

# OTİZM SPEKTRUM BOZUKLUĞU BİLGİ NOTU

## Otizm Spektrum Bozukluğu Nedir?

Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB) sosyal etkileşim ve iletişim becerilerinde sınırlılık ve sınırlı ilgi ve tekrarlayıcı davranışlarla kendini gösteren ve yaşamın ilk yıllarında ortaya çıkan nöro-gelişimsel bir farklılıktır (American Psychiatric Association, 2013).



Otizmli bireylerin öğrenme ve davranış özellikleri

birbirlerinden farklılık göstermektedir, bu özellikler açısından otizmli bireyler heterojen bir gruptur. Bu durum otizmli bireylerin eğitsel ve davranışsal gereksinimlerinin de çeşitli ve karmaşık olmasına neden olmaktadır. Örneğin otizmi olan bazı bireylerin zihinsel işlevlerinde sınırlılık ya da yetersizlikler görülebilir, bazı bireylerin ise çeşitli uyaranlara karşı duyarlılık düzeyleri farklılaşabilir. Kimi otizmli bireyler duyuşal olarak çeşitli durumlara ve uyaranlara (örn. bazı seslere, ışığa, kokulara, ısıya, acıya) aşırı duyarlıyken kimileri yeterince duyarlı olmayabilir. Otizmli bireylerin bir kısmı, önemli ölçüde davranış problemleri sergilerken bir kısmında otizme eşlik eden psikiyatrik sorunlar görülebilir. Otizmli bireylerde zihinsel yetersizlik her durumda görülmediği gibi bazılarının üstün yetenekleri de olabilir. Örneğin; resim, müzik, hafıza ya da matematik becerileri açısından sıra dışı yetenekler sergileyen otizmli çocuklar vardır. “Savant Otizm” olarak adlandırılan bu durumun, otizm tanısı alan bireyler arasında 10’da 1 düzeyinde görüldüğü ifade edilmektedir (Treffert, 2009).

## OSB’nin Görülme Sıklığı Nasıldır?

Otizmin görülme sıklığına ilişkin yürütülen araştırmalar otizmin her geçen gün arttığını göstermektedir (Baio vd., 2018). Amerikan Hastalıkları Kontrol ve Önleme Merkezlerine göre otizmin görülme sıklığı günümüzde 44 çocukta 1 olarak rapor edilmiştir (CDC, 2021). Otizmin her ırk, coğrafya ya da sosyo-ekonomik düzeyden ailede görüldüğü de yine aynı merkez ve pek çok araştırmacı tarafından ifade edilmektedir. Otizmin görülme sıklığı ise cinsiyet açısından farklılıklar göstermektedir. Otizm erkek çocuklarda kız çocuklara oranla yaklaşık 4 kat daha fazla görülmektedir (Baio vd., 2018).



## OSB'nin Nedenleri Nelerdir?

Otizm şüphesi oluşmaya başladıktan ya da otizm tanısı alınmasının hemen ardından otizmin nedenlerinin neler olabileceği sorusu çocuğun yakınları tarafından sorgulanmaya başlanır. Kuşkusuz bu sorgulama bilim dünyasında da önemli çalışmalar yürütülerek gerçekleştirilmektedir. Otizmin bir yetersizlik kategorisi olarak ele alınmaya başlandığı ilk yıllardan itibaren, belki de 20 yıllık bir dönemde, otizme neden olan faktörler konusunda önemli denecek ölçüde bir kargaşanın hâkim olduğu söylenebilir. Otizmin nedenlerine ilişkin ilk



değerlendirme ve spekülasyonların 1950'li yıllarda yapıldığı ve bu dönemde otizmin nedenlerinin psikososyal faktörlerle açıklanmaya çalışıldığı görülmektedir. Otizmin bu şekilde açıklanmaya çalışılmasının bir nedeni o dönemde psikoloji ve psikiyatri alanında psikoanalitik bakış açısının yaygın olarak kabul edilmiş olmasıdır. Örneğin anne-babaların çocuk yetiştirme tutum ve tarzları, özellikle de anne tutumlarının, otizmin nedenlerini açıklamak için ele alındığı görülmektedir.

