



MADDE BAĞIMLILIĞI ile Mücadele



Sunum Planı



1 Yaşanmış
Madde
Bağımlılığı
Hikayeleri

3 Bağımlılığa
Yol Açan
Maddeler

5 Maddelerin
Sağlığımıza
Etkileri

7 "HAYIR"
cümlelerimiz

2 Madde
Bağımlılığının
Tanımı

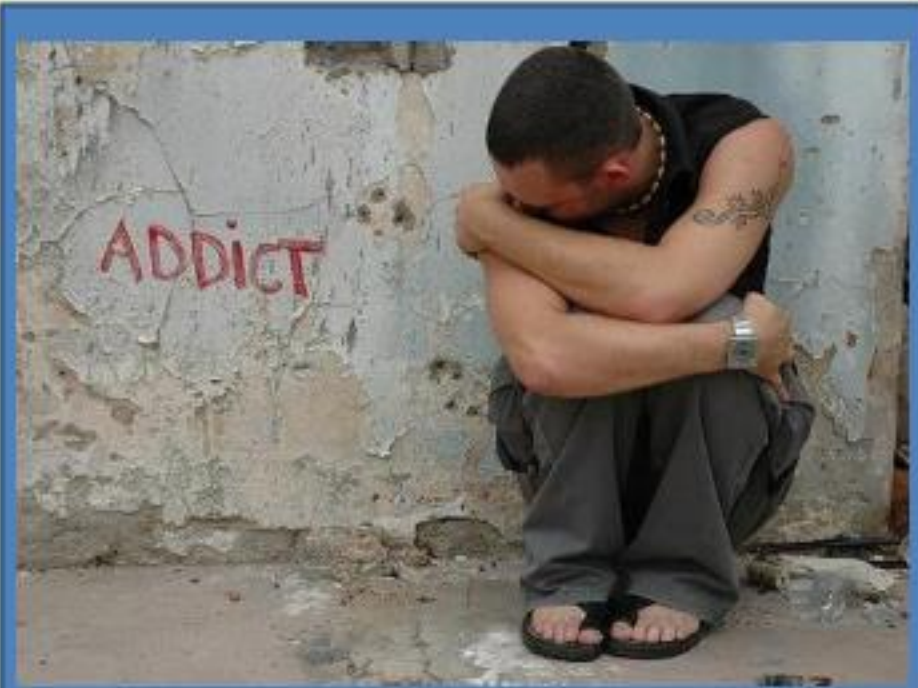
4 Bağımlı
Gençler ve
Özellikleri

6 Dikkat
Etmemiz
Gerekenler

8 Etkinlik

Bir Hikaye

■ Aaa... o zamanlar acayip havamız vardı. Biz farklıydık. Niye? Çünkü herkesin korktuğunu yapıyorduk özenen de vardı, korkan da, saygı duyanda... Sonra biz ipin ucunu kaçırdık. Niye? Bilmem ki niye? Şimdi herkes bizden kaçıyor. Kimse yanıma yaklaşmak istemiyor. Farklı olalım derken, garip bir yaratık olduk...



Başka bir hikaye

■ **Arkadaş kurbanı olduk.** Hayır diyemedim. İç dediler içtim. Bazen hayır dedim. Israr ettiler yine içtim. İki kez dayandım üçüncü de dayanamadım içtim. Hayır demek zor geldi. Hayır dersem yalnız kalacağımı düşündüm. Onlara uydum. Aslında onlar yalnız kalmamak için bana da içirdiler. Şimdi hepsi dağıldı. Kimi bıraktı, kimi bağımlı oldu, öldü, kayboldu. Hayır diyemedim , yalnız kalmamak için içtim. **Ama şimdi yalnızım...**



Başka bir hikaye daha

■ Evde, okulda bir sürü sorun vardı. Hiç günyüzü görmedim. Biraz uzaklaşmak, sakinleşmek için başladım bunlara... Arasına alkol, ya da diğerlerinden alıyordum. Ama şimdi sürekli kullanmaya başladım. Bırakmak istedim olmadı. Evdeki sorunların bir kısmı düzeldi, bir kısmı devam ediyor. Ama ben sorunları bıraktım alkolle, hapla, ota vesaire uğraşıyorum. Onları bırakmaya çalışıyorum. Sorun ikiye katlandı...



