

OKUL PSİKOLOJİK DANIŞMANI
HALİL DEMİROL

SUNUM

**SELAHADDİN EYYUBİ
ORTAOKULU**

SUNUM KONUSU

**MADDE BAĞIMLILIĞI VE
ÖNLEME YOLLARI**

MADDE NEDİR?

- Doğal ve kimyasal yollardan elde edilen , insan sağlığına zarar veren her türlü kimyasallardır.



MADDE BAĞIMLILIĞI NEDİR?

- Vücudun bir ya da birden çok işlevini olumsuz yönde etkileyen maddelerin kullanılması ve zarar görüldüğü halde madde kullanımının bırakılamamasıdır.



MADDE BAĞIMLILIĞININ BELİRTİLERİ

- Madde kesildiğinde veya azaltıldığında yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması
- Madde kullanımını denetlemek ya da bırakmak için yapılan ama boşa çıkan sürekli çabalar
- Maddeyi sağlamak, kullanmak ya da bırakmak için büyük zaman harcamak
- Madde kullanımı nedeni ile sosyal, mesleki ve kişisel etkinliklerin azalması ya da tamamen bırakılması



MADDE BAĞIMLILIĞININ BELİRTİLERİ

- Maddenin tasarlandığından daha uzun ve yüksek miktarlarda alınması
- Fiziksel ya da ruhsal sorunların ortaya çıkmasına ya da artmasına rağmen madde kullanımını sürdürmek



MADDE BAĞIMLILIĞI

- Fiziksel Bağımlılık: Madde kullanımına karşı fizyolojik bir istek vardır. Vücut artık madde kullanımına alışmıştır ve kullanılmadığında belirtiler gösterir. Vücut artık yeni duruma uyum sağlamak zorundadır.



MADDE BAĞIMLILIĞI

- Ruhsal Bağımlılık: Madde kullanıldığında doyum , rahatlama ve haz duyguları yoğun olarak yaşanır. Maddeye alışkanlık başlamıştır.



MADDE KULLANIMI NASIL BAŞLAR?

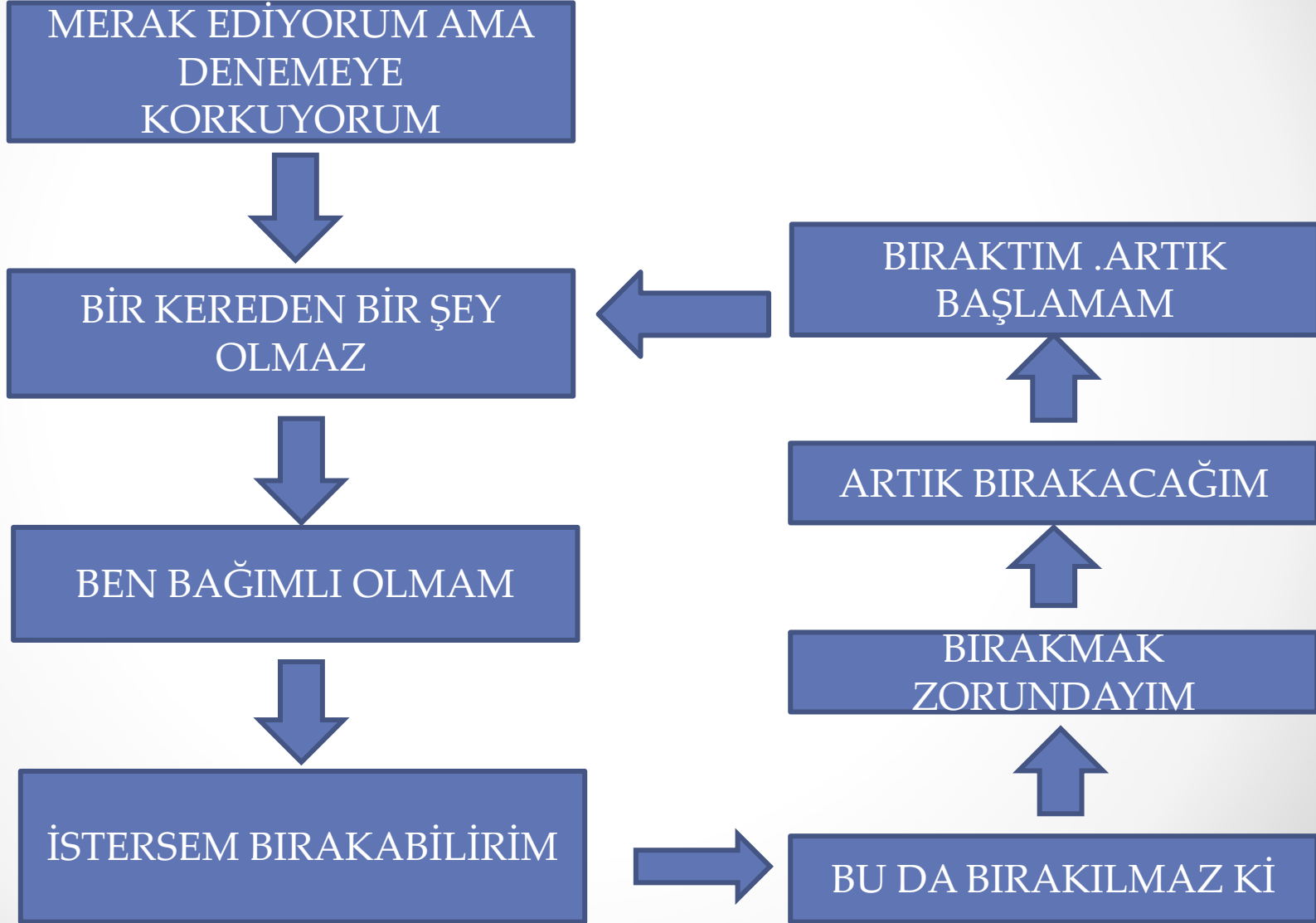
- Bilgisizlik: Kişi tehlikeden habersizdir. Bu nedenle de durumu hafife alır.
- Özenti: Medyanın etkisi çok fazladır. Sevilen , örnek alınan birinin madde kullanımı kişide bu davranışı özendirir.
- Eğlence Yerleri ve İnternet Kafeler: Kişinin bu gibi yerlerde madde kullanan kişiler ile karşılaşma ihtimali daha yüksektir.
- Grup Baskısı: Madde kullanan bir arkadaş grubunda kullanmayan kişiye yönelik yapılan baskı , gruptan çıkarmak ile tehdit etmek.
- Merak: Bir defa kullanırım bir şey olmaz düşüncesi ile madde kullanımına başlama çok sık görülür. Bazı maddeler tek kullanımda kişiyi bağımlı hale getirmektedir.

