

MADDE BAĞIMLILIĞI



Veli Broşürü



Madde Bağımlılığı Nedir?

Vücuda birçok yönden zarar verdiği bilinen maddelerin kullanılmaya devam edilmesi ve bırakılmamasıdır.

Madde bağımlılığının gelişim seyri;

İlk Kullanım > Artan Kullanım İhtiyacı (Toleransın Artması) > Bağımlılık

**** Maddeyi denemenin bağımlılığın ilk adımı olduğu unutulmamalıdır.**

Bağımlılık Belirtileri Nelerdir?

**Fiziksel Belirtiler

- Ani kilo kaybı
- Kusma/iştahsızlık
- Gözlerde kızarıklık/Göz bebeklerinde büyüme
- Özbakımı ihmal etme
- Koordinasyon ve dengede bozukluk
- Kaygılı ve stresli görünüm
- Vücut ve ellerde istemdişi titreme

**Psikolojik Belirtiler

- Ani ve yersiz öfke patlamaları
- Odaklanma güçlükleri
- Ani duygudurum değişiklikleri
- Kişilikte ani değişimler
- İçekapanma

**Davranışsal Belirtiler

- Göz kontağı kurmaktan çekinme
- Arkadaş gruplarında ve zaman geçirdiği mekanlardaki değişiklikler
- Okula ilgisizlik
- Davranış sorunlarının artması (Karşı gelme, saldırganlık, arkadaş ve öğretmen şikayetleri vb.)
- Göz damlası gibi maddeleri taşıma(Kızarıklığı gidermek için)
- Ani ortaya çıkan aşırı hareketlilik

**** Bazı özelliklerin 'Ergenliğe Bağlı da Oluşabileceği' göz önünde bulundurulmalı; bu değişikliklerin sebebi iyi bir şekilde gözlenmelidir.**



ANNE VE BABALARA ÖNERİLER



- Çocuklarınızı dinleyin, onlarla vakit geçirin.
- Çocuğunuzun verdiği mesajlara dikkat edin. (Yeni arkadaş isimleri, kullandığı kelimelerde ve ruh halindeki anormal değişiklikler vb.)
- Maddeyi tanıtan, özendiren çoğunlukla 'yakın arkadaşdır'. Bu nedenler çocuğunuzun yakın arkadaşlarını tanıyın, evinize davet edin, paylaşım alanları yaratın.
- İlgilendikleri alanları gözlemleyin, gerekirse öğretmenlerinden destek alın ve gerekli alanlara yönlendirilmesini sağlayın.

- Çocuklarınızın zamanı nasıl değerlendirdiğini, gün içinde hangi aktivitelerde bulunduğunu takip edin.
- Anne baba olarak "birlikte" hareket edin. Birbirinizle tutarlı tepki ve düzenlemelerde bulunun.
- Stres faktörleriyle karşılaştığında güçlü yönlerini fark etmesini sağlayın, desteğinizi hissettirin.
- Çocuğunuzda bir değişiklik gözlediğinizde paniğe kapılmadan nedenlerini araştırın. (Bu onu suçlar ve yargılar nitelikte olmamalıdır. Sakin kalamayacağınızı düşünüyorsanız rehber öğretmenden veya bir uzmandan destek alabilirsiniz.)



- Madde kullandığı yönünde ciddi bulgularınız varsa öncelikle onu anlamaya çalışın ve dinleyin. Uzman desteği alabileceğiniz kurumlar:

-Yeşilay Danışmanlık Merkezi
(YEDAM)

-ALO 191 Uyuşturucu ile Mücadele
Danışma ve Destek Hattı



Feyza SALI
Okul Psikolojik Danışmanı