Madde Kullanımına Başlama Yaşı

% 31	→	<u>15 Yaş altı</u>
% 43	→	<u>16-20</u>
% 12	→	21-25
% 6	→	26-30
% 8	→	30 Yaş üstü



Madde Kullanımına Başlama Yaşı

Yasadışı madde
kullanımında hedef kitle
15-25 yaş grubundaki
gençlerdir.



Madde Bağımlılığı Nedir?

- Vücudun bir ya da birden çok işlevini **olumsuz** yönde etkileyen maddelerin **kullanılması**,
- bundan dolayı zarar görüldüğü hâlde bu maddelerin kullanımının **bırakılamaması**



Bağımlılık Yapıcı Maddeler Nelerdir?

- Uyarıcı ve hayal gördüren maddeler
- Sigara
- Alkollü içecekler
- Reçete ile alınması gerektiği hâlde doktor kontrolü dışında kullanılan ilaçlar
- Bazı yapıştırıcılar, tiner ve çakmak gazı gibi uçucu maddeler



Bağımlı Gençlerin Özellikleri Nelerdir?

- Ani tepkiler veren
- Saldırgan ya da asi davranışları olan
- Her şeyi reddeden
- Davranış bozukluğu gösteren
- Çabuk heyecanlanan
- İçe dönük olan
- Fazlasıyla itaatkar olan
- Yaşıtlarından aşırı etkilenen



Bağımlı Gençlerin Başlarına Gelenler

- Özgürlüğünü kaybeder,
- Kendine olan güveni zayıflar,
- Kendini kontrol altında tutamaz,
- İnsani prensipleri yok olmaya başlar,
- İdeallerini yitirir.

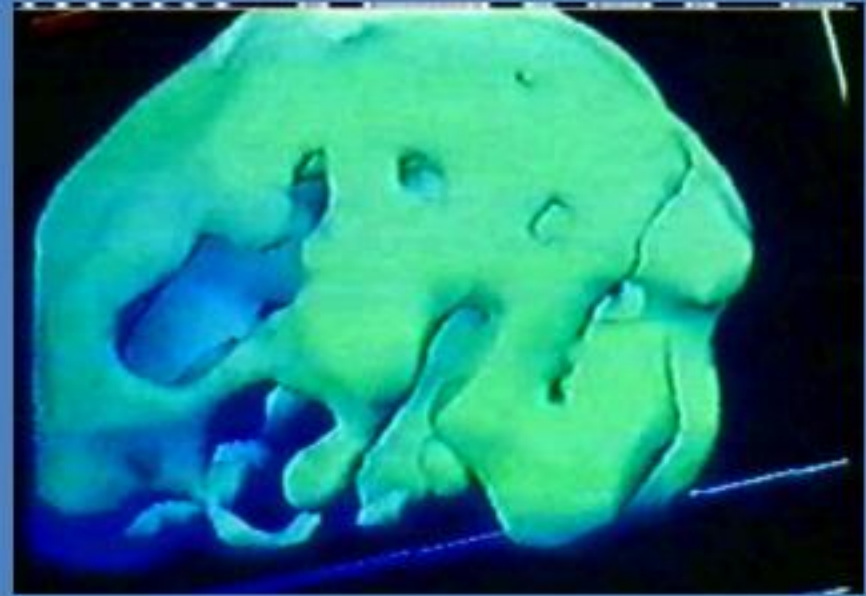
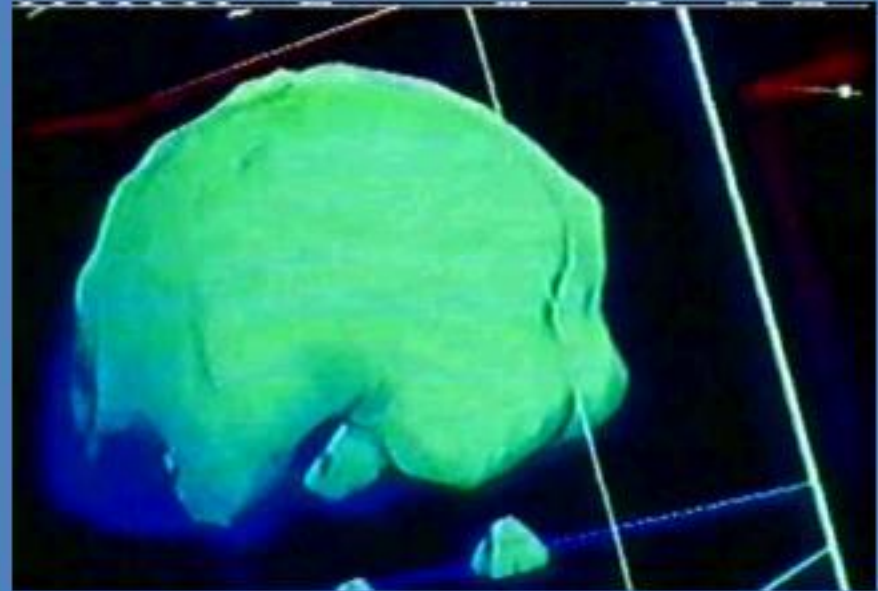


