**Simetrik olmadığında huzursuzluk ve
rahatsızlık yaratan düşünceler.**



TAKINTILARIN BELİRTİLERİ NELERDİR?

Çocuğun okul başarısı düşer.

Kafasındaki takıntılı düşüncelerle mücadele etmekten, kendini derse, okumaya vermekte zorlanır.

Diğer çocuklardan fiziki olarak uzak durmaya çalışırlar.

Dokunmayı engellemek için.

Banyoda uzun zaman geçirirler.

Bir türlü yeterince temizlendiğine inanamama, temizlik için gerekenleri yeterince yapmamışlık hissi.

Huysuzluk, keyifsizlik, ısrarcılık başlar.

Dediğini yaptırmaya çalışmak, neden öyle istediğini bir türlü anlatamamak, görünüşte sebepsiz öfkelenmek.

Ayrılık anlarını uzatırlar.

Evden bir türlü çıkmamak; vedalaşmaları uzatmak, tam o sıralarda huysuzluk yapmak.

İyileşmeyen cilt yaralarına sebep olur.

Özellikle elde, sık yıkanmaya veya cilde uygun olmayan temizlik malzemesinin kullanımına bağlı oluşur.

Okula gitmeyi istemezler.

Evden uzak olursa kendine ya da evdekilere kötü bir şey olacağını düşünme.

ÇOCUKLAR TAKINTILARINI NASIL DİLE GETİRİRLER?

- Düşünmeden edemiyorum, yapmadan duramıyorum.
- Kardeşime istemeden ya bir zarar verirsem...
- Temizlendiğine inanıncaya kadar saatlerce elimi yıkıyorum.
- Sınav sorularını 4 kez kontrol etmeliyim.
- Kalemim silgilerim yerinde değilse derse oturmam mümkün değil.
- Hareketi yaparsam rahatlıyorum ama birazdan, rahatsız eden düşünce geri geliyor.
- Düşünmek çıldırtıyor, karşı koyarsam daha kötü oluyor.
- Ya mikrop kaparsam
- Ya sınıfın ortasında pantolonumu indirirsem
- İçimden bir ses git şuna zarar ver diyor
- Kafamda sürekli müzik çalıyor.
- Elim bir yere değdiğinde yıkamadan rahat edemiyorum.
- Birisiyle tokalaştığımda elimin mikroplandığı düşüncesinden sonra aklım fikrim elimi yıkamakta...
- İçimden herhangi bir şeye küfür etmek geliyor.
- Yatmadan önde 5 kere 100 e kadar saymazsam kötü bir şey olacakmış gibi geliyor.
- Sürekli eşcinsel miyim diye aklıma geliyor.
- Tırnaklarımı kesme. Kestiklerini yapıştır.
- Herkes sınavı bitirirken, ben ancak yarısına gelmiş oluyorum.
- Babamın eve kaçta geleceğini tekrar tekrar sormazsam sanki babamın eve gelmesi mümkün olmazmış gibi geliyor.

"Ben deli miyim?

"Ya bu düşünceler gerçek olursa? Kontrolü kaybedersem?"

"Bir tek ben böyle düşünüyor ve bir tek ben böyle hissediyorum."

"Bu düşüncelere dayanamayacağım."

**Hayat karşısındaki zorlanma çocuğu/genci şaşırtır.
Kimseyle paylaşılacak türden olmayan,
kimsenin anlamayacağını sandığı duygu ve
düşüncelerden bunalır.**

TAKINTILARIN SEBEPLERİ NELERDİR?

TAKINTILAR BEYİNDEKİ BAZI BÖLGELERİN DÜZENSİZ ÇALIŞMASINDAN KAYNAKLANIR.



Bir tehlike durumunda önlem almamızı, riskli işlerde gerekli hazırlıkları yapmamızı sağlayan beyin bölgeleri takıntılı çocuklarda sanki yüksek bir risk ya da tehlike varmışçasına, görevlerini abartılı yaparlar.

TAKINTILAR TEDAVİ EDİLMEZSE NE OLUR



1

Evden çıkmak hep saatler aldığı için okula geç kalırlar.

2

Aile içi ilişkilerde uyumsuzluğa yol açar.

3

Arkadaş ilişkilerinde probleme sebep olur.

4

Zaman kaybına yol açar.

