



REHAB

Rehabilitation and Integration into Society of Drug Addicted Adults and Their Families

Madde Bağımlısı Yetişkinlerin ve Ailelerinin Rehabilitasyonu ve Topluma Yeniden Kazandırılması Projesi





BAĞIMLILIKTAN KORUNMA YOLLARI

Uzm. Psikolojik Danışman Mehmet ATASAYAR





AİLENİN GÖREVLERİ

Madde kullanımının önüne geçilmesi için aileye düşen görevler vardır. Anne baba olarak Çocuğunuzun madde bağımlısı olmasını istemiyorsanız...







Çocuğunuzla konuşmalar yapınız.









Anne babanın model olması gerekir







Ebeveynin sıkılması, moral bozukluğu madde kullanımı için neden olamaz.





Çocuklarınıza ihtiyacı olan ve harcayacağından daha fazla harçlık verilmemeli







Çocuğa sorumluluk ve hatasını görme imkanı sağlama









Boş zaman etkinlikleri





Ne zaman konuşulması gerekir?

- ➤ Sohbet Esnası
- ➤ Hatırlatma ve Uyarı









- Doğru kaynaklardan alınan bilgi
- Kısa, öz ve net mesajlar
- Çocuğa yönelik sorular
- Fikir, his ve istek üzerinde durma





 Çocukla anne – baba ayrı veya birlikte konuşulabilir

Madde kullanımı = hapse girmek,
işine son verme, ehliyete el koyma
konuşulması gerekir.







Çocukla kurulacak güçlü aile bağı







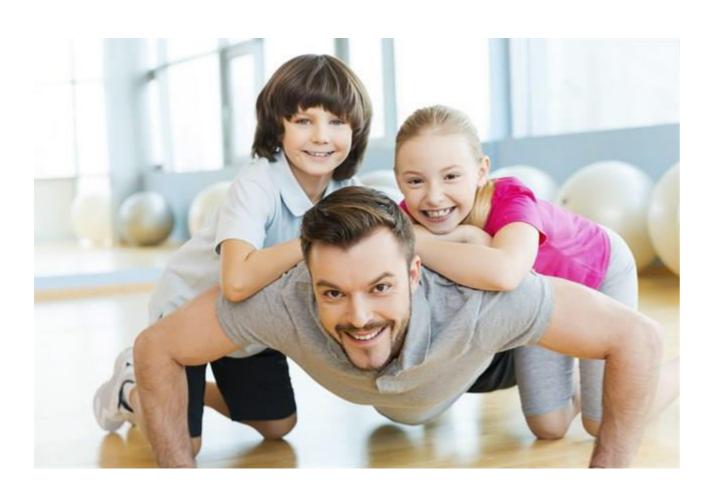
Güçlü bir aile bağları oluşturmak için neler yapılmalı?

- Düzenli sohbet
- Fikir sorma ve önemseme
- Yargılama ve sorgulama olmadan çocuğu dinleme









- Çocukla yeterli zaman
- Çocuğun sorunu ile ilgili konuşma.
- Çocuğa kendini iyi hissettirme





- Çocuğa zararlı maddeleri anlatma.
- Doğru örnek olma
- Nasıl doğru problem çözülür? Nasıl mutlu olunur?







Çocuğun Sınırları?????

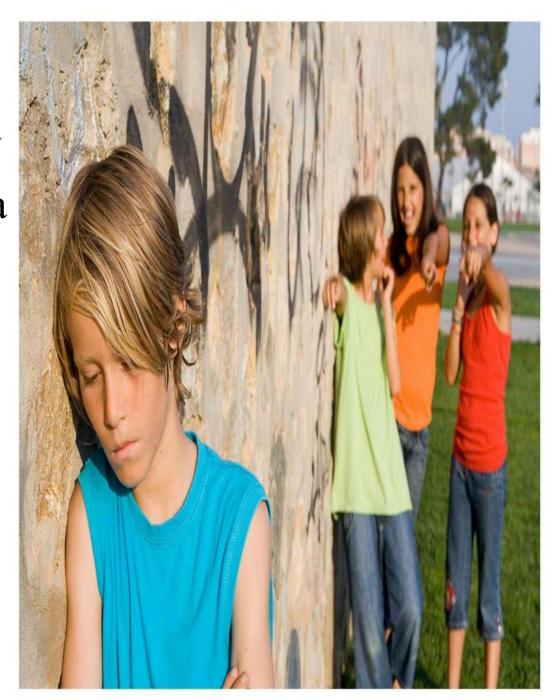
- Sınırları bilme=ihtiyaç=zorunluluk
- Yaş ve psikolojik gelişime uygunluk
- Sınırların açık net ve anlaşılır olması
- Kurallarda neler var neler yapılmalı?
- Kurallarda tutarlılık





Akran Baskısı

- Akran baskısında birey başkası ya da başkaları tarafından bir şeyi yapmaya zorlanır
- «hayır» diyebilme becerisi
- Aile içi rahat ifade etme imkanı







akran baskısı karşısında *

- Çocuğun baskı karşısında
 paylaşım yapmasını sağlama
- Davranışlarda farkındalık sağlama







akran baskısı karşısında *

- Çocuğun hayat dair plan yapmasını sağlama
- Hayır diyebilmenin erdemliliği
 - önemi







Madde Nasıl Konuşulmalı?