Beyin Nasıl Etkilenir?

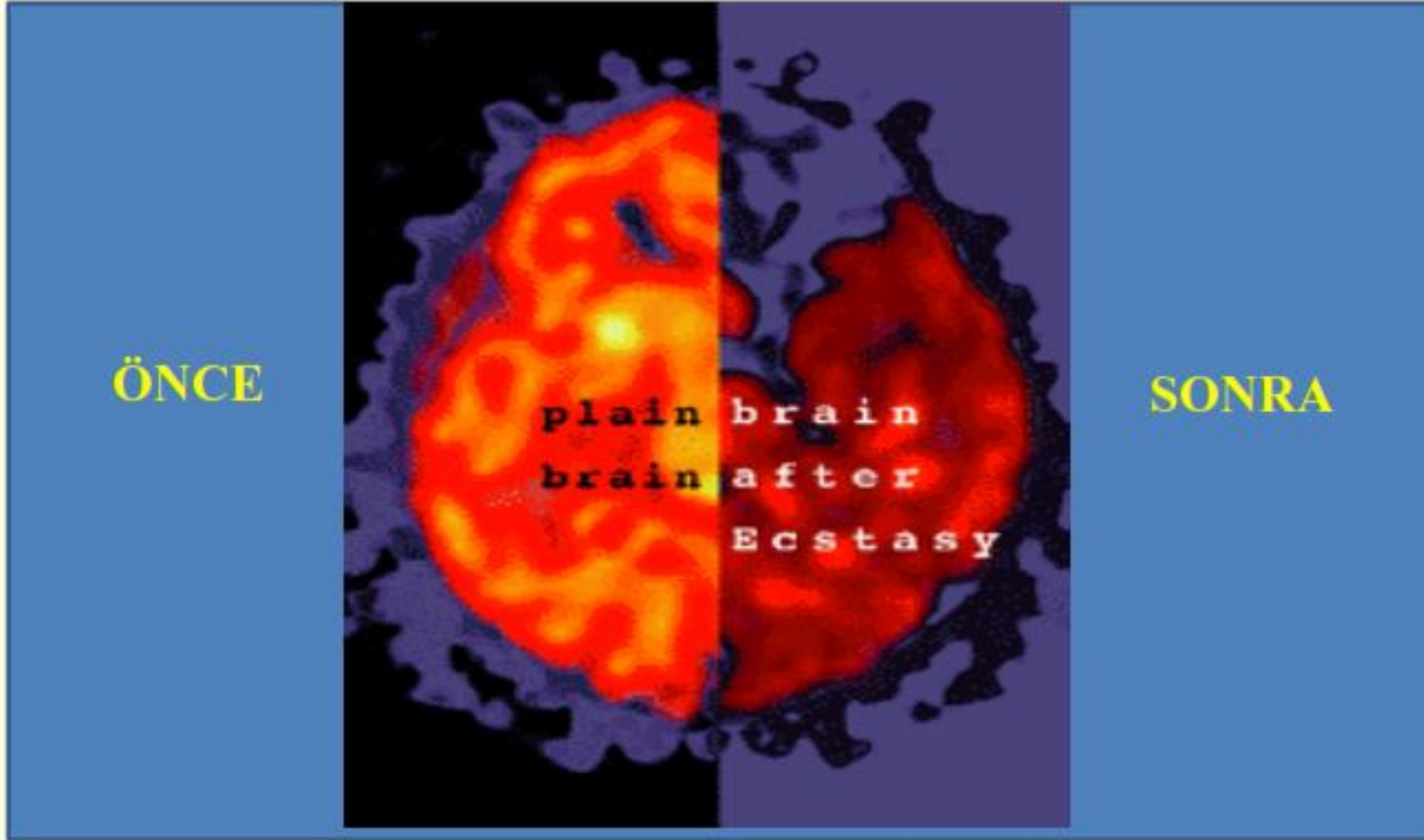
Uyuşturucu maddeler, beyin ve akıl sağlığının en büyük düşmanıdır.