ARAŐTIRMALARA GÖRE MADDE KULLANMAYA BAŞLAMA NEDENLERİ

- Merak % 29
- Sorunlara çözümler bulma ve kaçma %26
- Arkadaş baskısı % 23
- Diğer %22 (farklı görünme , beğeni toplama , tv ...)

MADDE KULLANIMI NASIL

BAŞLAR?



ARKADAŞ...

- Çocuklar ve gençler aileden ve okuldan , zamanla arkadaş çevresinden etkilenirler.
- Arkadaş çevresinde kabul edilmek için gençler, çevresinin baskısına dayanamaz
- Sanıldığığının aksine, uyuşturucu ile ilk temas , sokak başında bilinmeyen satıcı vasıtası ile değil , bilakis arkadaş çevresiyle olmaktadır.



BAĞIMLILIK YAPAN MADDELER

- Alkol
- Sigara
- Esrar
- Uçucu Maddeler
- Eroin
- Morfin
- Bonzai
- Kokain



BAĞIMLI OLAN KİŞİLERİN...

- Kendilerine olan güvenleri azalır.
- Hayata ilişkin kontrolleri zayıflar.
- Prensipleri yok olmaya başlar veya prensiplerini yeni koşullara uygun şekilde değiştirir.
- İdeallerine ve geleceğe ilişkin planlarına ulaşması konusunda umudu azalır.
- AIDS, frengi, verem, hepatit b ve c, kanser, kangren gibi birçok ölümcül hastalığa kapılma riski artar.



BAĞIMLI OLAN KİŞİLERİN SOSYAL DEĞİŞİMLERİ

- Eski arkadaş çevresinden uzaklaşıp , yeni bir arkadaş grubuna dahil olurlar.
- Arkadaşları ile ilgili yaşantıları konusunda özellikle ailelerine bilgi vermekten kaçınırlar.
- Aileleri ile değil arkadaşları ile vakit geçirirler.



BAĞIMLI OLAN KİŞİLERİN SOSYAL DEĞİŞİMLERİ

- Madde kullarımlarınının fark edilmemesi için zamanlarını genelde ev dışında geçirmeye çalışırlar.
- Ev içinde oldukları zamanda ise aile üyeleri ile bir arada değil , odalarında yalnız zaman geçirmeyi tercih ederler.
- Kullanımı gizlemek amacı ile daha çok ilaç ve parfüm kullanırlar.