- ❖Gereken yer ve zamanlarda bilgi verme, soru cevap ve tartışma
- Kullanım sonuçlarını paylaşma ve bilgi verme
- ❖Gizliliğe dikkat etme
- ❖Sosyal destek mekanizmalarını güçlendirme





Risk Etkenleri

- Ailede psikopataloji ve madde kullanımı varlığı
- ☐ Çevresel yetişme tarzı
- □ Aile içi bağlanma sorunu
- Sosyal becerilerdeki yetersizlik
- Çevrenin bağımlılığı onaylaması





Koruyucu Etkenler

- Aile bağlarının pozitif ve güçlü olması
- Anne babanın çocuğuyla ilgili takip mekanizmasını iyi kullanması ve çocuğun kimlerle beraber olduğunu bilmesi
- Aile içi kuralların herkes için geçerli ve net biçimde uygulanması
- Madde kullanımı ile ilgili bilgilendirme ve bilinçlendirme doğru ve eksiksiz olması
- Ebeveyn çocuk iletişiminin sağlıklı olması





Bağımlılığı Önleme ve Koruma Çalışmaları Şekilleri

- 1. Bilgilendirme
- 2. Eğitim
- 3. Toplumsal Çalışmalar





1.BILGILENDIRME

- En sık kullanılan yöntemdir
- •Maddenin tehlikelerine karşı kişiyi uyarmak
- Madde kullanımına yönelik olumsuz bakış açısı kazandırmak
- Madde kullanımından korkmasını sağlamak.





Bunların dışında;

- Madde kullanımının etkileri ve sonuçları hakkında insanları bilgilendirmek,
- Merakı gidermek,
- Yanlış inanışları düzeltmek
- Madde kullanan insanlara karşı olumsuz tavrı gidermek amaçlarını taşır.





2. EĞİTİM

 Diğer ders içeriklerinde bilgilendirme

Sağlık eğitimi kapsamına alma







- Bireyin özgüven kazanması,
- Sosyal beceriler edinmesi,
- Karar verme ve sorun çözme becerilerinin kazandırılması



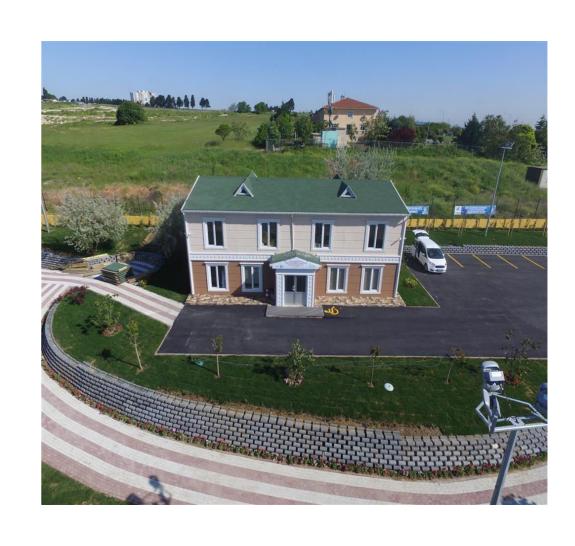




3.TOPLUMSAL ÇALIŞMALAR

Hedef kitle toplum:

- Kamuoyuna bilgilendirme
- ve eğitim
- Kamuoyunda madde
- karşıtı bir değer geliştirmek
- Danışma merkezlerinin
- kurulması







Bunların dışında;

- •Özel kuruluşların sosyal sorumluluk projelerinin desteklenmesi,
- •Sivil toplum örgütlerinin desteğinin sağlanması, yardım ve bakım hizmeti veren kurum ve kuruluşlarının oluşturulması,
- Bağımlılığın önlenmesine yönelik alternatif aktivitelerinin geliştirilmesi





Toplumsal Mücadele Programı Oluşturulurken Ulaşılması Gereken Bireyler

- •Toplumsal Liderler: Medya temsilcileri, siyasiler, spor adamları, sanatçılar
- •Yandaşlar: yaptıkları mesleği gereği bağımlılığı önleme ve koruma çalışmalarında aktivist olan bireyler (psikolojik danışman, sosyal hizmet uzmanı, doktor, avukat, öğretmen vs.)





•Gönüllüler: Bağımlılığı önleme ve korunmada fedakarlık yapacak ve mücadelede var gücüyle çalışacak bireyler her zaman gereklidir.





KAYNAKÇA

- •Duman, N. (2001). *Uçucu madde bağımlılığı* olan çocuk ve gençlere yönelik sosyal hizmet müdahalesi'. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Hizmetler Yüksekokulu Yayını.
- •Köknel, Ö. (1998). *Bağımlılık*. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi
- •Ögel, K. (2002). Bağımlılığı Önleme Anne-Babalar Öğretmenler İçin Kılavuz. İstanbul: IQ Kültür Sanat Yayıncılık.