5

Yapacakları işleri, sorumluluklarını geciktirirler.
(çanta hazırlama, kıyafetlerini giyme, ders çalışma, sınava başlama).

6

Özgüven sorunları yaşarlar.

TAKINTILARIN TANISI NASIL KONUR



1

Aile ve çocuk ile görüşme

2

Klinik gözlem

3

Çocuğa uygulanan testler

4

Okul ve öğretmenden alınan bilgi
ile psikiyatrist tarafından konulur



TEDAVİ NASIL OLMALIDIR?



Tedavi

- Psikiyatrist
 - Psikolog
 - Aile
 - Öğretmen
- işbirliği ile yürütülür.

- ilaç tedavisi
- Psikoterapi
- Anne – baba eğitimi
- Öğretmen ile birlikte yapılan çalışmalar



HAZIRLAYANLAR

PSİKIYATRİST
DR. FAHRİ KARSON

PSİKIYATRİST
DR. AHMET KOCABİYİK

PSİKIYATRİST
DR. BAHAR EKEN

PSİKOLOG
İBRAHİM EROĞLU

UZMAN PSİKOLOG
MELEK DİNÇEL

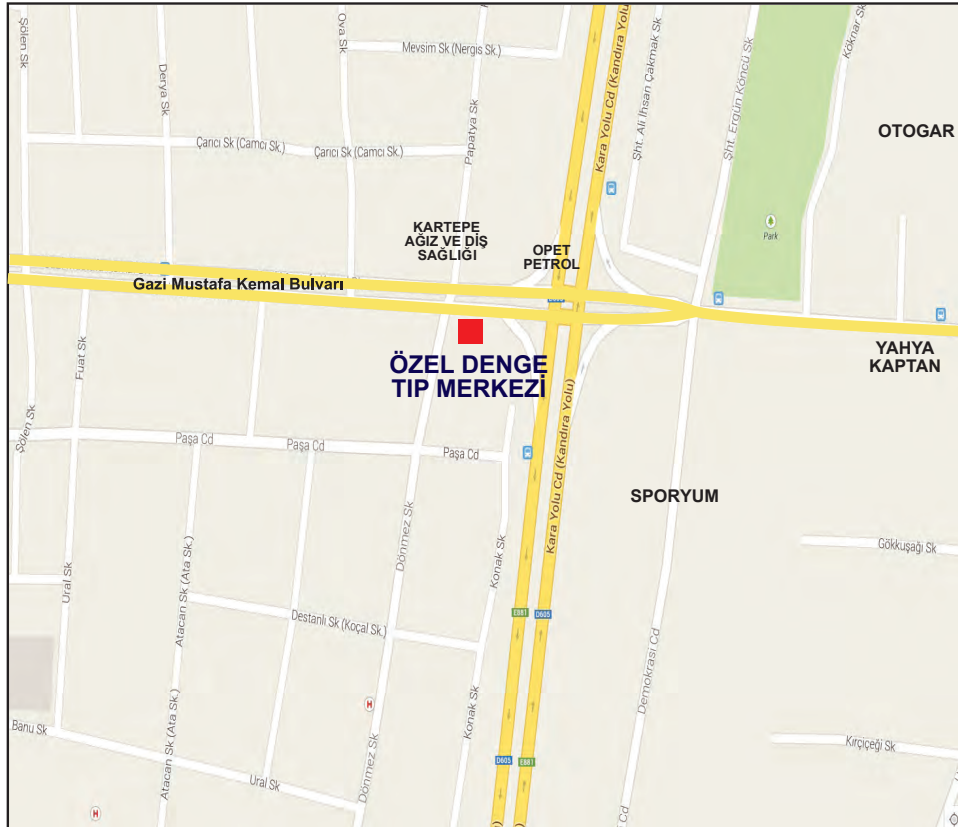
PSİKOLOG
SEVİM TEMEL

PSİKOLOG
AYDAN AYRIK

BİZE ULAŞIN



TIP MERKEZİMİZ SGK İLE ANLAŞMALIDIR



Yenişehir Mh. Dönmez Sk. No.4 İzmit / Kocaeli

Tel : 0 262 322 06 23

Fax : 0 262 321 16 42

Gsm : 0 533 730 35 13

Gsm : 0 555 803 12 67

Gsm : 0 507 311 88 97

Sağlığınız için
yenilendik...

