

MADDE BAĞIMLILIĞI

AİLE EĞİTİMİ



ANKARA İL MİLLÎ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ
ÖZEL EĞİTİM ve REHBERLİK ŞUBESİ

MADDE BAĞIMLILIĞI NEDİR?

Vücutun bir ya da birden çok işlevini olumsuz yönde etkileyen maddelerin kullanılması, bundan dolayı zarar görüldüğü hâlde bu maddelerin kullanımının bırakılamaması.

ANA HATLARIYLA BİR BAĞIMLININ YAŞADIKLARI...

- **Her durum ve koşulda maddeyi almak için engellenemeyen bir arzu ve istek duyar.**
- **Madde kullanımına ara verdiğinde yoksunluk belirtileri yaşar.**
- **Zamanla madde kullanımını ve dozunu arttırır.**
- **Zamanının büyük bir dilimini madde arayarak geçirir.**

BAĞIMLILIK YAPICI MADDELER NELERDİR?

- **Çeşitli uyuşturucular**
- **Uyarıcı ve hayal gördüren maddeler**
- **Sigara**
- **Alkollü içecekler**
- **Reçete ile alınması gerektiği hâlde doktor kontrolü dışında kullanılan ilaçlar**
- **Bazı yapıştırıcılar, tiner ve çakmak gazı gibi uçucu maddeler**

BAĞIMLILIK YAPAN MADDELER

- Sigara
- Esrar
- Bonzai
- Eroin
- Kokain
- Kafein
- Alkol
- Uçucu maddeler
- Ecstasy
- Morfin
- Akineton vb. bazı ilaçlar
- Bazı mantarlar
- LSD

BONZAI NEDİR?

- Dream (Rüya), Bombay Blue (Bombey Mavisi)
- İlk kez 2002'de Almanya, İspanya, Rusya ve Avustralya gibi ülkelerde rastlanıldı.
- Bir çok kimyasal madde ihtiva ediyor fakat şu ana kadar iki maddesi tespit edilebilmiştir.

BONZAI NEDİR?

- Maddenin içeriğindeki etken madde, benzerlerinden çok daha güçlü ve hızlı bağımlılık yaratıyor.
- İçerisinde; Amerika ve Afrika'da yetişen bitkiler ve en önemli etken madde olan sentetik kannabinoid bulunmaktadır.
- Kullanıcıları, “büyük bir aptallaşma ve bazen ölüm korkusuna” neden olduğunu söylüyor.

BONZAI NEDİR?

Bonzai içeren maddelerle yapılan deneylerde;

- Kalp atışlarında şiddetli hızlanma,
- Kalp krizi hissi,
- Paranoya,
- Aşırı terleme,
- Endişe/kaygı düzeyinde ciddi artışa neden olduğu saptanmış.



UÇUCU MADDELER

- ✓ Tiner, Uhu, Bally gibi yapıştırıcılar, benzin, aseton, oje, çakmak gazı gibi maddeler uçucu madde kapsamında değerlendirilir.
- ✓ Bunlar genelde bir beze emdirilir veya bir torbaya doldurulur ve buharı içe çekilerek kullanılır.
- ✓ İlk denemede bile kanamaya bağlı ölümlere neden olabilirler.
- ✓ Bağımlılık yapıcı etkisi fazladır.
- ✓ Belirgin bir kokusu vardır ama kokusunun anlaşılmaması için bu maddeler kullanıldıktan sonra sakız çiğnenmekte veya alkol alınmaktadır.

UÇUCU MADDELER

- ✓ **Ciddi bir sarhoşluk, denge bozukluğu, yürüme güçlüğüne neden olur.**
- ✓ **Baş ağrısı, bulantı, kusma, tıkanma, boğulma ve buna bağlı olarak ani ölümler meydana getirir.**
- ✓ **Kalıcı beyin hasarları oluşturur ve öğrenme, yargılama gibi yeteneklerini bozar.**
- ✓ **Madde etkisindeki kişi agresif, öfkeli, saldırgan olur.**
- ✓ **Sanılanın aksine sadece sokak çocukları tarafından kullanılmaz, elde edilmesi kolay olduğundan kullanımı son derece yaygındır.**

Gençler Bağımlılık Yapıcı Maddeleri Neden Deniyorlar?

- Arkadaşlarına uyma
- Gruptan kopmak istememe
- Sorunlarını çözebilmek veya unutmak
- Daha iddialı olmak/görünmek isteđi

Gençler Bağımlılık Yapıcı Maddeleri Neden Deniyorlar?

- Merak
- Kendi sınırlarını aşma çabası
- Asilik
- Farklı olma dürtüsü
- Yaşanılan Sosyo-Kültürel Çevre

Gencin Madde Kullanım Davranışı Nasıl Anlaşılabilir?

Gencin Madde Kullanım Davranışı Nasıl Anlaşılabilir?

