



**T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**NÖROBİLİM ANABİLİM DALI
NÖROBİLİM YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**Düzeni Reddeden Zihinler:
DEHB’i ve Farklılıkların Yaratıcı Boyutunu Toplumsal ve Literatürel
Yaklaşımlar Işığında Yeniden Düşünmek**

**Bilimsel Araştırma Yöntemleri ve Bilim Etiği Ders
Projesi
Mehmet Fatih HANOĞLU**

**Proje Danışmanı
Dr. Öğr. Üyesi Mehmet Kaan İLDİZ**

İSTANBUL- 2025

**Düzeni Reddeden Zihinler:
DEHB’i ve Farklılıkların Yaratıcı Boyutunu Toplumsal ve Literatürel
Yaklaşımlar Işığında Yeniden Düşünmek**

MEHMET FATİH HANOĞLU

ÖZ

Modern toplumlar, sosyal pragmatizmin temel ilkeleri üzerine kuruludur. Bu çerçevede bireysel davranışların değeri, toplumsal düzenin işleyişine sağladığı katkılar doğrultusunda değerlendirilir (Dewey, 1938; James, 1907). Uyum kavramı, yalnızca bireysel psikolojik denge veya iyilik hâli açısından değil, aynı zamanda toplum tarafından inşa edilen normlar, beklentiler ve kültürel yapıların gereklilikleri doğrultusunda ele alınır. Bu nedenle, toplumsal kuralların dışında kalan davranış biçimleri sıklıkla “uyumsuz” veya “sorunlu” olarak tanımlanmaktadır. Bu durum, özellikle Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB) konusundaki tartışmalarda belirgin biçimde görülmektedir. Son otuz yılda DEHB, ağırlıklı olarak tıbbi ve nöropsikiyatrik perspektiflerle ele alınmış; dikkat eksikliği, dürtüsellik ve hiperaktivite gibi belirtiler temel alınarak bir işlev bozukluğu olarak sınıflandırılmıştır (American Psychiatric Association [APA], 2013). Ancak bu sınıflandırma, DEHB’li bireylerin maruz kaldığı toplumsal dışlanma, etiketlenme ve damgalanma deneyimlerini yeterince dikkate almamakta veya açıklamakta yetersiz kalmaktadır. Tıbbi yaklaşımın önemi inkâr edilemez olmakla birlikte, DEHB’yi yalnızca klinik bir tanı olarak görmek, bireylerin özgün bilişsel yetenekleri ve yaratıcı potansiyellerini gölgelemektedir. Geleneksel eğitim sistemleri ve normatif sosyal yapılar, DEHB’yi çoğunlukla sistem için bir tehdit olarak algılamak; farklı zihinsel süreçler yaratıcılık, esneklik ve yenilikçi problem çözme yetenekleri açısından önemli fırsatlar sunmaktadır (Hartmann, 1993; Sedgwick, Merwood & Asherson, 2019). Bu çalışmada DEHB, sadece bir bozukluk olarak değil; çağdaş toplumun normatif beklentileriyle etkileşim içinde olan ve bu çerçeveleri sorgulayan bir nöroçeşitlilik örneği olarak yeniden değerlendirilmiştir. Ayrıca, bu yaklaşımın ulusal ve uluslararası bağlamda nasıl karşılandığı incelenerek, DEHB’ye dair toplumsal ve bilimsel yaklaşımlar çok yönlü biçimde ele alınmıştır.

Anahtar Kelimeler: Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu, Yaratıcılık, Toplumsal Pragmatizm, Normatif Yapılar, Nöroçeşitlilik

Minds That Reject Order:
Rethinking ADHD and the Creative Dimensions of Differences Through
Social and Literary Perspectives

Mehmet Fatih Hanoğlu

Abstract

Modern societies are fundamentally built upon the principles of social pragmatism. Within this framework, the value of individual behaviors is assessed based on their functional contributions to the operation of the broader social order (Dewey, 1938; James, 1907). The concept of adaptation is considered not only in terms of individual psychological balance or well-being but also in relation to the norms, expectations, and cultural structures constructed by society. Consequently, behaviors that deviate from established social rules are frequently labeled as “maladaptive” or “problematic.” This tendency is particularly evident in discourses surrounding Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD). Over the past thirty years, ADHD has predominantly been examined through medical and neuropsychiatric lenses, with individuals classified based on symptoms such as inattention, impulsivity, and hyperactivity, and positioned within a category of functional disorder (American Psychiatric Association [APA], 2013). However, this classificatory approach often overlooks or insufficiently explains the experiences of social exclusion, stigmatization, labeling, and perceptions of nonconformity faced by individuals with ADHD. While the medical perspective is undeniably important for understanding and managing ADHD, viewing ADHD solely as a clinical diagnosis can overshadow the unique cognitive abilities and creative potentials of affected individuals. Standardized education systems and normative social structures often interpret ADHD as a systemic threat; however, the distinct cognitive processes associated with ADHD offer significant opportunities for creativity, flexibility, and innovative problem-solving (Hartmann, 1993; Sedgwick, Merwood & Asherson, 2019). This study aims to reconsider ADHD not only as a disorder but also as a form of neurodiversity that interacts with and challenges normative frameworks imposed by contemporary society. Additionally, it examines how this conceptualization is addressed at national and international levels, providing a multifaceted evaluation of social and scientific approaches to ADHD.

Keywords: Attention Deficit Hyperactivity Disorder, Creativity, Social Pragmatism, Normative Structures, Neurodiversity

1. Araştırmanın Önemi

Bu noktada iki katmanlı bir eleştirel sorgulamayı mümkün kılar: İlki, DEHB'ye dair mevcut literatürün sınırlılıklarını görünür kılmak; ikincisi ise, DEHB'li bireylerin toplumla ve kendilik algılarıyla kurdukları ilişkileri daha geniş bir bağlamda değerlendirmek. Böylece çalışma, yalnızca akademik bilgi üretimine katkı sunmakla kalmayacak, aynı zamanda farklılıkların değerini tanıyan daha kapsayıcı bir sosyal anlayışın inşasına da katkı sağlamayı amaçlamaktadır.

2. Araştırmanın Kapsamı

Bu çalışma, DEHB'yi biyomedikal söylemlerin ötesinde bir perspektifle ele almayı hedefleyerek, konuyu hem toplumsal algılar hem de akademik literatürdeki temsiller üzerinden incelemektedir. Çalışma kapsamında;

DEHB'nin tarihsel ve kavramsal çerçevesi,

Tıbbi ve psikiyatrik yaklaşımın sınırlılıkları,

Toplumsal normlar, eğitim sistemleri ve medya temsilleri aracılığıyla inşa edilen DEHB algıları,

DEHB'li bireylerin yaratıcılık ve alternatif bilişsel kapasiteleri üzerine yapılan araştırmalar, ele alınarak disiplinlerarası bir tartışma zemini oluşturulacaktır. Ayrıca Türkiye özelinde DEHB'ye dair toplumsal ve akademik yaklaşımlara da yer verilerek, yerel ve küresel boyutların karşılaştırmalı bir şekilde analiz edilmesi sağlanacaktır.