Başlıca etkileri;

- delilik,
- erken bunama, hafıza kaybı,
- sayıklama, hayâl görme,
- korku, evham,
- zaman ve mekân algılamasında bozukluk,
- depresyon,
- ölüm isteği, intihar.



Uyuşturucu (Ecstasy hap) Kullanan Kişinin Beyin Görüntüsü



Bağımlılık Felakettir

1974 Türkiye Güzeli



3 Yıl Sonra



Orman Fakültesi

Normal bir insan 5 yılda bu kadar değişemez!



11 ayda böyle bir fiziksel değişim olabileceğine inanabiliyor musunuz?



Bir insanda ki bu hızlı değişimi sizce ne yapabilir.!?

5 YIL
ÖNCE



5 YIL
SONRA



Bir insanda ki bu hızlı değişimi sizce ne yapabilir.!?



Şekil Bozuklukları



Nelere Dikkat Etmeliyim?

Yaşam becerileri edinilmeli

- Kendini tanıma
- Öfke kontrolü
- Stresle baş etme becerileri
- İletişim
- “Hayır!” diyebilme becerisi
- Problem çözme becerisi



HAYIR!
HAYIR!
HAYIR!



Örnek **Hayır** Deme Cümleleri

- Hayır, teşekkür ederim.
- Hayır, bana göre değil.
- Hayır dostum, sağ ol. Ben böyle iyiyim.
- Eğer annen baban seni bu durumda görse gerçekten çok üzülürdü.
- İnsanda yaptığı etkiyi sevmem.

Örnek **Hayır** Deme Cümleleri

- Hayır, sağlıklı kalmak için çabalıyorum.
- Ben bir sporcuyum, böyle şeyler yapamam.
- Hayır, teşekkürler, ben eve gitmeliyim.
- Hayır, ben okula gidiyorum. Bunu riske atmak istemem.
- Yapamam. Ben işin kolayına kaçamam.



Mutlaka öğretmeninize durumu bildirin!



Etkinlik Zamanı 😊

Madde bağımlılığına “**Hayır**” diyorum. Çünkü bağımlılık

.....

.....



Orman Fakültesi

<http://www.karabuk.edu.tr>

Bu sunu Avrasya Üniversitesi tarafından hazırlanmış olup, tarafımızca düzenlenerek kullanılmıştır.

TEŞEKKÜRLER



Orman

fakültesi

<http://orman.karabuk.edu.tr>