1. Kişisel Görünüm

- Dağınık bir görünüm ve yetersiz kişisel bakım,
- Temizliğe özen göstermeme ve dikkat etmeme,
- Kırmızı ya da kızarmış yanaklar, gözler ve yüz,
- Parmaklarda ya da dudaklarda is ya da yanıklar (eklemlerden aşağıya yanma),
- Kol ya da bacaklarında çeşitli izlerin varlığı (ya da bu izleri gizlemek için sıcak havada bile uzun kollu kıyafetlerle dolaşma).

Gencin Madde Kullanım Davranışı Nasıl Anlaşılabilir?

2. Sağlıkla İlgili Gözlenebilecek Durumlar

- **Burun kanaması ve burun-ağız içerisinde hastalık dışı yaralar,**
- **Soğuk algınlığı ve alerjiye bağlı olmayan burun akıntısı,**
- **Nedensiz olarak sık hastalanma durumu,**
- **Mide bulantısı ve kusmalar,**
- **Dudakların aşırı bir şekilde kurumaması ya da ıslak görünme durumu.**

Gencin Madde Kullanım Davranışı Nasıl Anlaşılabilir?

3. Kişisel Alışkanlıklar ya da Eylemler

- Dişleri sıkma,
- Giysilerde ya da nefesinde sigara kokusu ya da alışılmamış kokuların varlığı,
- Kötü kokuyu ortadan kaldırabilecek mahiyette nane şekeri ya da sakız gibi ürünlerin yoğun kullanımı,
- Ailenin kontrolü dışında sıklıkla eve geç gelme ve evden erken çıkma,
- Nakit parayı hızlı bir şekilde tüketme davranışı.

4. Davranışsal Durumla ilgili Gözlenebilecek Değişimler

- Aile bireyleri ve arkadaşlar arası ilişkilerde olumsuz süreçli değişimler,
- Duygusal durumunda değişiklikler ve duygusal istikrarsızlıklar,
- Anlamsız gülme ya da ağlama davranışları,
- Gürültülü, kötü davranışlar. Koordinasyon bozuklukları gibi dengede kalamama, tökezleme davranışları,
- Genellikle içine kapanık, sessiz, çekingen, yorgun gözükme ve uyuşuk yapıya olma.

Gencin Madde Kullanım Davranışı Nasıl Anlaşılabilir?

5. Okulla İlgili Gözlenebilecek Durumlar

- Okuldan nedensiz olarak sıklıkla kaçma davranışı,
- Ders dışı etkinliklere, sosyal ve kültürel aktivitelere karşı ilgisiz kalma,
- Okul ile ilgili sorumluluklarını yerine getirememe
- Ders notlarında beklenmeyen ani düşüş.

GENCİN MADDE KULLANIM DAVRANIŞI NASIL ANLAŞILABİLİR?

6. Ev Yaőamı ve Sosyal Çevresi ile İlgili Durumlar

- Evde bulunan ecza dolabındaki ya da aile bireylerinin kullandığı ilaçların hızlı bir şekilde azalması,
- Evde bulunan aile büyüklerine ait olan sigara paketinin hızlı bir şekilde tükenmesi,
- Evde vitrinde süs olarak duran alkol Őiőelerinin kapaklarının açılmıő olması ya da kullanılması,
- Evde bulunan değerli eőyaların kaybolması.

AİLELERE ÖNERİLER

♥ İyi Model Olun...

♥ Güçlü Aile Bađı
Kurun...



**Ona ‘’HAYIR’’ demeyi
öğretin...**

♥ Onu Dinlemeye Özen
Gösterin...

♥ **Öğüt Vermeyin, Sadece
Fikrinizi Söyleyin...**

♥ Öğrenmesine Yardımcı
Olun...

♥ Onunla Konuřmaktan Çekinmeyin...

«Kendi yaptığınız hataları da açık ifade edin ve onu neden bu durumdan koruduğunuzu açıklayın.»

♥ Yargılamayın...

♥ **Tehdit Etmeyin...**

♥ Aşırı Sorgulayıcı
Olmayın...

♥ Emir Vermeyin...

♥ Gereksiz Ahlak
Derslerinden Kaçının...

♥ Gereksiz Teşhisler
Koymayın...

♥ Sınırlarını Belirleyin...

- * Her çocuğun sınırlarını bilmeye ihtiyacı vardır.
- * Sınırlar çocuğun kapasitesini aşmamalı (yaş düzeyine uygun)
- * Koyduğunuz sınırlar açık ve anlaşılır olmalı.
- * Kuralları çocuğa ne yapmaması gerektiği kadar, ne yapması gerektiğini söylemeli.
- * Konulan kuralları uygulamada kararlı olun.
- * Sınırlar yalnız çocuk için değil, tüm aile üyeleri için geçerli olmalı.

**YAŞ
DÜZEYLERİNE
GÖRE AİLELERE
ÖNERİLER**

OKUL ÖNCESİ DÖNEM

Bu dönemde çocuklara sigara, alkol ve diğer maddeler hakkında bilgi vermek gereksizdir. Ancak bu dönemde çocukların karar verme ve sorun çözme yetenekleri geliştirilebilir.