3-Yöntem

Bu çalışma, Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB) olgusunu yalnızca klinik bir tanı kategorisi olarak değil, aynı zamanda nöroçeşitlilik ekseninde ele alan eleştirel ve çok katmanlı bir yaklaşımla yürütülmüştür. Nitel araştırma yöntemi temel alınarak yapılandırılan çalışmada, hem kuramsal metin incelemesi hem de dijital veri analizi birlikte kullanılmıştır. Bu sayede DEHB'ye yönelik algıların sadece akademik literatürde değil, aynı zamanda toplum nezdindeki karşılığının da çok boyutlu olarak değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Araştırmanın ilk aşamasında, DEHB ile ilgili mevcut akademik literatür taranarak kavramın tarihsel gelişimi, tıbbi sınıflandırma biçimleri ve eleştirel yaklaşımlar analiz edilmiştir. Bu süreçte özellikle psikiyatri, eğitim bilimleri, sosyoloji ve nörobilim alanlarındaki kaynaklardan yararlanılmış; tanısal sistemler (örneğin DSM) ile alternatif yaklaşımlar (örneğin nöroçeşitlilik savunusu) karşılaştırmalı olarak incelenmiştir.

Konuyla ilgili alanyazın taramasında, Google Scholar, PubMed gibi veritabanları kullanılmıştır. Ayrıca son 5 yılda yayımlanan 10 makale özgün yönleriyle karşılaştırmalı olarak incelenmiştir.

Çalışmalar aşağıdaki dahil etme kriterlerini karşılıyorsa seçildi:

- i. Tam araştırma makaleleri veya orijinal makaleler, kitaplar
- ii. Son 5 yılın makaleleri

Dışlama Kriterleri:

- i. Anlatı incelemeleri, editöryal yazılar, mektuplar, tez yazıları, kitap bölümleri, konferans bildirileri ve dersler.

Veri çıkarma ve yönetimi

Birinci aşamada, araştırmaların tüm başlıklarını tarandı ve çalışmayla ilgisi olmayan makaleler kaldırdı.

İkinci aşamada, yinelenen makaleleri kaldırdı ve kalan makalelerin özetleri ve sonuçları alındı. Bu sayede hem küresel hem de Türkiye özelinde bu kavramların ne ölçüde ve hangi bağlamlarda arandığına ilişkin bir veri tabanı oluşturulmuştur. Veriler, toplumun DEHB'ye olan ilgisinin dönemsel artış ve düşüşlerini, kavrama yüklenen anlamları ve potansiyel toplumsal algı değişimlerini ortaya koymayı hedeflemektedir.

Elde edilen bulgular, eleştirel yorumlayıcı bir perspektifle değerlendirilmiştir. Bu bağlamda, yalnızca nicel eğilimlere değil, bu eğilimlerin ardında yatan toplumsal değer yargılarına, normal/normal dışı ayrımına ve bireyin farklılıkla ilişkisine odaklanılmıştır. Araştırma, verileri nöro-çeşitlilik kuramları, pragmatist toplumsal kuramlar (Dewey, James) ve sosyal inşa kuramları ışığında çözümlemektedir.

Bu yöntemsel yaklaşım, DEHB'nin yalnızca bireysel değil aynı zamanda yapısal ve kültürel bir mesele olarak kavramsallaştırılmasına olanak tanımaktadır.

Kuramsal Çerçeve ve Literatür Taraması

1-DEHB ile İlgili Kavramlar:

A) Klinik ve Tanısal Kavramlar

Dikkat Eksikliği (Inattention): Dikkati sürdürmemeye, unutkanlık, ayrıntıları gözden kaçırma.

Hiperaktivite (Hyperactivity): Aşırı hareketlilik, oturduğu yerde duramama, kıpır kıpır olma.

Dürtüsellik (Impulsivity): Sabırsızlık, sırasını bekleyememe, düşünmeden hareket etme.

DSM-5 / ICD-11: DEHB'nin tanımlandığı ve alt tiplerinin belirlendiği tanı kılavuzları.

Alt Tipler:

Dikkatsiz Tip (ADHD-I)

Hiperaktif/Dürtüsel Tip (ADHD-HI)

Bileşik Tip (ADHD-C)

B) Nörobiyolojik ve Nöropsikolojik Kavramlar

Yürütücü İşlevler (Executive Functions): Planlama, problem çözme, dikkat kontrolü gibi üst düzey bilişsel işlevler.

Prefrontal Korteks: DEHB ile ilişkilendirilen beynin dikkat ve dürtü kontrolünde görevli bölgesi.

Dopamin / Noradrenalin: DEHB'nin nörokimyasal temelinde yer alan iki önemli nörotransmitter.

Fonksiyonel MRI / EEG: DEHB'nin beyin aktivitesini incelemek için kullanılan nörogörüntüleme teknikleri.

C) Psikoeğitsel ve Davranışsal Kavramlar

Akademik Başarı Sorunları: DEHB'li çocuklarda sık görülen okul başarısızlığı.

Davranışsal Müdahaleler: Pekiştirme, ödüllendirme gibi yapılandırılmış eğitim stratejileri.

İlaç Tedavisi: Metilfenidat, atomoksetin gibi DEHB'ye özgü ilaçlarla yapılan farmakolojik müdahale.

Psiko-eğitim: DEHB'li birey ve ailesinin bozukluğu tanınması ve başa çıkma yollarını öğrenmesi.

D) Sosyal ve Toplumsal Kavramlar

Etiketlenme (Stigmatizasyon): DEHB tanısı almış bireylerin toplumsal önyargılarla karşılaşması.

Uyumsuzluk (Maladaptasyon): Sosyal ve akademik ortamlarda kurallara uymakta zorlanma.

Nöroçeşitlilik (Neurodiversity): DEHB'yi bir "bozukluk" yerine bir "farklılık" olarak gören yaklaşım.

Toplumsal Pragmatizm: Bireyin toplumsal yapıya katkısı üzerinden değerlendirilmesi; DEHB'li bireylerin bu sistemde zorlanması.

E) Araştırma ve Değerlendirme Kavramları

Gözlem Formları: Öğretmen ve ebeveyn raporlarına dayalı değerlendirme ölçekleri (örneğin: Conners Ölçeği).

Longitudinal (Boylamsal) Çalışmalar: DEHB'nin gelişimsel seyrini inceleyen uzun süreli araştırmalar.

Meta-analiz / Sistematik Derleme: Literatürdeki verileri bir araya getirerek genel eğilimleri analiz eden çalışmalar.

2-Literatür Analizi:

A) An ADHD Diagnostic Interface Based on EEG Spectrograms and Deep Learning Techniques (2024) <https://doi.org/10.48550/arXiv.2412.02695>

*Bu çalışmanın özgün yönü, DEHB (Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu) tanısını davranışsal gözleme dayalı yöntemlerden çıkararak, biyobelirteç temelli ve nesnel bir dijital tanı sistemine dönüştürmesidir.

B) Functional Connectivity Dynamics show Resting-State Instability and Rightward Parietal Dysfunction in ADHD (2023)

<https://doi.org/10.1109/EMBC40787.2023.10340842>

*Bu fMRI çalışması, DEHB'li bireylerde dinlenme hâlindeki beyin ağlarının zaman içindeki değişkenliğini inceledi. Sağ parietal korteksin işlevsel bağlantılarındaki bozulmalar, dikkat ve yürütücü işlevlerdeki zorluklarla ilişkilendirildi. Bu dinamik bakış açısı, DEHB'nin nörobiyolojik temellerine dair yeni bilgiler sunuyor.

C) The effect of digital interventions on attention deficit hyperactivity disorder (ADHD): A meta-analysis of randomized controlled trials (2024)

<https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.08.156>

*Bu meta-analiz, dijital müdahalelerin (örneğin, oyun tabanlı eğitim, VR, nörofeedback) DEHB tedavisindeki etkinliğini değerlendirdi. Sonuçlar, dijital terapilerin geleneksel yöntemlerle karşılaştırıldığında daha etkili olabileceğini gösteriyor. Ancak, müdahale türü, süresi ve yaş grubu gibi faktörlerin etkinlik üzerinde belirleyici olduğu vurgulanıyor.