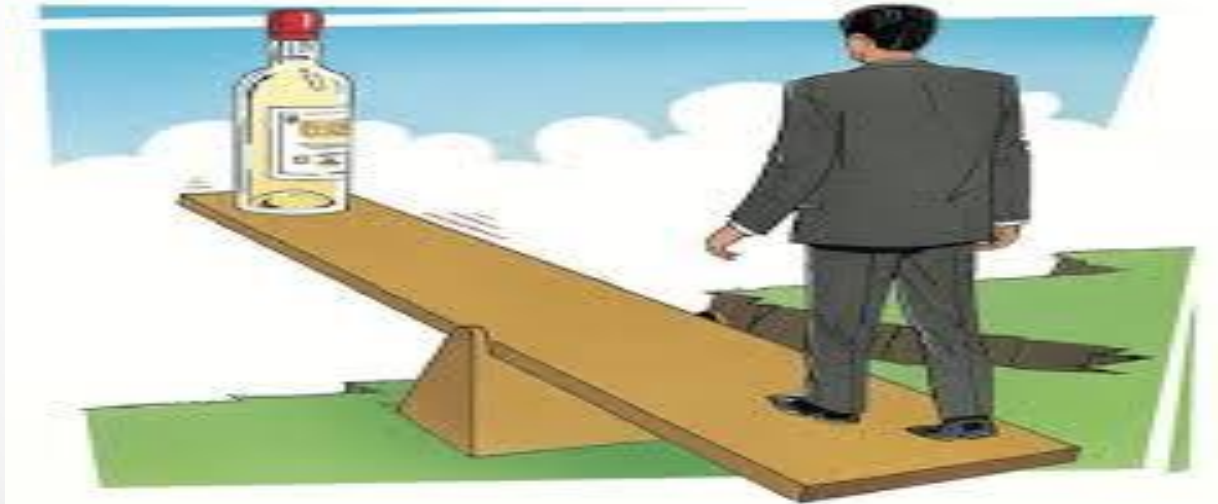
BAĞIMLI OLAN KİŞİLERİN DAVRANIŞ DEĞİŞİMLERİ

- Kendine güven azalır.
- İçe kapanıklık ortaya çıkar.
- Bakım ve temizliklerine dikkat etmemeye başlarlar.
- Bazen aşırı neşeli , bazen aşırı saldırgan öfkeli.
Duygular arasında dalgalanmalar ortaya çıkıyor.



BAĞIMLI OLAN KİŞİLERİN DAVRANIŞ DEĞİŞİMLERİ

- Engellere dayanma eşiği düşüktür.
- Otoriteye karşı gelme , panik çok sık görülür.
- Güçsüzlük ve başarısızlıklarını kapatmak için çok sık çatışmalar



BAĞIMLI OLAN KİŞİLERİN DAVRANIŞ DEĞİŞİMLERİ

- Okula gitmek istemez, okul hayatında ciddi problemler yaşar ve okulda başarısız olurlar.
- Sıkça yalana başvururlar.
- Para harcama konusunda tutumları değişir. Çok para harcarlar.
- Kendi geleceklerine yönelik hiçbir planları bulunmamaktadır



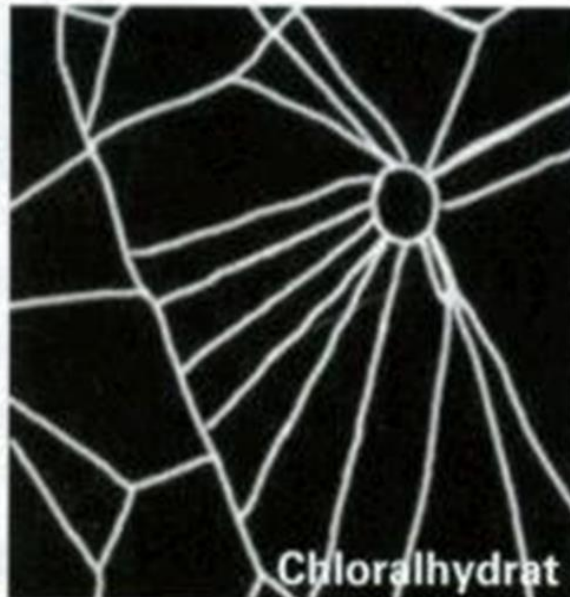
BAĞIMLI OLAN KİŞİLERİN FİZİKSEL DEĞİŞİMLERİ

- Gözlerde kanlanma veya kızarma,
- Terleme, titreme, eklem yerlerinde ağrı,
- Kabızlık, ishal,
- Burun akıntısı,
- Solunum ve konuşma güçlüğü,
- Ani kilo kaybı,
- Bitkinlik, hafif uyku hali ve yorgunluk,





