

## ABA Terapisi Çocuğunuzun Beynini Nasıl Yeniden Örgülendirir?

Otizmin sebeplerine ilişkin birçok varsayım ve iddia ortaya atılmış olsa da, dahili beyin mekanizmaları, tedavilerin etkileri ve bir “çare”nin mümkünatı ile ilgili de bir o kadar hipotez vardır. Aslında, kesin nedeni hala bilinmemekte, tabiri caizse, OSB (Otizm Spekturum Bozukluğu) alanında yapılan araştırmalar henüz gelişmektedir. Fakat yeni bulgular otizmin beyinde nasıl görüldüğüne ve tedavinin bu beyin yapılarının gösterimine nasıl etki ettiğine işaret etmiştir. Bu bağlamda, gelişimsel bozuklukları ve özellikle Otizmi kuşatan tartışmalarda yeni bir vızıltı kelime *nöroplastisite* olmuştur.

Nöroplastisite birçok yoldan tanımlanmıştır. Diğerleri “kortikal yeniden haritalandırma”, “sinapsis” ve bizi hala ne olduğu konusunda merakta bırakan ilave bir sürü yabancı görünümlü terimden bahsederken, bu tanımların bazıları çoğumuzun anlaması için temel olmuştur. Kısacası, nöroplastisite beyin tecrübe ettiklerine cevap olarak yapısını değiştirebilme yeteneğini ifade eder. Bu beyindeki nöronlar arasında çalışan ağlar olduğu anlamına gelmektedir. Deneyimler temel alınarak, bu nöron ağları bağlantılarını ve aslında fonksiyonlarını değiştirebilir ve böylece beyin kendini değiştirir. Bu çoğunlukla beyin tekrar “örgülenmesi” olarak bilinir. Daha belirgin bir biçimde, atrofi kavramı söz konusu olunca, beyin vücudun diğer parçalarından çok da farklı değildir. Kullanılmayan kaslar atrofiye eğilim gösterir. Tersine, oldukça sık kullanılan kaslar güçlenir ve hatta genişler. Son araştırmalara göre, sinyaller beyne gönderildiğinde, beyin bu sinyallerin ve meydana getirecekleri hareket ya da davranışın düzenlenmesiyle ilgili alanı genişletir(Begley,2007). Böylelikle, kullanılmayan bu bağlantılar elenirken, sinyal verilen alanlar sıklıkla nöronlar arasında güçlü bağlantılar geliştirir. Bir araştırmacının açıkladığı gibi, “beynimizin asıl yapısı farklı bölgelerin görece boyutu, aralarındaki bağlantının gücü, hatta fonksiyonları-sürdüğümüz yaşamı yansıtır. Kumsaldaki kumlar gibi, aldığımız kararların, öğrendiğimiz becerilerin, bulunduğumuz eylemlerin... ayak izlerini taşır.” (Begley, 2010,9).

Elbette, beyninizi yeniden örgülendirme yetisi herkese, her davranışa ya da, böylelikle, hayatın her yönüne uygulanabilir. Fakat beyin yeniden örgülendirilmesi pozitif alışkanlıklar ve davranışları geliştiren nöronlar arasında yeni bağlantılar kurmanın bir yolu olduğu için, negatif huylarla ilgili bu bağlantıları kapatırken, kişi otizmlili çocuklara uyguladığına ne kadar avantajlı bir kavram olabileceğini görebilir. Daha umut verici olan ise beyin bu yeniden örgülenmesi ve pozitif davranışları destekleyen yeni bağlantıların geliştirilmesinin tekrar yoluyla başarılmasıdır.

Bu yaklaşımda ayırık denemeler kavramı aslında pozitif bir davranışın sürekli tekrarlanması olduğu için, ABA Terapisi (Uygulamalı Davranış Analizi) bu örgülendirmenin desteklenmesi için mükemmel bir araçtır. *Bu sebeple ABA Terapisi Otizmlili çocuklarda beyin bağlantılarının yeniden örgülenmesinin mükemmel bir yoludur.* Bu şekilde çocuğun beyini çok sayıda olumlu sosyal davranışla ilgilenmesi, akademik beceriler geliştirmesi ve günlük hayatta serbestliğin desteklenmesi için yeniden eğitilip yapılandırılabilir. Elbette erken müdahale, daha küçük yaşlar beyin gelişimini değiştirmek ve yeniden programlamak için optimal görüldüğü için kritiktir.

Bu bulguların ve ABA Terapisinin beyin değişimini desteklediği yöntemin bir sonucu olarak, OSB tanısı konan çocuklar aslında gelişimsel olarak engelli olmayan yaşlılarıyla benzer becerileri öğrenmeyi başarabilir. Elbette, sonuçlar bazı durumlarda sıklıkla büyük ve hatta harika olsa da, iyileşme süreciyle bir çarenin keşfi arasındaki ayrımı yapmak her zaman önemlidir. Bu günlerde, Otizm için hala bilinen bir çare yoktur ve ABA da bunlardan biri

olarak-beyindeki yolları artış gösteren öğrenme ve pozitif davranışların edinilmesi için tekrar örgünlendirmedeki yetisine rağmen- nitelendirilemez. Fakat OSB'li çocuklara sunduğu, diğer türlü çok zorlu bir yer olacak dünyada büyük başarılarla öncülük edebilecek iyileşme hissine adapte olmak ve bunu deneyimlemek için bir fırsattır.

Beyindeki bağlantıların Otizmde ya da birçok yaşam becerisi kapasitelerinde faydalanmak için nasıl örgülenebileceği hakkında daha fazla okumak isteyenlere, aşağıdaki yazın listesi başlangıç noktası olarak mükemmel kaynaklar sağlar. Bu makaledeki bilgilerin çoğu bu materyallerde sunulmuştur ve benzer konular daha geniş detayıyla ve soruşturma yapan ebeveynler, hatta öğrenmede istekli kişiler için anlaşılır bir dille bulunmaktadır.

#### **Kaynaklar ve Daha Fazla Okuma:**

Arden, J. (2010). *Rewire Your Brain: Think Your Way to a Better Life*. New York: Joh Wiley and Sons.

Begley, Sharon (2007). "How the Brain Rewires Itself". In Jeffrey Kluger, *The New Map of the Brain*.

Doidge, N. (2007). *The Brain that Changes Itself: Stories of Personal Triumph from the Frontiers of Brain Science*. New York: Viking.

#### **Yazar hakkında;**

*Nickie Knight*

*Nickie Knight otizimli, asperger sendromlu ve diğer otizm spektrum bozukluğu bulunan çocukların ailelerine yenilikçi bir danışmanlık uygulaması olan "Pure Autism Solutions"ın kurucusudur. Ailelerin otizm için değişik tedavi seçeneklerini denemesinde ve glutensiz ya da alerjiyle ilgili diyet planlarının uygulanmasına yardım etmede uzmandır. Uzmanlığı evden toksinleri atma sürecini kolaylaştırmaktır, böylelikle ebeveynler kendileri ve çocukları için daha sağlıklı bir dünya oluşturma görevinde zorluk yaşamazlar.*

#### **Çeviri;**

*Merve Turan*