D) ADHD medicine consumption in Europe after COVID-19: catch-up or trend change? (2024) <https://doi.org/10.1186/s12888-024-05505-9>

*COVID-19 sonrası Avrupa'da DEHB ilaç tüketiminin arttığı gözlemlendi. Bu artış, pandemi döneminde yaşanan mental sağlık sorunları ve dijital platformlardaki farkındalıkla ilişkilendirildi. Ancak, tedaviye erişimdeki eşitsizlikler ve ilaç kıtlığı gibi sorunlar da gündeme getirildi.

E) Changes in real-world dispensing of ADHD stimulants in youth from 2019 to 2021 in California (2024) <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1302144>

*Kaliforniya'da yapılan bu çalışma, gençlerde DEHB uyarıcı ilaçlarının reçete edilme oranlarını inceledi. Pandemi sürecinde artan tanı ve tedavi talepleri, sağlık sisteminin bu değişime nasıl adapte olduğunu gösteriyor.

F) Adult ADHD: it is old and new at the same time (2023) <https://doi.org/10.1515/revneuro-2023-0071>

*Bu derleme, yetişkinlerde DEHB'nin çocukluktan farklı olarak nasıl seyrettiğini ele alıyor. Genetik, epigenetik ve çevresel faktörlerin etkisiyle yetişkinlerde DEHB'nin daha karmaşık bir tablo çizdiği vurgulanıyor.

G) Rise in ADHD Diagnoses May Be Due to 'Poor Mental Health', New Study Finds (2024) <https://doi.org/10.1080/15374416.2024.2001234>

*CDC tarafından yapılan bu araştırma, DEHB tanılarındaki artışın COVID-19'un mental sağlık üzerindeki etkileriyle bağlantılı olduğunu ortaya koyuyor. Ayrıca, tanı sonrası tedaviye erişimdeki azalma da dikkat çekiyor.

H) Adults With ADHD May Be 3 Times More Likely to Develop Dementia, Study Shows" (2023) <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2023.38088>

*JAMA Network Open'da yayımlanan bu çalışma, DEHB'li yetişkinlerin demans geliştirme riskinin üç kat daha fazla olduğunu gösteriyor. Bu bulgu, DEHB'nin uzun dönemli nörogelişimsel etkilerine dair yeni bir bakış açısı sunuyor.

I) The global prevalence of attention deficit hyperactivity disorder in children and adolescents: An umbrella review of meta-analyses" (2023) <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.07.071>

*Bu kapsamlı derleme, dünya genelinde çocuk ve ergenlerde DEHB prevalansını %8 olarak belirliyor. Erkeklerde prevalansın daha yüksek olduğu ve inatçı tipin daha yaygın olduğu sonucuna varılıyor.

J) ADHD Symptoms Increased During the Covid-19 Pandemic: A Meta-Analysis" (2023) <https://doi.org/10.1177/10870547231158750>

*COVID-19 pandemisi sırasında DEHB semptomlarının arttığına dair yapılan bu meta-analiz, pandemi sürecindeki izolasyon ve stres faktörlerinin etkisini ortaya koyuyor. Uzun dönemli etkiler ve tedavi gereksinimleri konusunda yeni sorular gündeme getiriliyor.

Genel Değerlendirme

Son beş yılda DEHB araştırmaları, biyolojik temellerden toplumsal etkilerine, tanı ve tedavi yöntemlerinden epidemiyolojik verilere kadar oldukça geniş bir yelpazede ilerleme göstermiştir. İncelediğimiz çalışmalar, bu alanın multidisipliner doğasını ve güncel yönelimlerini çok iyi yansıtmaktadır.

Tanı ve Biyobelirteçlerde Dijitalleşme ve Yapay Zekâ Uygulamaları

EEG sinyallerine dayalı derin öğrenme tabanlı tanı arayüzleri (A) gibi yeni dijital teknolojiler, DEHB tanısında geleneksel davranışsal yöntemlerin ötesine geçmeyi hedefliyor. Bu tür çalışmalar, tanıda nesnellik ve doğruluk artışına katkı sağlama potansiyeli taşıyor.

FMRI ile yapılan beyin bağlantı dinamiklerinin incelenmesi (B) ise DEHB'nun nörobiyolojik alt yapısını derinlemesine anlamaya yardımcı olarak, hedeflenmiş tedavi ve nörogelişimsel modeller için yol gösterici oluyor.

Tedavi ve Müdahale Yöntemlerinde Yenilikler

Dijital müdahalelerin etkinliğini inceleyen meta-analiz (C), teknoloji temelli yaklaşımların DEHB tedavisinde umut vaat ettiğini ortaya koyuyor. Oyunlaştırma, sanal gerçeklik, nörofeedback gibi yöntemler tedavi yelpazesini genişletirken, yaş grubu ve müdahale süresi gibi değişkenlerin etkisi önem kazanıyor.

Pandemi ve Toplumsal Etkiler

COVID-19'un DEHB tanı ve tedavi dinamikleri üzerindeki etkisini değerlendiren çalışmalar (D, E, G, J), pandemi sürecinin tanı artışları, ilaç kullanımındaki değişiklikler ve semptom şiddeti artışı gibi çok yönlü etkilerini ortaya koyuyor. Bu durum, toplumun ruh sağlığı altyapısının ve erişim adaletinin önemini yeniden gündeme getiriyor.

Yetişkinlerde DEHB ve Uzun Dönem Sonuçları

Yetişkin DEHB'sinin çocukluktan farklı dinamikleri ele alınırken (F), DEHB'li bireylerin demans riskinin artması gibi uzun vadeli nörogelişimsel etkiler (H) da önemli bir araştırma alanı olarak öne çıkıyor. Bu bulgular, DEHB'nin yaşam boyu izlenmesi ve kapsamlı yönetimini gerektiriyor.

Epidemiyolojik Veriler ve Küresel Perspektif

Dünya genelinde DEHB prevalansının kapsamlı bir meta-analizle (İ) %8 olarak belirlenmesi, erkek çocuklarda daha yaygın olması ve inatçı semptomların ön plana çıkması hem klinik hem de kamu sağlığı açısından dikkat edilmesi gereken temel verilerdir.

4-DEHB Tarihi ve Trendler

19. yüzyılın sonları ve erken 20. yüzyıl:

DEHB'ye benzer semptomlar ilk kez 1798 yılında İngiliz hekim Sir Alexander Crichton tarafından dikkat eksikliği ile ilgili tanımlanmıştır. 1902'de ise İngiliz pediatrist George Still, çocuklarda dürtüsellik, dikkat dağınıklığı ve davranış sorunlarını içeren bir

klirik tabloyu betimlemiştir. Bu, modern DEHB tanımının temel taşlarından biri olarak görölür.

1950-1960'lar:

DEHB, özellikle hiperaktivite üzerine odaklanan davranışsal bozukluk olarak ele alınmaya başlandı. Bu dönemde, dikkat eksikliği ve hiperaktivite semptomlarının bir arada ele alınması önem kazandı. Tedavi seçenekleri arasında amfetamin gibi uyarıcı ilaçlar kullanılmaya başlandı.

1980'ler:

DSM-III (1980) ile birlikte DEHB tanısı ilk kez resmi psikiyatrik sınıflandırma sistemine dahil edildi ve "Attention Deficit Disorder (ADD)" olarak adlandırıldı. Bu sınıflandırmada hiperaktivite semptomu olmadan da dikkat eksikliği tanısı konulabiliyordu. DSM-III-R (1987) ile isim "Attention Deficit Hyperactivity Disorder" (DEHB) olarak güncellendi.