1960'lı-1970'li yıllardan itibaren ise otizmin biyolojik temellerinin olabileceği, beyin işleyişiyle ilgili farklılıklardan kaynaklanabileceğine ilişkin bulgular elde edilmeye başlanmıştır. Bu yıllardan itibaren otizmin beyin temelli farklılıklar ve genetik temellerine ilişkin çalışmalara odaklanılmıştır. Günümüzde otizmin tek bir nedenle açıklanamayacağı genel olarak kabul gören bir görüştür. Ancak çeşitli risk faktörleri (örn. çevresel nedenler) ve bu faktörlerin etkileşiminin (örn. çevresel nedenler ve genetik alt yapı) otizmin görülmesine yol açabileceği tartışılmaktadır. Otizmin nedenleri, pek çok kaynakta olduğu gibi, burada da üç temel grup altında ele alınmıştır:

1. Nörobiyolojik nedenler
2. Genetik nedenler
3. Çevresel nedenler

## OSB'nin Belirtileri Nelerdir?

Otizmin belli başlı bazı belirtilerine aşağıda yer verilmiştir:

- Başkalarıyla göz teması kurmuyor ya da çok kısıtlı göz teması kuruyorsa,
- 6. ayda gülümsemiyorsa, anne ya da babasının yüz ifadelerine kısıtlı tepki veriyor, onlar güldüğünde yanıt olarak onlara gülmüyorsa,
- 12. ayda babıldamıyorsa, bir şeyi işaret ederek göstermiyorsa, el sallama gibi hareketler yoksa,
- 12. ayda ismi söylendiğinde bakmıyor veya tepki vermiyorsa,
- 16. ayda tek sözcüklerle konuşmuyorsa,
- 24. ayda iki sözcüklü cümleler kurmuyorsa,
- Söyleneni işitmiyor gibi davranıyor, yanından uzaklaşınca fark etmiyor, yanından uzaklaşan kişiyi aramıyorsa,
- İşaret ederek gösterilen bir nesneye/olaya ya da duruma bakmıyorsa,
- Parmağıyla işaret ederek istediği şeyi göstermiyorsa,
- Taklit etmiyorsa ya da çok sınırlı taklit becerisi var ise,
- 18. ayda hayali oyun, mış-gibi oyun (örn. bardak şeklindeki bir nesneden su içermiş gibi yapma) oynamakta zorluk çekiyorsa,
- Oyuncaklarla amacına uygun oynamayı bilmiyorsa (örn. bir oyuncak arabayı bir zemin üzerinde tekerleklerini döndürerek sürmüyorsa),
- Akranlarının oynadığı oyunlara ilgi göstermiyor ve katılmıyorsa,
- Konuşmada akranlarının gerisinde kalmışsa ya da garip biçimde konuşuyorsa,
- Bazı sözleri tekrar tekrar ve ilişkisiz ortamlarda söylüyorsa,
- Sallanmak, çırpınmak gibi garip hareketleri varsa,
- Parmak uçları üzerinde yürüyorsa,
- Hep kendi bildiğince davranıyorsa,
- Bazı eşyaları döndürmek, sıraya dizmek gibi sıra dışı hareketler yapıyorsa,
- Günlük yaşamındaki düzen ve rutin değişikliklerine aşırı tepki veriyorsa, otizmden şüphelenebilirsiniz.



### **OSB Nasıl Derecelendirilir?**

*Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı'nda (DSM-5, 2013)* otizm (a) birinci düzey, (b) ikinci düzey ve (c) üçüncü düzey olmak üzere üç biçimde derecelendirilmektedir. Otizmin yoğunluk derecesi otizimli bireyin yaşamında gereksinim duyacağı destek düzeyini de belirlemektedir. Dolayısıyla

birinci düzey; otizmlili bireyin destek gereksinimi olduğunu, ikinci düzey yoğun destek gereksinimi olduğunu ve üçüncü düzey ise çok yoğun destek gereksinimi olduğunu ifade eder.

### Birinci Düzey: Destek Gereksinimi

En hafif otizm tanısıdır. Bu tanı grubundaki bireyler genellikle sosyal açıdan zorluk yaşarlar ve desteğe gereksinim duyarlar. Başkalarıyla konuşma başlatmakta güçlük çekebilir, uygun olmayan şekillerde cevap verebilir ya da ilgileri kolayca dağılılabılır. Aynı zamanda esnek olmayan davranış kalıpları gösterebilirler. Değişen durumlara ve yeni ortamlara uyum sağlamakta zorlanabilirler, planlama yapmak ve organize olmak için desteğe gereksinim duyarlar.



