

# OBSESİF ÇOCUKLAR

Sürekli ellerini yıkıyor, çok fazla banyo yapıp, kıyafet değiştiriyorsa dikkat!



**Ailece**  
**Nuran**  
**ÇAKMAKÇI**

ncakmakci@hurriyet.com.tr

**T**akıntılı davranışlar çocuklarda çok sık görülebilir. Çok erken dönemlerden itibaren belli bir oyuncuğa veya kıyafete bağlanma, belli yemekleri yeme diğerlerini reddetme, kendi yatağı dışında uyumama, evinden başka yerde tuvalete girmeme, vs. gibi birçok davranışı gözlemleyen aileler

çocuklarının "obsesif" olduğunu düşünmeye başlayabilir, hatta bu sebeple ruh sağlığı uzmanlarına başvurabilirler. Ancak, bu davranışlar nedeni ile "obsesif" tanınının kullanılması çok yaygın olmasına rağmen pek doğru değildir. Erken çocukluk dönemi rutinlere bağlılığın daha fazla olduğu bir dönemdir. Çocukta obsesif davranışları DBE Davranış Bilimleri Enstitüsü'nden Uzman Klinik Psikolog Açelya Şahin Firat ile konuştuk:



Çocukta takıntı neden başlar?  
Çocuklar belirsizliği tolere etmekte yetişkinlere oranla biraz daha zorlanır. Çünkü belirsizlik kaygı yaratır, çocuklar bu duyguyu başa çıkmayı zaman içinde öğrenirler. İlk dönemlerdeki takıntılı davranışları da nedeni bu kaygıdır. Bu takıntılar birçok çocukta görülebilen ve çocuğun yaşamını olumsuz yönde etkilemeyen davranışlardır. Üzerine düşmeyip görmezden gelindiğinde, çatışma konusu haline getirilmediğinde kendiliğinden kaybolabilir.

Ya sonra çıkabilecek takıntılar?  
-Daha ileriki dönemlerde ortaya çıkabilecek ve çocuğun akademik ve sosyal yaşamını olumsuz yönde etkileyen obsesyonlar ruhsal bir sorundur ve üzerinde çalışılması gerekir. Obsesyonlar "takıntılı düşünceler", kompilyasyonlar ise obsesyonları kontrol etme amaçlı yapılan "tekrarlayan davranışlar"dır. İlk dönemdeki takıntılar obsesyona değil, daha çok kompilyasyona benzer. Yine temelde kompilyasyonların amacı kaygıyı azaltmaktır. Ama patolojik düzeyde olan ve kompilyasyon olarak tanımlanan takıntılı davranışların sıklığı, şiddeti ve dolayısıyla çocuğun genel yaşamına olan olumsuz etkisi oldukça fazladır.

Bu bozukluklar ne zaman başlar?  
-Obsesif-Kompulsif Bozukluk (OKB) tanısı almış yetişkinlerin üçte birinden fazlasında belirtiler 15 yaşından önce başlar. Az da olsa 5 yaşından önce başlayan vakalar söz konusudur. Ancak araştırmalara göre çocukluk çağına OKB'nin başlangıç yaşı 7-12 arasındadır.

## AİLESİ OBSESİF OLANIN ÇOCUĞUNUN DA EĞİLİMİ OLABİLİR

Hangi hareketler takıntı başlığı altına alınabilir?  
-Takıntılı davranışlar belli bir oyuncuğa veya kıyafete bağlanma, belli yemekleri

## PATOLOJİK OLARAK TANIMLANACAK DAVRANIŞLAR

- ▶ Gereğinden fazla el yıkama.
- ▶ Çok fazla banyo yapıp kıyafet değiştirme.
- ▶ Aynı soruları tekrar tekrar sorma ve devamlı sağlamlasını yapma.
- ▶ Devamlı kontrol etme (ev ödevlerini yeniden okuyup tekrar tekrar yazma, oyuncaklarının yerinde olup olmadığına defalarca bakma vs.)
- ▶ Yaptığı birçok aktiviteyi belli sayıda yapma ve tam doğru olana kadar tekrarlama.
- ▶ Eşyaları belli bir düzende yerleştirme ve bir şeyin yeri değiştiğinde öfkelenme.

yeme diğerlerini reddetme, kendi yatağı dışında uyumama, evinden başka yerde tuvalete girmeme vs. olabilir.

