

ANKARA VALİLİĞİ
ÖZEL TEVFİK FİKRET ANADOLU LİSESİ
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA SERVİSİ

MADDE KULLANIMINI ÖNLEMELİK İÇİN ANNE VE BABALARIN DİKKATİNE...

A. ÇOCUK VE GENÇE ÖRNEK OLMA:

Çocukların her gün karşı karşıya kaldıkları anne baba tutum, davranış ve ilişki biçimlerinin; onların eğitiminde çok önemli bir rol oynadığı bilinmektedir. Aile ilişkileri, çocuklar için, davranış biçimleri ve insan ilişkilerinin öğrenildiği bir sahne oluşturmaktadır. Madde kullanım konusunda da, benzer mekanizma işlenmekte olup; çocuklar, anne babanın maddeler konusundaki tutum ve davranışlarını gözlemlemekte ve benzer şeyleri uygulamaktadır. Toplumda, anne baba başta olmak üzere, öğretmenler ve diğer etkili yetişkinlerin madde kullanımı konusundaki tutum ve davranışları; çocuk ve gençler için çoğu kez kavram karmaşası yaratmaktadır. Çocuk ve gençler, zararlı etkisi kesin olarak kanıtlanmış olan sigara ve alkol gibi maddelerin, neden erişkinler tarafından kullanıldıklarını tam olarak kavrayamamakta; kendilerinin de bu ve buna benzer maddeleri kullanabileceği düşüncesi oluşmaktadır. Anne babalar, her ne kadar, çocuk ve gençleri bağımlılık yapan maddeler konusunda uyarsa da; kendi sergiledikleri davranış modelleri, mantıklı uyarılarından çok daha etkin olmaktadır. Bu nedenle, anne babaların, kendilerinin kullanımı konusundaki tutum ve davranışlarının nasıl olduğunu irdelemeleri gerekir. Örneğin alkol, sigara, ilaç kullanımı konularında bu maddeleri kullanma nedenleri, sıklıkları, bu maddelere gereksinimleri, kullanıp-bırakma paternleri, bu alandaki güçlülük ve zayıflıkları gibi özelliklerin hepsi önem taşımaktadır. Çocuklar, anne babanın davranışlarını görerek öğrenir, anne-babanın birbirlerine olan tutum ve davranışlarını da kendilerine örnek alır, sorunların çözümünde anne babanın davranışlarını kopya ederler.

B. AİLE İÇİ EĞİTİM

Eşler arasındaki ilişkilerin her zaman çok pürüzsüz olması beklenemez. Zaman zaman sürtüşme, anlaşmazlık ve tartışmalar da olması doğaldır. Önemli olan, anlaşmazlıklar karşısında, eşlerin olaya yaklaşımları, birbirlerine karşı

davranışları ve çözüme ulaşmada izlenen yolların nasıl olduğudur. Anlaşmazlıklarda eşlerin karşılıklı oturup konuşabilmesi, her iki tarafın da kabullenebileceği bir çözüm yolu bulabilme becerisi önem taşımaktadır. Hiç sorun yokmuş casına olayları görmezden gelip sahte bir uyum içinde yaşıyor olmak, hep birinin boyun eğmek zorunda sağlıklı bir ilişki biçimini sürdürmek, sorunların çözümünde çocuklara sarılmak ya da çatışmayı onların üzerine yansıtmak sağlıklı iletişim modelleridir.

Çocukların eğitiminde eşlerin beklentileri, istekleri, rolleri, sorumlulukları, yönlendirmeleri, eğitime yaklaşım biçimleri kuşkusuz birbiriyle tümüyle aynı paralelde olmayabilir. Ancak, temel konulardaki eğitim anlayışında, tutarlı ve uyumlu bir birlikteliğin sağlanması çocuklar adına önem taşımaktadır.

C. ÖZGÜR, BAĞIMSIZ, SORUMLU, SINIRLARINI BİLEN, GÜVENLİ ÇOCUK YETİŞTİRME:

Madde bağımlılığı tehlikesi ile ilgili olarak anne babaların bilmesi gereken önemli özelliklerden biri; çocukları ve gençleri bağımsız olarak yetiştirebilmenin, onları madde bağımlılığından uzak tutabilecek en önemli etkenlerden biri olduğudur.

Maddeler, ancak kullanıldığında bağımlılık yaratırlar. Bağımlılık yapan maddelerin tümü ortadan kaldırılması mümkün olmayacağına göre; kişinin bu maddeleri kullanmama gücünün gelişmiş olması en temel özellik gibi görünmektedir. Kişinin madde kullanması için, maddeye hayır deme gücünün olmaması ve madde kullanımı konusunda önceden istekli olması gerekir. Bir başka deyişle, maddeye hayır diyemeyen ve kendisiyle ilgili sorumluluk duygusu yeterince gelişmemiş olan kişilerde maddeye alışma tehlikesi çok daha fazla olduğu söylenebilir.

Çocuklara sorumluluk duygusunu verebilmek, onları madde bağımlılığından uzak tutabilecek en önemli unsurdur.

Çocukları bağımsız olarak yetiştirmenin ne olduğu; onlara güven ve bağımsızlık duygusunu kazandıran bir eğitim yaklaşımının nasıl olacağı soruları hep akla gelmektedir.

Bunu anlayabilmek için, çocukların, kendilerine özgü bir özgürlük ve serbestlikleri olması; ancak her şeyde olduğu gibi, bu özgürlüğünde sınırlarının iyi tanımlanması gerektiği bilinmelidir.

Çocukların kendilerine güvenebilmeleri, kişilik sahibi olabilmeleri için yalnız başlarına, anne-babasız hareket edebilecekleri alanlara gereksinim bulunmaktadır. Anne-babaya düşen görev, çocuklarına bu serbest alanda yol göstermek; ancak bu serbestliğin sınırlarını da açık olarak belirlemektir.