### İkinci Düzey: Yoğun Destek Gereksinimi

Birinci düzeye göre daha yoğun desteğe gereksinim duyulur. Bu gruptaki bireylerin sözel ve sözel olmayan iletişim becerilerinde belirgin aksaklıklar görülür. Destek alsalar bile anlamlı iletişim kurma ve sürdürmede zorluk yaşayabilir, uygun olmayan sıra dışı yanıtlar verebilirler. Kısa cümlelerle ve sadece belirli konularda konuşabilirler. Sözel olmayan iletişimde de sorunlar yaşayabilirler. Bu düzeyde otizm tanısı almış bireyler günlük yaşamın işlevlerini yerine getirmeyi zorlaştıracak ölçüde esnek olmayan davranış kalıpları gösterebilirler. Genellikle değişimlere uyum sağlayamaz ve böyle durumlarda yoğun stres yaşarlar.

### Üçüncü Düzey: Çok Yoğun Destek Gereksinimi

Otizmden etkilenme düzeyi en fazla olan gruptur. Bu tanı grubundaki bireyler sözel olan ve olmayan iletişimde büyük sorunlar yaşarlar. Genellikle başkalarıyla iletişim kurmaktan kaçınır, birine yanıt vermeleri gerekirse çok sınırlı tepki verebilirler. Davranışları esnek değildir, sıklıkla tekrarludur. Değişimlere sert tepki verebilirler ve dikkatlerini başka yere vermelerini veya yaptıkları işi bırakmalarını gerektiren durumlarda yoğun stres yaşayabilirler.

## **Otizmin Tedavisi Var Mıdır?**

Otizmin bilinen etkili bir tedavisi yoktur; ancak çeşitli eğitsel ve davranışsal uygulamalar ile kimi biyomedikal tedaviler otizm belirtilerinin azalmasına ve ortadan kalkmasına katkı sağlamaktadır. Eğitsel ve davranışsal uygulamalarla çocuğun bağımsızlaşabilmesi hedeflenirken, biyomedikal (tıbbi) tedavilerde çocuğun otizm belirtilerini kontrol altına alabilme ve aynı zamanda eşlik eden diğer sağlık sorunlarına (varsa) müdahale amaçlanır. Bu uygulamalardan en üst düzeyde yarar sağlanabilmesi için

çocuğun gereksinimleri doğrultusunda planlamalar yapılması ve her şeyden önemlisi bu uygulamalara olabildiğince erken dönemde başlanması bir gerekliliktir.



### **Otizimli Birey İçin Uygun Müdahale Nasıl Seçilir?**

Çocuğu otizm tanısı alan aileler tanı alma sürecinin hemen ardından çocukları için uygun olan müdahalenin ne olduğu konusunda karar vermeye ilgili zorluklar yaşayabilirler. Uzmanlar bu konuda ailelere yardımcı olarak ailenin bulunduğu yerleşim yerinde çocuk için en uygun seçeneğin ne olduğu konusunda yardımcı olmalıdır. Uygun müdahale programına karar verirken bazı önemli noktalara dikkat edilmelidir. Böylece otizimli çocuklar ve aileleri nitelikli bir eğitim hizmetine ulaşabilirler. Bu noktalar:



- Çocuğun yaşına uygunluk ve anlamlı, işe yarar öğrenme etkinlikleri sunma.
- Her yaş ve işlevde bulunma düzeyine göre çocuğun çevresinde işlevsel iletişime yer verme.
- İletişim becerilerinin öğretiminin tüm gün boyunca devam etmesi.
- Akran etkileşimine yer verme (Otizmden ileri düzeyde etkilenmiş çocuklarda ilk başlarda öğrenmeye hazırlık becerileri ve temel becerilerin öğretimi çalışıldıktan sonra akran etkileşimi kurma ve sürdürme becerisinin öğretimine ilişkin planlamalar yapılmalı!)
- Öğrenilen becerilerin farklı ortam ve durumlarda da sergilenmesi için genelleme planlamasına yer verme.
- Anne-baba ya da diğer aile bireylerinin katılımlarını hedefleme.

### **Otizimle İlgili Doğru Bilinen Yanlışlar Nelerdir?**

- **Yanlış: Aşılar Otizme Yol Açar!**

**Doğru:** Amerikan Pediatri Akademisi 2017 yılında aşılarda otizm arasında bir ilişki olmadığını yayımlamıştır. Aşıların otizme yol açtığı inancı, aşıların içinde virüslerin etkin kalmasını korumak üzere kullanılan cıva (thimerosal) maddesinden kaynaklanmaktadır. Oysa çeşitli ülkelerde cıva maddesi aşılarından çıkartılmasına rağmen otizm vakalarında herhangi azalma olmamıştır. Diğer taraftan aşılannama önemli bir halk sağlığı sorunudur.