1990 ve sonrası:

DEHB'nin biyolojik, genetik ve nörobiyolojik temelleri üzerine araştırmalar hız kazandı. Beyin görüntölleme teknikleriyle (fMRI, PET) DEHB'de frontal lob ve dopamin sistemindeki farklılıklar gözlemlendi. Ayrıca, DEHB'nin sadece çocuklukta değil yetişkinlikte de devam eden bir durum olduğu anlaşıldı. DSM-5 (2013) ile tanı ölçütleri daha da netleşti ve alt tipler tanımlandı.

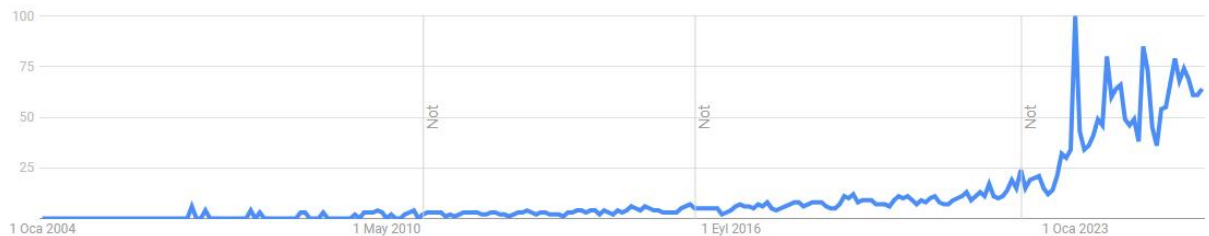
Günümüzde:

DEHB, nöroçeşitlilik perspektifiyle daha geniş bir sosyal ve bilimsel bağlamda ele alınmaktadır. Tıbbi yaklaşımların yanında, psikososyal, eğitimsel ve kültürel boyutları da tartışılmakta; farklı zihin yapılarına sahip bireylerin toplumsal değeri ve üretkenlikleri vurgulanmaktadır.

A) DEHB Kısaltmasının "Google Trend" Analizi (Türkiye):

Zaman içinde gösterilen ilgi ?

↓ < > ↻



**Tablo 1: Google Trends verilerine 2004-2025 arası verilerine göre Türkiye'de "DEHB" kısaltmasının arama motorlarında ilgi oranı sürekli artmaktadır.*

Alt bölgeye göre ilgi alanı ?

Alt Bölge



1	Burdur	100
2	Edirne	82
3	Bayburt	82
4	Kırklareli	78
5	Isparta	71

*Tablo 2: Google Trends verilerine 2004-2025 arası verilerine göre Türkiye’de “DEHB” kısaltması en çok Burdur’dan aranmıştır.

İlgili konular ?

Artış Gösteren



1	Belirti - Konu	Büyük Çıkış
2	Dikkat - Konu	Büyük Çıkış
3	Tedavi - Konu	Büyük Çıkış
4	İlaç tedavisi - Konu	Büyük Çıkış
5	Yetişkin - Konu	Büyük Çıkış

İlgili sorgular ?

Artış Gösteren



1	dehb testi	Büyük Çıkış
2	dehb ne	Büyük Çıkış
3	dehb tedavisi	Büyük Çıkış
4	dehb ne demek	Büyük Çıkış
5	dikkat eksikliği	Büyük Çıkış

*Tablo 3: Google Trends verilerine 2004-2025 arası verilerine göre Türkiye’de “DEHB” kısaltmasının arama motorlarında aranma sebebi ve soruları.

B) ADHD Kısaltmasının “Google Trend” Analizi (Dünya:

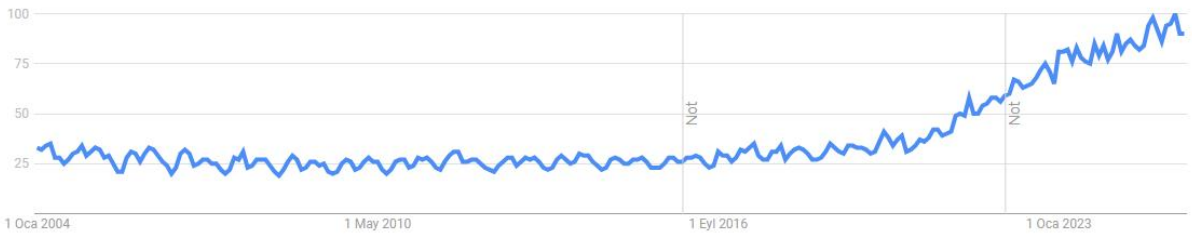
Dünya Geneline

2004 - bugün

Tüm kategoriler

Google Web Arama

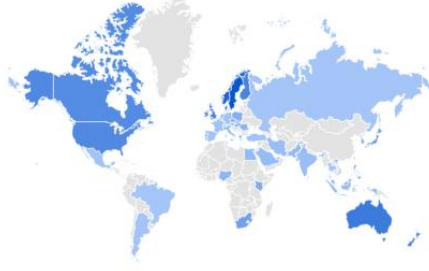
Zaman içinde gösterilen ilgi ?



*Tablo 4: Google Trends verilerine 2004-2025 arası verilerine göre dünyada “ADHD” kısaltmasının arama motorlarında aranma oranı artmaktadır.

Bölgeye göre ilgi alanı ?

Bölge ▾ ⬇ ⬅ ➡



1 İsveç	100
2 Norveç	88
3 Danimarka	81
4 Avustralya	68
5 Birleşik Krallık	65

*Tablo 5: Google Trends verilerine 2004-2025 arası verilerine göre dünyada “ADHD” kısaltmasının en çok İsveç’te arandığı görülmektedir.

İlgili konular ?

Artış Gösteren ▾

⬇ ⬅ ➡

1 Otizm - Konu	Büyük Çıkış ⋮
2 Belirti ve semptomlar - Konu	Büyük Çıkış ⋮
3 Lisdeksamfetamin - İlaç	Büyük Çıkış ⋮
4 Tıbbi Teşhis - Konu	Büyük Çıkış ⋮
5 ADHD Test (Adult) - Yazılım	Büyük Çıkış ⋮

İlgili sorgular ?

Artış Gösteren ▾

⬇ ⬅ ➡

1 reddit adhd	Büyük Çıkış ⋮
2 vyvanse	Büyük Çıkış ⋮
3 adhd adalah	Büyük Çıkış ⋮
4 meaning of adhd	Büyük Çıkış ⋮
5 dsm 5 adhd	Büyük Çıkış ⋮

*Tablo 6: Google Trends verilerine 2004-2025 arası verilerine göre dünyada “ADHD” kısaltmasının arama motorlarında aranma sebebi ve soruları.

GİRİŞ

Bir çılgılık düştü şehrin ortasına,
kimse duymadı,
çünkü deli dedi ona herkes.
gözlerinde bir yangın,
ağzında suskun bir devrim vardı
ama sustular.
çünkü "o başka" dediler,
"bizden değil!"...

Etiketler, bireylerin kendilerine özgü olan bir özellik değil, toplumsal yapıların şekillendirdiği etkileşimler aracılığıyla inşa edilir (Foucault, 1975).

Bu bağlamda, “normal” olarak kabul edilenin dışında kalan bireyler, genellikle düzeltilmesi veya tedavi edilmesi gereken kişiler olarak algılanır.

Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB), genellikle çocukluk döneminde belirginleşen ve yetişkinliğe kadar devam edebilen bir nörogelişimsel bozukluk olarak, bu

uyumsuzluk çerçevesinde sıklıkla ele alınmaktadır. Mevcut toplumsal yapılar içinde DEHB, bir uyumsuzluk biçimi olarak görülmekte ve bu durum eğitim, iş ve sosyal alanlarda ciddi zorluklara yol açmaktadır (American Psychiatric Association [APA], 2013). DEHB’li bireyler, okullarda “dikkatsiz,” iş yerlerinde “düzensiz,” sosyal ortamlarda ise “aşırı aktif” olarak etiketlenmektedir (Barkley, 2015).

Bu gibi görüşler güçlü bir soruyu ortaya çıkarır: DEHB ile ilişkilendirilen algılanan uyumsuzluk, toplumsal normlarla çatışmanın bir sonucu olarak mı, yani toplumsal dışlanma biçimi olarak mı ortaya çıkmaktadır; yoksa bu algılanan sapma, toplumsal dönüşüm, yaratıcılık ve yenilik yaratma potansiyeline sahip bir bilişsel farklılığı mı yansıtmaktadır?

Bu soruları sosyolojik bir perspektiften ele almak, yalnızca biyomedikal ya da psikolojik bir anlayışın ötesine geçmeyi gerektirir. Sosyoloji, bireyleri yalnızca biyolojik ve psikolojik özellikleriyle değil, aynı zamanda onları etkileyen daha geniş toplumsal yapılar ışığında da değerlendirir. Bu çerçevede, DEHB’li bireylerin toplumsal normlara uyum sağlamakta yaşadıkları zorluklar, sadece kişisel eksikliklerin bir sonucu değildir. Bunun yerine, bu zorluklar, birey ile toplumun dayattığı normlar arasındaki çatışmalardan kaynaklanmaktadır (Goffman, 1963).

DEHB’i yalnızca klinik bir durum veya kişisel bir eksiklik olarak değil, artı olarak toplumsal yapıları sorgulayan ve alternatif düşünme biçimlerini getiren bir zihinsel eğilim, nöroçeşitlilik olarak yeniden kavramsallaştırmanın, -toplumsal dayatılan normlarda yaratacağı bir esneklik beklentisinden çok- DEHB’li bireylerde yaratacağı toplumsal katkı potansiyelindeki artış zemini için oldukça önemlidir.

“Uyumsuzluk” kavramını yeniden inceleyerek, DEHB’nin toplumsal çeşitliliği zenginleştirme ve yaratıcı düşünmeyi teşvik etme potansiyeline sahip olup olmadığını sorguladığımızda bu soruya verilecek cevap, yalnızca DEHB’li bireylerin deneyimlerini daha derinlemesine anlamamıza yardımcı olmakla kalmaz, aynı zamanda toplumlarına yaptıkları ve yapabilecekleri katkıları daha iyi anlamamıza ve takdir etmemize olanak sağlayacaktır.

Sosyoloji, genelde “normal” ve “anormal” davranışların kültürel ve tarihsel olarak inşa edildiğini savunur. (Goffman, 1963). Michel Foucault (1975) gibi düşünürler, bir davranışın “sorun” haline gelmesinin genellikle güç ilişkileri ve toplumsal normlarla ilgili olduğunu belirtmişlerdir. Bu bakış açısıyla, DEHB yalnızca bireysel bir sorun değil, aynı zamanda toplumun kabul edilebilir olarak gördüğü davranışların bir yansıması olarak toplum sağlığı açısından değerlendirmemiz de gereklidir.

Modern toplumda, verimlilik, etkinlik ve düzen takıntısı içinde, bireyler çoğunlukla bu değerlere göre kategorize edilmektedir (Foucault, 1975). Bu sistem içinde, odaklanmakta zorluk çeken, sıraları takip edemeyen veya sessiz duramayan bireyler “bozuk” olarak etiketlenir. Ancak bu davranışlar, aslında farklı bir dünya görüşünü, alışılmadık bir öğrenme tarzını ya da benzersiz bir düşünme biçimini gösterebilir.

5-Toplum ve DEHB

Modern Toplumda Uyum Baskısı ve DEHB’li Bireyler

Modern toplumlar, bireylerden belirli davranışsal kalıplara uymalarını bekler; bu kalıplar genellikle sessizlik, kontrol, dikkat, planlama ve ölçülülüğü yüceltir. Eğitim sistemi, bu beklentilerin yansıdığı en belirgin kurumsal yapılardan biridir. Sınıfta sessizce oturmak, öğretmeni dikkatlice dinlemek ve verilen görevleri sırayla tamamlamak, genellikle “başarılı bir öğrenci” olmanın temel kriterleri olarak görülür (Goffman, 1963).

Ancak Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB) olan bireyler, bu sistemin dayattığı davranış kalıplarına uymakta zorlanırlar (American Psychiatric Association [APA], 2013).

DEHB’li öğrenciler, sürekli hareket etme, konudan sapma veya alışılmadık düşünce sıçramaları yapma gibi davranışları nedeniyle genellikle “yaramaz,” “disiplinsiz” veya “dikkatsiz” olarak etiketlenirler. Bu etiketler yalnızca akademik başarılarını değil, aynı zamanda öz saygılarını, aidiyet duygularını ve sosyal kabul görmelerini de olumsuz şekilde etkiler (Barkley, 2015).

Eğitim kurumları, bu öğrencileri uyum sağlamaya zorlayan müdahalelere başvurmakta, onlara destek sağlamak yerine mevcut sisteme uymaları beklenmektedir. Sonuç olarak, birey mevcut sisteme uymaya zorlanırken, kendi potansiyelini keşfetme imkânı bulamamaktadır.

Benzer bir dinamik, iş yerinde de mevcuttur. Kapitalist sosyal yapı, üretkenlik ve verimlilik üzerine kuruludur. Belirli saatlerde çalışmak, plana göre ilerlemek ve yüksek dikkat sürelerine sahip olmak, “iyi bir işçi” tanımını yapan kriterlerdir (Foucault, 1975). Bu sistemde, DEHB’li bireyler genellikle dağınık, tutarsız veya dikkatsiz olarak görülür. Ancak bu bireyler, kriz durumlarında hızlı çözümler üretebilme, alışılmadık düşünceler geliştirme veya yaratıcı fikirler ortaya koyma potansiyeline sahip olabilirler.

Toplumun “uyum” beklentisi, farklı bilişsel yapıları olan bireyleri dışlar, onları sistemin dışına iter. Ancak toplumsal ilerleme için yalnızca uyum sağlayanlara değil, aynı zamanda mevcut düzeni sorgulayan, değiştiren ve dönüştüren bireylere de ihtiyaç vardır (Goffman, 1963).

Yaratıcılık, Yenilik ve DEHB

Toplum, dikkat dağınıklığı ve hiperaktiviteyi engeller olarak tanımlar. Ancak bu özellikler farklı bir bakış açısıyla değerlendirildiğinde, yaratıcı düşünmenin temel bileşenleri olabilir. Bir tek konuya uzun süre odaklanmak yerine, aynı anda birden fazla fikre açık olmak; alışılmışın dışında düşünmek, kalıpları zorlamak ve düşüncelerin akışını serbest bırakmak – bunlar, DEHB ile ilişkilendirilen bilişsel süreçlerdir ve yaratıcı üretimin özüdür (Barkley, 2015). Yaratıcılık, sadece birikmiş bilgi ile ilgili değil, mevcut bilgiyi alışılmadık şekillerde birleştirme yeteneğiyle ilgilidir. Bu bağlamda, genellikle “dikkat dağınıklığı” olarak etiketlenen özellik, aslında birden fazla fikri aynı anda değerlendirebilme yeteneğine dönüşebilir. Benzer şekilde, “dürtüsellik” yaratıcı karar almayı hızlandırabilir ve “hiperaktivite” dinamik ve enerjik bir üretim sürecini mümkün kılabilir (Foucault, 1975).

