

Değerli Velimiz,

Madde bağımlılığı günümüzün en zorlu sorunlarından biridir. Bu sorunun tek bir nedeni olmamakla birlikte fiziksel, ruhsal, toplumsal ve çevresel birtakım etkenler olarak geniş bir şekilde tarif edilebilir. Bahsi geçen etkenler her birey için farklı anlamlar içerir ve bireylerin, özellikle çocukların, etkilenme düzeyi değişiklik gösterir.

Aile ve içinde yaşanılan çevre, çocuklarımızın madde kullanma davranışında en çok etkilendiği faktörlerdir. Bir kişinin madde kullanıp kullanmayacağına ilişkin tutumu, maddeye ne ölçüde ulaşabildiğinden, arkadaş baskılarından, önündeki örneklerden (*anne-baba başta olmak üzere*) ve içinde yaşadığı çevrenin değer yargılarından çok etkilenir. Bu gibi faktörlerle ortaya çıkan madde kullanım bozukluğu; on iki aylık bir süre içinde, klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da işlevsellikte düşmeye yol açan, sorunlu, kafa yapan ve sarhoş edici bir madde kullanım süreci olarak tanımlanır.

Hayatın birçok alanında doğrudan ya da dolaylı olarak, madde kullanım bozukluğuna bağlı olarak istenmeyen sonuçlar ortaya çıkar. Önemsiz ve kolay aşılabilen sorunlar olduğu gibi, yaşamsal ve zorlayıcı da olabilir. Madde kullanım bozukluğu ile birlikte çocuklarda kötü beslenme, öz bakımın ihmali, kalp, akciğer ve ağız kanseri vb. **genel sağlık problemleri** ortaya çıkar. Kaygı, panik atak, öfke, saldırganlık, intihar ve kendine zarar verme davranışı gibi **ruh sağlığı sorunları**; okul başarısında düşme, okula gitmeme, okuldan atılma vb. **okul sorunları**; aile ilişkilerinde ve iletişimde bozulma, ailedeki diğer çocukların madde kullanmaya başlaması vb. **ailevi problemler**; kişisel ilişkilerin bozulup **yasal (tutuklanma, ceza alma, denetimli serbestlik...)** ve **parasal (aşırı borçlanma, temel ihtiyaçlarını karşılayamama)** sorunların ortaya çıkması da olası sonuçlardır. Bu sonuçlar çocuklarımız için büyük risk faktörleridir ve madde kullanımı sorunuyla mücadele edilmelidir.

Madde kullanımı sorunuyla mücadele edilirken bazı aşamalardan geçilir. Bu aşamalar aynı zamanda değişim aşamalarını temsil ederler. Madde kullanımında ilk aşama **bilinçlenmedir**. Çocuk öncelikle kendini ve sorun alanlarını tanımalıdır. Bilinçlenmeyle beraber ve çoğu zaman birden ortaya çıkan duygusal yaşantılar çözüme yönelik **duygusal katılımı** sağlar. **Kendini yeniden değerlendirme** ile bu sorunun üstesinden gelince nasıl bir insan olacağını öngörür. **Girişme** ile değişim sorumluluğunu alır. Ancak sağlıklı olmayan tepkilerin yerine **sağlıklı tepkiler vermeye karşı koyma** da görülür (*stres ve kaygıyı azaltmak için spor yapmak ve yakınıyla zaman geçirmek yerine alkol ve sigara kullanmak gibi*). Sonraki aşamada çocuk içsel tepkilerini denetim altına alma arayışına girmektense, yaşadığı sorunu tetikleyen olayların ortaya çıkma olasılığını azaltmak için **çevreyi denetim altında tutmaya** çalışabilir (*maddeyi eve getirmeme, ders saatlerinde kullanmama gibi*). Çocuğun değişim çabası göstermesi ya da gösterdiği bu çabaları sürdürmesi için dış çevrenin kendisine sunduğu yeni seçenekleri **toplumsal dayanaklar** olarak nitelendirdiği dönemin ardından istendik davranışlarından ötürü kendini **ödüllendirebilirler**. Ödüllendirme davranışı değiştirmenin en etkili yoludur. Değişim sürecini ve bu etkili yola girişleri devam ettirebilmek için **çocuk başkalarından da yardım isteyebilir**. Çocukların aile bireylerinden ve yakın arkadaşlarından kendisine yardımcı olmaları konusunda talepte bulunmalarının hiçbir sakıncası yoktur. Aksine **özellikle aile bireylerinin çocuğu yalnızca dinlemesi ve onu anlamaya çalıştıklarını fark ettirmeleri bile çok yardımcı olabilir**.

Değerli velimiz, çocuğunuzun iyiliği için dinlemeyi ve duyduklarınızı yansıtmayı öğrenin. Tüm bu çabalarınızı daha etkin hale getirebilmek için **Rehberlik ve Araştırma Merkezleri ve okul rehberlik servisleri** ile iletişime geçiniz.

Siz ve öğrenciniz bizim için değerlisiniz.

Kale Başaranlar MTAL Rehberlik Servisi