- **Yanlış: Otizmlilerin Tamamında Zihinsel Yetersizlik Görülür!**

**Doğru:** Otizmlilerin % 44'ü normal ve normal üstü zeka puanına sahiptir; ancak otizm tanısı almış olan bireylerin dil, iletişim ve sosyal etkileşim güçlükleri nedeniyle, bilişsel düzeylerini değerlendirmek oldukça zordur (Autism Speaks, 2017).

- **Yanlış: Otizmlilerin Tamamı Yağmur Adam Filminde Olduğu Gibi Bazı Üstün Özelliklere Sahiptir!**

**Doğru:** Otizmi olan bireyler otizmden farklı biçimlerde etkilenmektedir. Yağmur Adam (Rain Man) filminde olduğu gibi, bazı otizmliler sıradışı yetenekleri ve özellikleri olabilir. Örneğin matematik, müzik ya da resim alanında üstün yetenekli olabilirler, çok güçlü bir hafızaya sahip olabilirler ancak sıralanan bu üstün yetenekler, tüm otizmlilerde yoktur. Bu tür üstün yeteneklerin olması durumunda kişiye savant otizmliler denilmektedir ve bu durum otizm popülasyonunda her 10 bireyden 1'inde (1:10) görülmektedir.

- **Yanlış: Otizmlilerin Duyguları Yoktur ve Başkalarının Duygularını Anlayamazlar!**

**Doğru:** Otizmliler de diğer bireyler gibi mutlu, üzgün, kızgın olma gibi duygulara sahiptir. Başkalarının duygularını da anlayabilmektedirler; ancak otizmliler kendi duygularını anlamaları ve ifade etmeleri, bunun yanı sıra başkalarının duygularını anlamaları, diğer bireylerdeki gibi olmayabilir. Bununla birlikte otizmliler duyguları ve bu duyguları anlayarak ifade edebilme becerilerini kazanmaktadır.

- **Yanlış: Otizmliler Sosyal İlişki Kuramaz ve Geliştiremezler!**

**Doğru:** Sosyal etkileşim kurma ve sürdürme otizmlilerin yetersizlik yaşadıkları ve tanılama ölçütleri arasında bulunan becerilerdir. Ancak böyle olması otizmlilerin ilişki kuramayacağı anlamına gelmemektedir. Otizmliler çevrelerindeki kişilerle duygusal bağ oluştururlar ancak, diğer bireylerden farklı olarak bu durumu ifade etmekte zorlanırlar.

- **Yanlış: Otizmliler İyileşmezler!**

**Doğru:** Otizmliler bazılarının hafif, bazılarının ise yoğun desteğe gereksinim duymaktadır. Otizmlilere sunulan müdahale ve eğitim sürecinde; bilimsel dayanakları güçlü biçimde ortaya konmuş, uygulamalı davranış analizi ilkelerine dayalı olarak geliştirilmiş uygulamaların kullanılması, bazı otistik bulguların azalmasına katkı sağlamaktadır. Bu uygulamalarla otizmliler göz kontağı kurma becerileri, sosyal etkileşimleri ve dil becerileri anlamlı düzeyde artmaktadır. Otizmin ilaçla

tedavisi henüz mümkün değildir ancak, erken yıllarda otizm tanısı alan ve müdahaleye başlanan çocuklarda otizmin bazı belirtilerinin azaldığı araştırma verileri ile ortaya konulmaktadır.

- **Yanlış: Çocukta Gelişme Gözleniyorsa, Tanı Vermek Yerine 'Bekle ve Gör' Yaklaşımı Uygundur!**

**Doğru:** Otizmliler için erken tanı ve erken müdahale son derece önemlidir. Erken tanı ve erken müdahale ile çocukların gelişiminde önemli değişikliklerin gerçekleşmesi sağlanabilir. Belirtiler fark edildiği anda tanı konması ve erken müdahale çalışmalarının başlatılması gerekmektedir. Anne-babalar ve uzmanlar kesinlikle "bekle ve gör" yaklaşımını benimseyerek çocuklarında gözledikleri belirtilerin



yaşla birlikte kaybolmasını beklememelidirler. Erken tanı ve erken eğitim otizmliler yaşamında fark yaratır!

- **Yanlış: Otizmliler Çocukların Eğitimleri İçin En Uygun Eğitim Kurumu Özel Eğitim Kurumlarıdır!**

**Doğru:** Otizmliler çocukların ortak özellikleri olsa da her çocuğun kendine özgü özellikleri vardır. Eğitim hizmetleri çocukların özel gereksinimleri temel alınarak planlanmalıdır. Erken dönemde etkili ve yaşa uygun, bireysel gereksinimlere odaklanan yoğun özel eğitim ile otizmliler çocukların yaklaşık yarısı tipik gelişen akranları ile birlikte aynı eğitim ortamlarında eğitim alabilmektedirler. Diğerleri ise günlük yaşamlarını minimum destek ya da herhangi bir destek almadan sürdürebilirler. Çocuğun performansı ve gereksinimleri en uygun eğitim kurumunun belirlenmesinde önemlidir.