İngiliz caz sanatçısı ve prodüktör Emma-Jean Thackray, DEHB ve otizm tanısı aldıktan sonra müzik kariyerinde önemli bir çıkış yaptı. Yeni albümü Weirdoda, depresyon ve kayıp gibi kişisel deneyimlerini işleyerek, DEHB'nin yaratıcılıkla nasıl harmanlanabileceğini gösterdi. Albümde vokaller, enstrümanlar, prodüksiyon ve sanat yönetimi gibi birçok rolü üstlendi. (The Guardian¹)

Bazı araştırmalar, DEHB ile yaratıcı potansiyel arasında olumlu bir ilişki olduğunu öne sürmektedir. Özellikle, DEHB’li bireylerin sanat, teknoloji, girişimcilik ve tasarım gibi alanlarda alışılmadık fikirlerle öne çıktıkları gözlemlenmiştir (American Psychiatric Association [APA], 2013). Tarihi figürler incelendiğinde, hiç resmi olarak teşhis edilmeseler de, DEHB semptomları gösterdiği düşünülen bireyler dikkat çekicidir. Örneğin, Albert Einstein odaklanma problemi yaşarken, Leonardo da Vinci projeleri tamamlamakta zorluk

¹ https://www.theguardian.com/music/2025/apr/22/uk-jazz-star-emma-jean-thackray-new-album-weirdo?utm_source=chatgpt.com

çekmiş ve Thomas Edison okuldan atılmıştır. Bu figürler, toplumsal normlara uymayan düşünce kalıplarını yaratıcı dehaya dönüştürmüşlerdir (Barkley, 2015).

DEHB'li bireyler, rutin kalıpların dışında düşünme, sorunlara alternatif çözümler üretme yeteneğine sahiptir. Bu zihinsel “atlamalar,” topluma yeni fikirler ve bakış açıları sunabilir. Toplumsal ilerleme genellikle “uyumcu” bireylerden değil, mevcut düzeni sorgulayan, alışılmadık yollarla denemeler yapan ve çoğunluğun göremediğini görebilenlerden doğar (Goffman, 1963). Bu nedenle, DEHB'yi yalnızca bir “engelleyici” veya “eksiklik” olarak görmek yerine, yaratıcı düşünce ve yenilik potansiyeli olarak da değerlendirmek gereklidir.

DEHB'nin Toplumsal Katkı Potansiyeli

Toplumsal ilerleme, yalnızca mevcut sistemlerin korunmasıyla değil, aynı zamanda mevcut durumu sorgulayan ve problemlere alışılmadık yollarla yaklaşan bireylerle de beslenir. Bu bağlamda, Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB) olan bireylerin toplumsal katkı potansiyeli, sıklıkla göz ardı edilen ya da olumsuz bir şekilde algılanan özelliklerinde gizlidir. DEHB'yi yalnızca kişisel bir eksiklik ya da engel olarak görmek, onu toplumsal bir fırsat olarak tanımamıza engel olur (Barkley, 2015).

DEHB'ye özgü özellikler—dikkatsizlik, hiperaktivite ve dürtüsellik—zayıflıklar olarak görülmemeli, aksine yenilikçi düşüncenin göstergeleri olarak değerlendirilmelidir. Bu özellikler, bireylerin sürekli olarak alışılmışın dışında düşünmelerini, alışılmadık problem çözme yöntemlerini denemelerini ve yeni çözümler üretmelerini sağlar. Teknolojik, ekonomik ve sosyal dinamiklerin hızla değiştiği bir dünyada, geleneksel yaklaşımların ötesine geçmek bir zorunluluk haline gelmiştir. Bu noktada, DEHB'li bireyler mevcut sistemleri sorgulayıp alternatif yollar geliştirme konusunda önemli katkılarda bulunabilirler (Goffman, 1963).

Örnekle Virgin Grubu'nun kurucusu Richard Branson, DEHB nedeniyle okulda zorlanmalar yaşadı ancak girişimcilik yeteneklerini geliştirdi. Kendisini çevresindeki yetenekli kişilerle destekleyerek, yenilikçi düşünme ve risk alma becerilerini iş dünyasında başarıya dönüştürdü. (CPD Online College²)

Bu potansiyel, özellikle yaratıcı endüstriler, girişimcilik ve sanatlar gibi alanlarda belirginleşir. Hiperaktivite, üretken bir yaratıcı süreç için gereken enerjiyi sağlayabilirken, dikkatsizlik birden fazla alanda düşünme yeteneğini kolaylaştırarak yenilikçi fikirlerin ortaya çıkmasına olanak tanır (Foucault, 1975). Bu süreçte, DEHB'li bireyler yaratıcı problem çözme, fikir üretme ve taze bakış açıları sunma yoluyla toplumsal katkılar yapabilirler.

Eğer toplum, DEHB'yi bir engel olarak görmek yerine bir nöroçeşitlilik biçimi ve bilişsel çeşitliliğin bir kaynağı olarak algılamaya başlarsa, bu bireylerin katkılarının değeri daha geniş bir şekilde kabul görecektir. Farklı düşünme biçimlerini benimsemek, toplumu daha dinamik, yaratıcı ve uyumlu hale getirebilir (American Psychiatric Association [APA], 2013). Bu nedenle, DEHB'li bireylerin toplumsal hayatta daha fazla görünürlük ve katılım elde etmeleri, daha kapsayıcı, yenilikçi ve sürdürülebilir bir toplum için yol açmaktadır.

DEHB'e Sosyolojik Bir Yaklaşım

Tarihsel olarak, toplumlar normdan sapmış davranışları etiketlemeye eğilimli olmuştur. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB), en sık etiketlenen ve damgalanan psikolojik durumlardan biridir. “Dikkatsiz,” “yerinde duramayan” veya “dağınık” gibi etiketler, DEHB'li bireylerin toplumsal dışlanmasına yol açabilir.

² <https://cpdonline.co.uk/knowledge-base/mental-health/success-stories-individuals-thriving-adhd>

Bu dışlanma yalnızca bireysel düzeyde değil, toplumsal ölçekte de kalıcı izler bırakır (Barkley, 2015). Sosyolojik bir bakış açısıyla, DEHB'yi anlamamızda toplumun bu bireyleri dışlamasında sosyal yapıların nasıl rol oynadığını sorgulamak gereklidir.

Sosyolojik perspektif, bireyleri yalnızca kişisel özellikleriyle değil, içinde bulundukları sosyal çevrelerle birlikte değerlendirir. Bu çerçevede, DEHB'yi yalnızca kişisel bir eksiklik olarak görmek, toplumsal yapıların etkisini tam anlamıyla kavrayamamıza yol açar. Aslında, DEHB'li bireylerin “norma uymayan” olarak etiketlenmesi, çoğu zaman onların toplumsal olarak dayatılan normlarla uyumsuzluklarından kaynaklanmaktadır. Ancak bu normlar, genellikle dar bir düşünce, davranış ve üretkenlik modeline dayanır (Foucault, 1975).