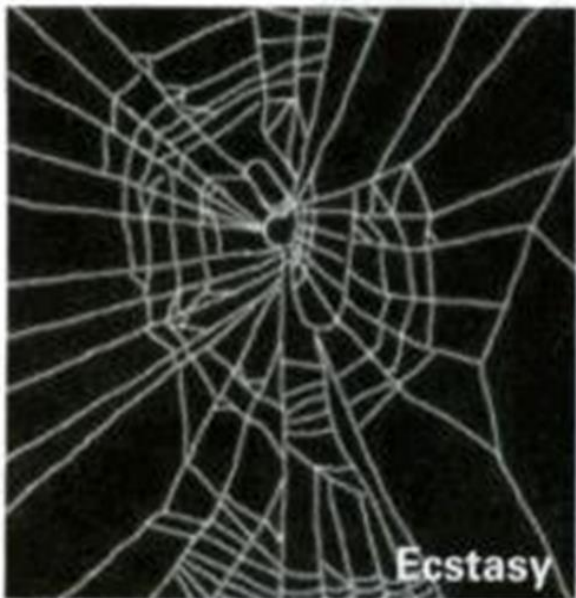
Normal



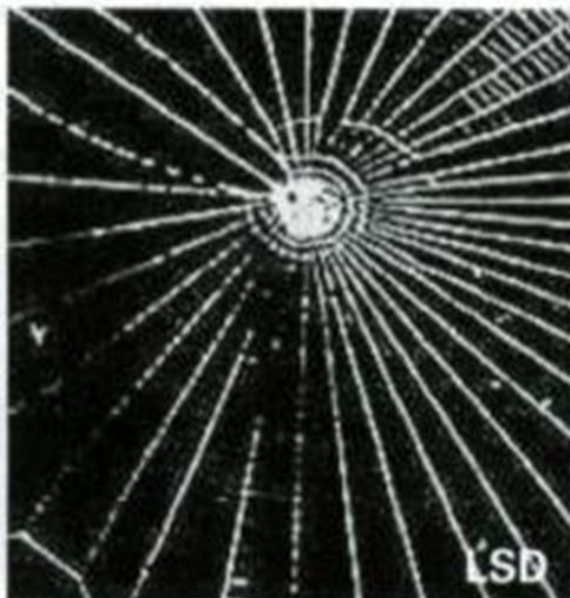
Chloralhydrat



Marihuana



Ecstasy



LSD



Koffein

MADDE KULLANIM KONUSUNDA YANLIŞLAR VE DOĐRULAR

• **BEN BAĞIMLI OLMAM**

Herkes bağımlı olabilir. Bağımlıların bŸyŸk çoğunluğu maddeyi kontrol edebileceği inancı ile kullanmaya başlar. Amaç ara sıra kullanmaktır. Kişi bağımlı olabileceğini dŸřŸnmez.



MADDE KULLANIM KONUSUNDA YANLIŞLAR VE DOĐRULAR

**SADECE ZAYIF BİREYLER
BAĞIMLI OLUR**

Madde kullanan kişiler zaman içerisinde zayıf insanlar haline gelir. Bu nedenle bağımlıları zayıf insanlar olarak nitelemek yanlıştır.



MADDE KULLANIM KONUSUNDA YANLIŞLAR VE DOĐRULAR

- **BİR KERE KULLANMAKTAN BİR ŞEY
ÇIKMAZ**

Bazı maddeler ilk kullanımdan itibaren bağımlılık oluşturur. Bir defa kullanılan maddeyi daha sonra kullanma riski çok fazladır.



MADDE KULLANIM KONUSUNDA YANLIŞLAR VE DOĐRULAR

- **HERKES KULLANIYOR VE BİR ŞEY
OLMUYOR**

Bu düşünce kişinin kendisini rahatlama çabasıdır. Madde kullanmayan kişiler kullananlara göre hayatlarını daha fazla kontrol altında tutarlar ve daha fazla mutlu olurlar.

EN YAYGIN MADDE KULLANIMI

SİGARA

- Toplumumuzda en yaygın kullanılan maddedir.
- Çevremizde bir çok kişinin kullanabildiği bir madde olması , ulaşımının kolay olması yaygın kullanımının en büyük etkenlerindedir.
- Sigara içenler , içmeyenlere göre 8 kat daha fazla diğer maddeleri kullanma riski vardır.
- Sigara , diğer maddelere geçiş te basamak görevi görür.