OKUL ÖNCESİ DÖNEM

- Ona belirli zamanlar ayırın. Sizinle konuşmak istediğinde ertelemeyin ve etkili bir şekilde dinleyin.
- Beslenme konusunda, hangi gıdaların sağlıklı olduğunu, hangi gıdaların sağlıksız olduğunu öğrenmesini sağlayın.
- Vücudumuza iyi bakma düşüncesi ile tanıştırın ve sağlıklı yaşamla ilgili bilgi verin.
- Temiz havanın insan sağlığı için öneminden bahsedin.

OKUL ÖNCESİ DÖNEM

- Kırtasiye ürünlerinin, su bazlı olmasına özen gösterin.
- Diğer çocuklarla nasıl oyun oynaması gerektiğini öğretin. Oyun kuralları, oyuncak paylaşımı, doğruyu söylemek, kendisine nasıl davranılmasını istiyorsa başkalarına öyle davranması gerektiğini belirtin.
- Karar verme alışkanlığı kazandırın. Örneğin her sabah ne giyeceğine o karar versin.
- Spor ve sanatsal etkinliklere katılması için onu cesaretlendirin.

OKUL ÖNCESİ DÖNEM

- “**Hayır**” demeyi öğretin.
- Evde bulunan zehirli ve zararlı maddelerin neler olduğunu öğretin (çamaşır suyu, boya vb).
- İlaçların gereksiz yere kullanıldıkları zaman vereceği zararlardan söz edin.
- Siz izin vermediğiniz sürece ilaçların şişesini eline dahi almaması gerektiğini söyleyin.

İLKOKUL ÇAĞI...

Zihinsel ve sosyal becerinin geliştiđi dönemdir.

Birey artık çocukluktan çıkmış ve akran grubu içine daha fazla girmek istemektedir.

İLKOKUL ÇAĞI...

- Kuralları öğretmeye devam edin.
- ‘**Hayır**’ demeyi öğretin.
- Arkadaş gruplarını tanıyın.
- Arkadaşlarının aileleri ile iletişim kurmaya çalışın.
- Çocuğunuzun boş vakitlerde neler yaptığını bilin.
- Sağlıklı yaşam becerisini öğretin ve spor yapmasını teşvik edin.
- İlgisi ve yeteneklerine uygun, sosyal aktiviteler içinde olması için onu cesaretlendirin.

İLKOKUL ÇAĞI...

- Sigara ve alkolün zararlarından yaşına uygun düzeyde bahsedin.
- Reklamların satış için yapıldığını açıklayarak, her reklamın doğruyu yansıtmadığı anlatın.
- Ona zaman ayırın ve her konuda sizinle rahatça konuşabileceğini anlamasını sağlayın.
- Ona sık sık özel olduğunu ve onu sevdiğinizi söyleyin.
- Kuralları sık sık hatırlatmak yerine, sorumluluklarının neler olduğunu kendisinin söylemesini sağlayın.

ERGENLİK DÖNEMİ

Gençlik; cesaretin çekingenliğe, serüven isteğinin durağanlığa üstün geldiği dönemdir. Bu dönemde, fiziksel özellikleri değiştiği gibi, sosyal algısı da değişmektedir. Ergen için beğenilmek, onaylanmak, bir akran grubuna dahil olmak önemlidir.

ERGENLİK DÖNEMİ

- Ergenlik dönemi özelliklerini iyi tanıyın, madde bağımlılığı için dönemin riskli olduğunu ancak her ergenin madde kullanmayacağını bilin.
- Okul/sınıf içindeki grup dinamiklerine dikkat edin.
- Sorumluluk alması için destekleyin, ev içi karar alırken mutlaka kararlara katılmasını isteyin.
- Davranışlarındaki ani değişimlere karşı duyarlı olun.
- Kurallarınızda tutarlı olun.
- Spor ve diğer sosyal faaliyetlere yönlendirin.
- “Hayır” demeyi öğretmeye devam edin.

ERGENLİK DÖNEMİ

- Arkadaş baskısına karşı nasıl tepki verileceğini öğretin.
- Sorunlarının farkında olun.
- Sorunlarını çözmek için farklı yollar olduğunu öğretin.
- Bağımlılığın ömür boyu süren bir hastalık olduğunu anlatın.
- Çocuğunuzun arkadaşlarını ve onların ailelerini tanıyın ve onlarla iletişim kurmaya çalışın.
- Arkadaşlarını eve davet etmesi için ona ortam sağlamaya çalışın.

ERGENLİK DÖNEMİ

- Çocuğunuzun her konuda sizinle konuşması için, koşulsuz dinleme becerisi geliştirin.
- Maddenin, dış görünüş, sağlık ve sosyal açıdan nasıl zararlı olabileceği üzerine sohbet edin.
- Madde ve olumsuz etkileri hakkında korkularınızı değil, gerçek sonuçlarını anlatın.

BAŞVURULACAK YERLER

- **Ankara Numune Eğitim ve Araştırma Hastanesi**
- **AMATEM Kliniği-395 95 95**
- **A.Ü.Tıp Fakültesi -310 33 33**
- **Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi-202 44 44**
- **Rehberlik ve Araştırma Merkezleri**