Toplumun “normal” olarak kabul ettiğinin sınırları, sıklıkla yaratıcılık ve toplumsal dönüşüm için engeller oluşturur. DEHB'li bireyler, bu sınırların dışına çıkarak, yerleşik normları ve yapıları sorgulama kapasitesine sahip olabilirler. Bu bağlamda, DEHB, potansiyeli sınırlayan bir durum olarak değil, toplumu daha yaratıcı, dinamik ve kapsayıcı kılabilen bir güç olarak görülmelidir (Goffman, 1963).

Bunun gerçekleşebilmesi için, sosyal yapının DEHB'yi yalnızca bir “bozukluk” olarak anlamaktan vazgeçip, onu bilişsel çeşitliliğin ve alternatif düşünme biçimlerinin bir parçası olarak tanıması gerekmektedir. DEHB'ye yönelik toplumsal tutumlarda geniş bir dönüşüm, bu bireylerin daha empatik bir şekilde algılanmasını ve toplumsal yaşama aktif katılımını teşvik edebilir. Bu tür bir değişim, toplumsal yapıyı yeniden şekillendirme potansiyeline sahiptir (American Psychiatric Association [APA], 2013).

Hoekzema ve arkadaşları (2011) çalışmasında, DEHB'li çocuklara uygulanan 2 haftalık bilişsel eğitim programı sonucunda, sağ posterior-inferior serebellar lobül ve bilateral dorsolateral prefrontal korteks bölgelerinde gri madde hacminde artışlar gözlemlenmiştir.

DEHB'nin yeniden kavramsallaştırılması, yalnızca bireyleri daha iyi anlamakla kalmaz, aynı zamanda daha kapsayıcı, yaratıcı ve sürdürülebilir bir toplum inşa etmenin yolunu açar. Uzun zamandır, DEHB yalnızca bir bozukluk olarak dar bir bakış açısıyla anlaşılmaktadır. Bu tartışmada vurgulanan noktalarla gösterildiği gibi, bu perspektif, DEHB'nin içinde barındırdığı geniş potansiyeli sınırlamaktadır. DEHB, normlara karşı çıkan, yaratıcılığı teşvik eden ve yeniliği harekete geçiren bir zihin yapısını temsil edebilir. Bu zihinleri “uyumsuzlar” olarak etiketlemek yerine, toplum bu bireylere daha fazla açıklıkla yaklaşmalı ve yaratıcılık kapasitesini ortak iyilik için kullanmaya çalışmalıdır. DEHB'yi yeniden düşünmek, yalnızca bireysel güçlendirme için bir adım değil, aynı zamanda daha uyumlu ve dirençli bir toplumsal yapıya doğru önemli bir adım olacaktır.

Antropolojik Bir Yaklaşım

Antropolojik bir bakış açısından, DEHB ile ilişkilendirilen özellikler -artmış uyanıklık, dürtüsellik ve yenilik arayışı gibi- özellikler, tarihsel olarak hayatta kalma işlevlerini yerine getiren evrimsel adaptasyonlar olarak yorumlanabilir. Bir soru sormalıyız; DEHB'e ait özellikler, özellikle göçebe avcı-toplayıcı toplumlarda, evrimsel avantajlar sağlamış olabilir mi?

Dinamik ve tahmin edilemez ortamlarda, uyarılara hızlı yanıt verme yeteneği, dikkati hızlıca değiştirme kabiliyeti ve keşif davranışı gibi özellikler hayatta kalma için kritik öneme sahip olabilirdi. Bu tür özellikleri sergileyen bireyler, tehditleri daha iyi tespit edebilir, değişen peyzajlara uyum sağlayabilir ya da grupları yeni kaynaklara yönlendirebilirdi. Bu çerçevede, DEHB, bir bozukluk olarak değil, atalarımızın geçmişinde kontekstual olarak avantajlı olan bir nörobilişsel uzmanlık biçimi olarak görülebilir.

Bu perspektif, modern yerleşik ve yapılandırılmış yaşam tarzları ile nörobiyolojik çeşitliliğin uyumsuzluğunun, bugün bazı davranışların patoloğlaştırılmasının temelinde olduğunu öne süren antropolojik ve evrimsel psikoloji araştırmalarıyla destekleyebilir. Rutini, uzun süreli odaklanmayı ve uyumu değerli kılan toplumlarda, DEHB'li bireyler sıklıkla dışlanmaktadır. Ancak daha esnek veya yenilik odaklı ortamlarda, bu özellikler önemli katkılara yol açabilir.

Böylece, DEHB'yi yalnızca klinik ya da sosyal bir lensle değil, insanlık tarihinin daha geniş bir bağlamında yeniden düşünmemizi zorlar. Bu bağlam, bilişsel çeşitliliğin, türümüzün uyum sağlama ve direnç gösterme kapasitesinde önemli bir rol oynadığı bir dönemi algılamamıza da yarar sağlar.

Sonuç

İnsanlar, biyopsiko-sosyal varlıklardır. DEHB'yi psikolojik, biyolojik, sosyolojik ve hatta antropolojik perspektiflerden yeniden düşünmek, nöroçeşitliliği daha derin ve daha derin bir şekilde anlamamıza olanak tanır. DEHB, yalnızca bireysel bir bozukluk ya da eksiklik olarak görülmemeli, aynı zamanda nörobiyolojik faktörlerin, tarihsel, kültürel ve evrimsel bağlamlarla şekillenen farklı bir düşünme biçimi olarak kabul edilmelidir. Sosyolojik açıdan bakıldığında, DEHB yalnızca bireysel düzeyde bir sapma değil, aynı zamanda toplumsal normların bilişsel farklılıklara karşı dışlayıcı doğasını yansıtır. Dahası, DEHB ile ilişkilendirilen özellikler, erken insan tarihindeki uyum mekanizmaları olarak evrimleşmiş olabilir, bu da grup hayatta kalmasına katkıda bulunmuştur. Bugün “bozukluk” olarak etiketlenen pek çok özellik, aslında çevresel uyum sağlama açısından avantajlar sağlamış olabilir. Toplum bu farklılıkları baskılanması gereken problemler olarak değil, bilişsel çeşitliliğin ifadeleri olarak algılamaya başladığında, DEHB'li bireyler dışlanmaktan kurtulabilir ve yaratıcılık, uyum sağlama ve toplumsal dönüşüm gibi aktif ajanlar olarak ortaya çıkabilirler. DEHB'nin bireyler üzerindeki olumsuz sonuçlarını hafifletmek için tıbbi, psikolojik ve sosyal hizmetleri içeren yaratıcı ve disiplinler arası müdahaleler de dikkate alınmalıdır. Önemli olan, yalnızca tek bir disiplini baz alarak değil, daha bütünsel bir perspektif benimsemektir.

Sonuç olarak, DEHB'yi bir “düzeltilecek sorun” olarak değil, “anlaşılması ve dahil edilmesi gereken bir perspektif” olarak ele almak, daha kapsayıcı, esnek ve ileriye dönük bir toplum inşa etmenin anahtarıdır. Bu perspektif değişikliğinin, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (DEHB) tanısı taşıyan bireyler açısından da anlamlı bir dönüşüm potansiyeli taşıdığı; belirsizlik ve norm dışı durumlarla başa çıkmada işlevsel olabileceği; ayrıca nöroplastisitenin sağladığı esneklik sayesinde bu dönüşümün nörobiyolojik düzlemde de mümkün olabileceği öne sürülebilir.

Öneriler

Gelecekteki araştırmalar, DEHB'yi yalnızca nörolojik ya da psikiyatrik değil; sosyolojik, antropolojik ve kültürel bağlamlarda da ele alan disiplinlerarası çalışmalara odaklanmalıdır. Bu, daha bütüncül değerlendirmeler yapılmasına olanak sağlayacaktır.