SİGARA KULLANMA NEDENLERİ

- Yaşından büyük gözükmek için
- Rahatlamak için
- Popüler olmak için
- Çevredeki kişiler içtiği için
- Reklam ve filmlerin etkisi
- Kadınlarda erkeksi olma hevesi



SİGARANIN ZARARLARI

- Çok kötü ve ağır bir kokuya sahip olursunuz. Bu da sosyal yönünüzü fazlasıyla etkileyecektir. Arkadaş sohbetlerinde , arkadaşlarınızın size mesafeli durduğunu fark edeceksiniz. Topluma taşıma araçlarında , bu rahatsızlık daha fazla ortaya çıkar.
- Cildiniz, çok erken kırışır ve daha yaşlı gösterme durumu ortaya çıkar.
- Dişlerinizin , kirli ve pis görünümlü olması hem bazı diş hastalıklarına neden olacak hem de dış görünüş olarak kötü bir görünüm ortaya çıkacaktır.



SİGARANIN ZARARLARI

- Tat alma eksikliği başlar
- Kanser riski artar
- Kalp krizi riski artar
- Kol ve bacak damarlarının tıkanıp bu organlar kesilebilir
- Vücutta, yorgunluk, uykusuzluk, ruhsal gerilim, stres, performans düşüklüğü, reflekslerde azalma oluşur



SİGARANIN ZARARLARI

- Sigara içmek , erken öldürür dersek siz de bize farklı örnekler vermeye kalkarsınız.
- Örn, benim dedem 60 yıldır sigara içiyor ama 80 yaşında maşallah turp gibi.
- Örn, komşumuz hiç sigara içmiyordu ama adam 40 yaşında kanserden öldü
- İçen de ölüyor içmeyen de.....



SİGARANIN ZARARLARI

- Bu örnekler sigara içen bir insanın zararlı konusunda kendini rahatlatma çabasıdır. Sigaranın sağlığa çok da bir etkisi yok düşüncesine inandırmaya çalışmasıdır.
- Burada önemli olan sigaranın **YAŞAMIMIZIN KALİTESİNE** olan etkisidir.
- 60 yaşında biri sigara içen diğeri içmeyen 2 kişi düşünelim. Biri merdivenleri zor çıkarken. Diğeri torununu parklarda gezdirebilir.
- Ya da 2 genç düşünelim. Sigara içen halı saha maçında daha erken yorulurken , içmeyen biri maç boyunca daha performanslı oynar.
- Sigaranın zararlarını ilerleyen yaşlarda çok daha fazla hissederiz.

UÇUCU MADDELER



- Gençleri ciddi bir şekilde etkileyen halk sağlığı sorunudur.
- Bali , tiner , çakmak gazı , aseton , en yaygın kullanılan uçucu maddelerdir.
- Kolay ulaşılabilmesinden dolayı , gençler arasında kullanımı çok yaygındır.

UÇUCU MADDELER

- Uçucu maddeler solunum yoluyla kullanılır.
- Torbanın içinden veya bir beze emdirilerek, maddenin solunması ile vücuda alınır.
- Uçucuların etkisi kısa sürede başlar ve sadece birkaç dakika sürer.
- Bu nedenle uçucu madde kullananlar sürekli olarak maddeyi solumaya devam ederler.
- Bu kullanım şekli bilinç kaybı ve ölüme yol açabilir.

UÇUCU MADDE KULLANIMI VE OLUMSUZ ETKİLERİ

- Madde alımını takiben akciğerler yoluyla hızla beyne ve diğer organlara yayılır.
- Birkaç dakika içinde alkol benzeri etkiler görülür, konuşma bozulur, hareketler sarsak bir hal alır, baş dönmesi ve coşku hali gözlenir



UÇUCU MADDE KULLANIMI VE OLUMSUZ ETKİLERİ

- Kalp, böbrekler, akciğerler ve beyinde ciddi hasar yaratırlar.
- Bu maddeler kullanıldığında zihinde değişikliklere yol açmaktadır.
- Uçucu maddeler beyin kimyasını değiştirir ve beyin ve merkezi sinir sisteminde kalıcı zarara yol açar.



UÇUCU MADDE KULLANIMI VE OLUMSUZ ETKİLERİ

- Uçucu madde kullananlarda ani ölümler görülebilir.
- Bu akciğerlerin ve merkezi sinir sisteminin oksijensiz kalmasıyla ortaya çıkmaktadır. Oksijensiz kalma sonucu boğularak ölüm gelişir.
- Aynı zamanda kalp ritim bozulması sonucu kalp durması da olabilir.

MADDE BAĞIMLILIĞINDAN

HIÇ BAŞLAMAMAKTIR

KORUNMANIN EN İYİ YOLU

SON
KATILIMLARINIZDAN DOLAYI
TEŞEKKÜR EDERİZ