### **OSB'li Bir Çocuğu Olan Aileler Nelere Hazırlıklı Olmalıdır?**



Otizmliler bir çocuk büyütme kimi zaman stresli, kimi zaman yorucu, kimi zaman da zaman alıcı bir uğraştır. Diğer yetersizlik türlerine kıyasla, otizmliler bir çocuğun olduğu ailelerde anne babaların stres düzeyleri daha yüksektir ve aile içi dinamiklerde daha fazla sorun görülmektedir. Ailelerin uyum sürecinde yaşadıkları sorunlar ve çözüm önerileri üç başlıkta ele alınmaktadır:

- **Otizm Tanısını Kabulleme:** Aileler çocuklarına otizm spektrum bozukluğu tanısı konulduğu anda çok yoğun bir stres yaşarlar. Bu yoğun stres zamanla yerini çocukları için neler yapılabileceğini araştırma çabalarına bırakır. Zamanla taşlar yerine oturur ve kabulleme başlar. Kabulleme süreci ne kadar hızlı



gerçekleşirse, aile için de çocuk için de işler o ölçüde kolaylaşır. Kabullenme sürecinin hızlanmasında doğru uzmanlara ve bilgilere ulaşmak, benzer durumdaki ailelerle ilişki içine girmek, sivil toplum kuruluşlarıyla işbirliği yapmak ve diğer aile bireylerinden ya da dostlardan destek almak büyük önem taşır.

- **Otizme Yönelik Olumlu Bakış Açısı Geliştirme:** Ailenin otizme ve otizmlili çocuğa yönelik bakış açısı ve beklentileri ne kadar olumlu olursa, ailenin stresi de aynı oranda azalacaktır. Dolayısıyla, aile ufak gelişmeleri fark etmeyi ve bunlardan mutlu olmayı öğrenmek için çaba göstermelidir. Bu süreçte, çocuğa yönelik gerçekçi beklentiler geliştirmek ve ulaşılabilir amaçlar saptamak da çok işe yarayacaktır.



- **Tükenmişlikten Kurtulma:** Otizmlili çocuğa sahip ailelerde sıklıkla fiziksel, bedensel ve ruhsal tükenmişlik durumuna rastlanır. Bu durumları önlemek ya da en aza indirmek için aile üyelerinin mutlaka kendilerine zaman ayırmaları, hiç değilse haftada birkaç saat yalnızca kendileri için bir şeyler yapmaları önerilebilir. Unutulmamalıdır ki, tükenmişlik yaşayan bir anne-babanın çocuğuna sağlayacağı yararlar önemli ölçüde azalacaktır. Anne-babalar, sırf çocukları için bile olsa kendilerine iyi bakmalıdırlar. Bu amaçla spor, yoga, gevşeme egzersizleri gibi etkinliklerden

yararlanmak çok önemli yararlar sağlayabilir. Ayrıca, gerektiğinde ruh sağlığı uzmanlarından psikolojik destek almaktan da kaçınılmamalıdır.

### Kaynaklar:

- American Psychiatric Association. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: 5th Edn.* Washington, DC (2013)
- Baio, J., Wiggins, L., Christensen, D. L., Maenner, M. J., Daniels, J., Kurzius-Spencer, M., Dowling, N. F. (2018). Prevalence of autism spectrum disorder among children Aged 8 years - autism and developmental disabilities monitoring network, 11 Sites, United States, 2014. *MMWR Surveill Summ*, 67, 1–23. doi: 10.15585/mmwr.ss6706a1.
- Maenner MJ, Shaw KA, Bakian AV, et al. Prevalence and Characteristics of Autism Spectrum Disorder Among Children Aged 8 Years — Autism and Developmental Disabilities Monitoring Network, 11 Sites, United States, 2018. *MMWR Surveill Summ* 2021;70(No. SS-11):1–16.
- Treffert, D. A. (2009). The savant syndrome: An extraordinary condition. A synopsis: past, present, future. *Philosophical Transaction of the Royal Society of London B. Biological Science*, 364, 1351-1357. Doi: 10.1098/rstb.2008.0326
- [www.tohumotizmportali.org](http://www.tohumotizmportali.org)