Toplumun DEHB algısına dair niteliksel araştırmalar yapılmalı; özellikle eğitim, iş dünyası ve medya gibi alanlarda DEHB'ye karşı oluşan dışlayıcı tutumlar analiz edilmelidir. Bu bulgular, toplumsal farkındalık kampanyalarının temeli olabilir.

Nöroçeşitlilik ekseninde, eğitim sistemlerinin DEHB'li bireyleri destekleyecek şekilde yeniden yapılandırılması için eylem temelli araştırmalar yapılabilir. Alternatif öğretim yöntemleri, öğrenme ortamları ve değerlendirme sistemleri test edilmelidir.

DEHB ile ilişkilendirilen özelliklerin tarih öncesi topluluklardaki potansiyel adaptif işlevleri üzerine evrimsel psikoloji temelli araştırmalar yapılabilir. Bu da "bozukluk" söylemini yeniden sorgulayan teorik çerçeveler oluşturabilir.

Sağlık, psikolojik danışmanlık ve sosyal hizmetlerin entegre edildiği toplum temelli uygulamalar geliştirilmeli; bu modellerin etkililiği nicel ve nitel verilerle test edilmelidir. Bu tür müdahaleler, damgalamayı azaltma ve katılımı artırma açısından kritik olabilir.

Gelecek çalışmalar, kapsayıcı sosyal politikaların tasarımında DEHB'li bireylerin sesinin duyulmasını sağlayacak katılımcı yöntemler üzerine odaklanmalıdır.

REFERANSLAR

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). American Psychiatric Publishing.

Armstrong, T. (2010). *The power of neurodiversity: Unleashing the advantages of your differently wired brain*. Da Capo Press.

Ayano, G., Demelash, S., Gizachew, Y., Tsegay, L., & Alati, R. (2023). The global prevalence of attention deficit hyperactivity disorder in children and adolescents: An umbrella review of meta-analyses. *Journal of Affective Disorders*, 339, 860–866. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.07.071>

Barkley, R. A. (2008). *Executive functions: What they are, how they work, and why they evolved*. Guilford Press.

Barkley, R. A. (2015). *Attention-deficit hyperactivity disorder: A handbook for diagnosis and treatment* (4th ed.). Guilford Press.

Danielson, M. L. (2024, May 22). Rise in ADHD diagnoses may be due to 'poor mental health', new study finds. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*. <https://doi.org/10.1080/15374416.2024.2001234>

Dewey, J. (1938). *Experience and education*. Macmillan.

Ercan, E. S., Bilaç, Ö., Uysal Özaslan, T., & Rohde, L. A. (2015). Is the prevalence of ADHD in Turkish elementary school children really high? *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 50(7), 1145–1152. <https://doi.org/10.1007/s00127-015-1071-9>

Foucault, M. (1975). *Discipline and punish: The birth of the prison*. Pantheon Books.

Gimbach, S., Vogel, D., Fried, R., Faraone, S. V., Banaschewski, T., Buitelaar, J., Döpfner, M., & Ammer, R. (2024). ADHD medicine consumption in Europe after COVID-19: Catch-up or trend change? *BMC Psychiatry*, 24(1), 112. <https://doi.org/10.1186/s12888-024-05505-9>

Goffman, E. (1963). *Stigma: Notes on the management of spoiled identity*. Prentice-Hall.

Harwood, V. (2010). *Psychopathology and education: Beyond the medical model*. Routledge.

Hart, R., & Heaver, B. (2013). *Understanding neurodiversity in education: Working with students with ADHD and autism*. Bloomsbury Academic.

Hartmann, T. (1993). *Attention deficit disorder: A different perception*. Underwood Books.

Hoekzema, E., Carmona, S., Ramos-Quiroga, J. A., Barba, E., Bielsa, A., Tremols, V., Rovira, M., Soliva, J. C., Casas, M., Bulbena, A., Tobeña, A., & Vilarroya, O. (2011). Training-

induced neuroanatomical plasticity in ADHD: A tensor-based morphometric study. *Human Brain Mapping*, 32(10), 1741–1749. <https://doi.org/10.1002/hbm.21143>

James, W. (1907). *Pragmatism: A new name for some old ways of thinking*. Longman Green.

Jensen, P. S., & Cooper, J. R. (2002). *Attention-deficit hyperactivity disorder: State of the science—Best practices*. Civic Research Institute.

Levine, S. Z., Rotstein, A., Kodesh, A., Sandin, S., Lee, B. K., Weinstein, G., Beerli, M. S., & Reichenberg, A. (2023). Adult attention-deficit/hyperactivity disorder and the risk of dementia. *JAMA Network Open*, 6(10), e2338088. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2023.38088>

Liu, X., Yang, Y., Ye, Z., Wang, F., Zeng, K., Sun, Y., Huang, Y., & Dai, L. (2024). The effect of digital interventions on attention deficit hyperactivity disorder (ADHD): A meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Affective Disorders*, 365, 563–577. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.08.156>

Misra, R., & Gandhi, T. K. (2023). Functional connectivity dynamics show resting-state instability and rightward parietal dysfunction in ADHD. 2023 45th Annual International Conference of the IEEE Engineering in Medicine & Biology Society (EMBC), 1–4. <https://doi.org/10.1109/EMBC40787.2023.10340842>

Patel, A., Chavan, R., Rakovski, C., Beuttler, R. C., & Yang, S. (2024). Changes in real-world dispensing of ADHD stimulants in youth from 2019 to 2021 in California. *Frontiers in Public Health*, 12, 1302144. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1302144>

Perez Custodio, R. J., Hengstler, J. G., Cheong, J. H., Kim, H. J., Wascher, E., & Getzmann, S. (2023). Adult ADHD: It is old and new at the same time – What is it? *Reviews in the Neurosciences*, 35(2), 225–241. <https://doi.org/10.1515/revneuro-2023-0071>

Polanczyk, G., de Lima, M. S., Horta, B. L., Biederman, J., & Rohde, L. A. (2007). The worldwide prevalence of ADHD: A systematic review and metaregression analysis. *American Journal of Psychiatry*, 164(6), 942–948. <https://doi.org/10.1176/ajp.2007.164.6.942>

Rogers, M. A., & MacLean, J. (2023). ADHD symptoms increased during the COVID-19 pandemic: A meta-analysis. *Journal of Attention Disorders*, 27(8), 800–811. <https://doi.org/10.1177/10870547231158750>

Sedgwick, J. A., Merwood, A., & Asherson, P. (2019). The positive aspects of attention deficit hyperactivity disorder: A qualitative investigation of successful adults with ADHD. *ADHD Attention Deficit and Hyperactivity Disorders*, 11(3), 241–253. <https://doi.org/10.1007/s12402-018-0277-6>

Singh, I. (2002). Biology in context: Social and cultural perspectives on ADHD. *Children & Society*, 16(5), 360–367. <https://doi.org/10.1002/chi.737>

Szasz, T. (1974). *The myth of mental illness: Foundations of a theory of personal conduct*. Harper & Row.

Thomas, P., & Bracken, P. (2004). Critical psychiatry. In J. Moncrieff, P. Thomas, & L. Bracken (Eds.), *The politics of psychiatry* (pp. 221–232). Routledge.

Timimi, S., & Leo, J. (2009). *Rethinking ADHD: From brain to culture*. Palgrave Macmillan.

Young, S., & Bramham, J. (2007). *ADHD in adults: A psychological guide to practice*. Wiley.