



MADDE BAĞIMLILIĞI

ÖĞRETMEN BROŞÜRÜ

Bağımlılık; bir maddenin vücuda alınmasıyla, artarak devam eden kullanma isteği, bırakmak istenmesine rağmen bırakamama ve kontrolünü kaybetme durumudur.

Bağımlılığa neden olan maddeler şöyle sıralanabilir:

Tütün, alkol, uyuşturucu maddeler, uyarı ve halüsinatif etki yaratan maddeler, bazı yapıştırıcılar, çakmak gazı ve tiner gibi uçucu maddeler.



Çok kısa süre içinde bedensel, ruhsal ve sosyal bozulmalara yol açan madde bağımlılığı; ergenlik döneminde gözlenebilecek en büyük sorunlardan biridir.

Risk faktörleri, madde bağımlılığına neden olabilecek davranış ve yaşam koşullarıdır.

MADDE BAĞIMLILIĞINDA RİSK FAKTÖRLERİ

- Olumsuz ebeveyn tutumları
- Ebeveyn çocuk arasındaki iletişim ve sevgi eksikliği
- Sosyal becerilerin zayıf olması/ Kendini ifade etmede güçlük çekme
- Olumsuz davranışlar sergileyen bireylerle arkadaşlık
- Akademik başarısızlık
- Okul, aile ve çevrede madde kullanımının yaygınlığı/ normalleştirilmesi

*** Bağımlı olan kişiler, madde kullanımına ara verdiğinde **'yoksunluk belirtileri'** gözlenebilir. Okul döneminde öğretmenler olarak bireyin verdiği bu işaretlere açık olmak durumundayız.



MADDE BAĞIMLILIĞININ BELİRTİLERİ

- Ani ruhsal ve davranışsal değişimler
- Odaklanmada güçlük
- Kişilerarası ilişkilerde zayıflama/kopma
- Huzursuz ve gergin beden dili
- Olumsuz davranışlarda artış
- Ruh halinde dalgalanmalar
- Yoksunluk belirtileri (Ellerde titreme, terleme nöbetleri, vücut koordinasyonunda güçlük vb.)
- Fiziksel olarak kötüleşme (Solgun ve problemlili cilt)

*** Belirtilen özelliklerden bazıları ergenlik döneminin karakteristik özellikleri de olduğundan dolayı bu dönemde **öğretmen- veli gözlem ve iletişimi** daha büyük önem kazanmaktadır.



Madde bağımlılığı tedavi edilebilmektedir. Ancak birey bağımlı hale gelmeden önce bağımlılığı önleme çalışmalarını sürdürmek daha doğru olacaktır.

MADDE BAĞIMLILIĞINI ÖNLEMEDE ÖĞRETMENE DÜŞEN GÖREVLER

- Öğrencilerle belli periyotlarla bireysel görüşmeler yaparak karşılıklı güven ilişkisini sağlayabilirsiniz.
- Okula adapte olmada güçlük çeken öğrenci ve grupları tespit ederek, uygun etkinlikler ile okula ve topluma aidiyet duygusunu güçlendirebilirsiniz. Şunu unutmamak gerekir ki bir yere ait olan ve güvende hisseden, kabul edildiğini gören birey yanlış alışkanlıklara daha az yönelim gösterir.
- Madde bağımlılığından korunmanın önemi ve farkındalık oluşturmak amacıyla okul panosu hazırlayabilir, tartışma etkinliği vb düzenleyebilirsiniz.

- Sorunlarla baş etmede daha yapıcı yollar seçmesi için onları cesaretlendirebilir, gerektiğinde okul rehber öğretmeninden destek alabilirsiniz.
- Spor ve diğer aktivitelere yönlendirebilirsiniz.
- Eğitim öğretim yılı içerisinde her öğrencinin çeşitli etkinliklerde görev ve sorumluluk almasını sağlayabilirsiniz.
- “Hayır” deme becerisi kazandırmak amacıyla, gözlemlerinizi okul rehber öğretmeniyle paylaşabilir ve rehberlik servisi işbirliği ile kişisel sınırlarımız ile ilgili etkinlikler planlayabilirsiniz.

FEYZA SALI

Okul Psikolojik Danışmanı