Neden çocuk takıntılı hareketler sergilemeye başlar?  
-Yapılan çalışmalar obsesif-kompulsif bozukluğun katımsal alt yapısının oldukça fazla olduğunu gösterir. Bunun yanında OKB'si olan bir ebeveyn tarafından yetiştirilen çocukların rol model olarak OKB'li bir kişiyi görmesinin de obsesif-kompulsif bozukluk geliştirmesine neden olabileceğini düşündürür. Aşırı kuralcı ve disiplinli tuvalet eğitimi veren ve bunun yanında suçlayıcı, utanç duymasına vesile



olan ebeveynlik stilleri de obsesyon ve kompulsiyonların gelişmesine ortam hazırlar. Çocuğun stresse toleransı düştüğü anda veya taşıyabileceğinden fazla stres yüklenildiğinde (bu yaşanan travmatik bir olay ile olabilir) takıntılı davranışlar sergilemeye başlayabilir.

Çocukta oluşan bu takıntılar nasıl bırakılabilir? Tedavi mi olunması gerekir?

-Eğer takıntılı davranışlar çevrenin yaşamını olumsuz yönde etkiler hale gelirse yardım almak doğru bir karar olur. Örneğin, çocuk kompulsiyonları yerine getirmek için çok fazla zaman harcıyor ve

okula gitmek için bir türlü evden çıkmıyor, temizlik takıntılarını nedeniyle defalarca ellerini yıkamaktan cilt sorunları yaşıyor, arkadaşları ile ilişkisi azalıyor vs. ise mutlaka bir ruh sağlığı uzmanına başvurulması gerekir. Uygulanacak tedavi yöntemleri çocukta çocuğa farklılık gösterse de çoğunlukla hem medikal hem de psikoterapötik müdahalelerin bir arada olması iyileşme sürecini hızlandırmaktadır.

## ÇOCUKLUK DÖNEMİNDE ERKEKLERDE TAKINTI DAHA FAZLA

Kız çocuklarında mı yoksa erkek çocuklarında mı daha fazla takıntı görülür?  
-Çocukluk döneminde erkeklerde kızlara oranla 1,5 kat daha fazla görülürken ergenlik döneminde kız ve erkeklerde yaklaşık aynı oranlarda ortaya çıkmaktadır. Erkek çocuklarda görülen OKB'nin, ergenlik öncesinde başlama ve tik bozukluklarıyla birlikte ortaya çıkma olasılığı yüksektir. Araştırmalar, tedavi edilmezse çocukluk döneminde başlayan OKB'nin oldukça kronik seyredebileceğini göstermektedir.

Takıntısı olan çocuğa ailenin ve öğretmenlerin yaklaşımı nasıl olmalı?  
-Erken çocukluk dönemine özgü, rutine bağlı olma ile ilgili takıntılara mümkün olduğu kadar müdahale etmemek, görmezden gelip olumlu davranışları pekiştirmek çoğunlukla davranışların kısa süreden azalması ile sonuçlanmaktadır. Ancak obsesif-kompulsif bozukluk çerçevesindeki takıntılı düşünceler ve davranışlarla ilgili çocuğu suçlamak, yapmamasını ısrarcı bir şekilde yinelemek, bu davranışları yaptığında yaptırım uygulamak yerine onun bu davranışları yapmasına neden olan kaygısını azaltmak, bu kaygıyı doğru bir şekilde ifade etmesini teşvik etmek ve gerekli durumlarda profesyonel destek almaktan kaçınmamak izlenebilecek en iyi yoldur.