

ŞEHİT GÖKSU ŞAFAK ŞAHİN İLKOKULU

Çocuk ve Gençlerde Madde Kullanımı



SATI AKALAN

PSİKLOJİK DANIŞMAN/AİLE DANIŞMAN

DEĞERLİ VELİLER,

Bu bültende çocuk ve ergenlerde madde kullanımını önlemek için dikkat etmemiz gereken bazı konularda bahsetmek istiyorum

Madde kullanımı ve bağımlılık sorunu ülkemizde ve dünyada yeni görülen bir sorun değildir. Bu durum uzun zamandır devam eden bir problemdir ve çocukları gençleri olumsuz yönde etkilemektedir.

Çocuk ve gençlerde madde bağımlılığında baş etmek zorunda kaldığı problemlerin sayısı hızla artmaktadır.

- Tütün Bağımlılığı,
 - Madde Bağımlılığı,
 - Teknoloji Bağımlılığı ve Oyun Bağımlılığı gibi,
- Ve maalesef, bağımlılık yaşı hızla düşmektedir.

Unutmayın ki bağımlılık tedavisi çok zor, çok uzun, çok pahalı ve yorucu bir süreçtir. Madde bağımlılığı tedavi sürecinde sadece bağımlı değil bütün aile etkilenmektedir. Bu nedenle çocuklarımızı ve gençlerimizi bağımlıktan korumak için gerekli tedbirleri önceden almalıyız.

Anne baba olarak görevimiz;

- Hiçbir madde kullanımına başlanmamasını sağlamak,
- Sağlık ve yaşam kalitesini yükseltmek,
- Madde kullanmadığı için gencin kendinden gurur duymasını sağlamak,

Ülkemizde gençler arasında yapılan çalışmalara göre;

- Yarısından fazlasının sigara deneyiminin olduğu,
- Yaşam boyu en az bir kez tütün kullanımı %16,
- Yaşam boyu en az bir kez alkol kullanımı %35-45
- Esrar kullanımı %4,
- Uçucu madde kullanımı %4,
- Ekstazi kullanımı %%2-2,5 oranları verilmiştir.

Çocuk ve gençlerde madde bağımlılığının en belirgin başlama sebebi;

- *Merak*
- *Arkadaş baskısı ve arkadaş gruplarına dahil olma isteği*
- *Mutsuz ve Güvensiz Ev Ortamı*
- *Biyolojik ve sosyal değişikliğin yarattığı gerilim (ergenlik , göç gibi)*
- *Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu (DEHB), karşı gelme bozukluğu (KGB), davranım bozukluğu (DB),*
- *Depresyon ve anksiyete bozuklukları.*
- *Akademik Başarısızlık*

Arkadaşları madde kullanan çocuk ve gençlerin madde bağımlısı olma ihtimali oldukça yüksektir.

Çocuk Ve Gençlerde Madde Bağımlılığı Belirtileri

- *Uyku ve uyusukluk hali,*
- *Ruhsal değişiklikler,*
- *Hafıza kaybı, halüsinasyonlar,*
- *Hobilerde ilgi eksikliği,*
- *Geç saatlere kadar uyanık kalma,*
- *Okul başarısında düşüş,*
- *Yalan söyleme, hırsızlık*
- *Şifreli ve gizli konuşmalar.*
- *Çabuk öfkelenme,*
- *İsyankârlık, içine kapanıklık*

Aileler tarafından yukarıdaki belirtilerin altında yatan sebepler araştırılmalıdır.

Ailelerin çocuk ve gençlerde madde bağımlılığını engellemek için yapması gerekenler;

- **Çocukları sevgi ve şefkatle büyütmek,**
- **Bebeklikten yetişkinliğe kadar kararlı, tutarlı ve adaletli disiplin vermek,**
- **Çocukların düşüncelerini ve hislerini ifade etmesine fırsat vermek,**
- **Çocuk ve gençler için İstikrarlı, mutlu ve güvenli bir aile atmosferi oluşturmak**
- **Arkadaş çevrelerini yakından izlemek,**
- **Spor, edebiyat, gönüllü kuruluşlarda çalışma hobileri edindirmek.**

Aileler, ergenlik ve gençlik yıllarının, özellikle arkadaş davranışlarından etkilenmeye çok açık hassas bir dönem olduğunun bilincinde olarak, gençlerin kişisel gelişimlerini ve bireysel yeteneklerini güçlendirmelerini teşvik ederek, akranlarından gelecek olumsuz baskılara karşı dirençlerini arttırmalıdırlar.