Bu nedenle; çocukların belirli konularda; yaşlarına uygun olarak ve kendi başlarına serbest hareket edebilmeleri, onların kendi davranışlarını kontrol edebilmeleri için çok önemlidir.

Çocuk kendi başına bir karar verdiğinde; bu kararın kendi yaşamı üzerindeki etkileri konusunda bir sorumluluk alacak ve belli oranda bir riske girecektir. Bu risk ona ağır gelse bile, sonuçta kendisine bazı deneyimler kazandıracaktır. Kendi verdiği kararlar sonucu çocuğun olumlu şeyler elde etmesi, ona verdiği kararın doğru olduğunu öğrenecek; olumsuz şeyler yaşaması ise, bu deneyimin ona daha sonraki denemeler için katkıda bulunmasına sağlayacaktır. Bu deneyimler sonuçta, çocukta güven ve sorumluluk duygusunun gelişmesinde önemli adımlar olarak düşünülmektedir.

Bağımsızlık ve kişisel sorumluluk ancak uzun zaman süreci içinde, yavaş yavaş ve alıştırmalarla verilebilir.

Hangi yaşta olursa olsun, herkesin belirli sınırlara gereksinimi vardır.

Hem toplumsal yaşantıda uyumlu olabilmek, hem kişisel iç huzuru ve dengeyi sağlayabilmek için; kişinin belirli sınırlarının olmasına gerek vardır. Bu sınırlar, kişisel bütünlüğü koruyabilmek ve başkalarıyla iletişimde açık ve net olabilmek için de gereklidir. Bu sınırlar aynı zamanda, kişinin kendini hangi alanlarda ve nereye kadar geliştirebileceğinin de bir ölçüsü gibi düşünülebilir. Çocukların sınırları, önce anne baba olmak üzere çevre ve toplum tarafından belirlenmektedir. Aile, okul, meslek eğitimi, maddi durum, ev durumu gibi aileye değişen etkenler yanı sıra; ailenin çocuk yetiştirme biçimleri, tüm alanlarıyla eğitim ve öğretim, toplumdaki sosyal ve kültürel değer yargıları da bu sınırların belirlenmesinde çok önem taşıyan değişkenlerdir.

Çocukların sınırlarının nasıl ve ne oranda olması gerektiği aile tarafından belirlenirken; kuşkusuz, çocuğun kendinden getirdiği yaratılış özellikleri de bunda etkili olmaktadır.

Daha bebeklikten başlayan bu sınırlar, çocuğun gereksinimleri ve ailenin tutumuna göre, her yaş için farklı düzey ve biçimde olmak üzere yeniden ayarlanmalıdır.

Çocuk ve gencin sınırları; "esnek ama gevşek değil", "belirli ama katı değil", "tutarlı ama değişmez değil", "yaptırım olan ama zorlayıcı değil" nitelikte olmalıdır. Kuşkusuz, bu sınırların belirlenmesine, çocuk ve gencin gereksinimleri, beklentileri, dilekleri de önemsenmeli; gelişen topluma göre güncel değerler göz önüne alınmalı; çocuk ve gencin de bu oluşumda payının olmasına dikkat edilmelidir. Çocuğa belirlenen sınırların çok geniş ve gevşek olması; bir anlamda "sınır olmaması" anlamına gelmektedir. Bu durumda çocuk ve genç, gerçek yaşamda neyi, ne zaman, nerede, nasıl yapacağını öğrenmemekte; davranışlarını ayarlama ve kontrol edebilmeyi becerememekte; gerçek yaşamdaki ilişkileri

tam anlamıyla kavrayamamakta; insanlarla ve toplumla olan ilişkilerini ayarlayamamakta; kendi sınırlarının nerede bittiği ve başkalarının özgürlüğünün nerede başladığını kestirememekte; sosyal uyum ve iletişimde ciddi sorunlarla karşı karşıya kalmaktadır.

Bunun tersine, çocuğa gereksiz engellemeler ve yasaklardan oluşan bir sınır belirlenmesi; "çocuğun kişiliğinin aşırı sınırlanması" demektir. Bu durum, çocuk ve gencin yaşam becerilerinin gelişmesinde engelleyici rol oynamakta; güvensizlik, karamsarlık ve kuşku duyguları ve bunların neden olduğu yeni psiko sosyal sorunlara yol açmaktadır.

Sınır ve sorumlulukların kesin olarak belirlenmediği, anne baba arasında belirgin tutum farklılıkları olduğu, aynı konuda farklı zamanlarda farklı sınırların söz konusu olduğu durumlar; "belirsizlik, tutarsızlık ve güvenilmezlik" olarak değerlendirilmektedir. Böyle bir durumda, çocuk ve genci, kendi davranışlarını ayarlama, karar verme ve sorumluluk almada sorun yaşamasına neden olacaktır.

Anne babalar için önemli cümleler:

Çocuk ve genç,

- Duygusal açıdan Sevgi, ilgi, yakınlık, onaylama,
- Saygı görme, önem verilme,
- Övgü alma, cesaretlendirme, kendini özgürce anlatabilme,
- Belli sınırlar içinde bağımsız davranabilme,

- Sağlıklı bir ortamda büyüüp gelişme, Uygun biçimde eğitime,
- Umut ve beklentilerinin desteklenmesini ister.
- Anne baba davranışlarını görerek öğrenir,
- Anne babayı kendine örnek alıp taklit eder,
- Anne babanın birbirlerine karşı davranışlarını gözler,
- Sorun çözümünde anne babadan gördüklerini yapar.
- Anne babanın ona zaman ayırmasına gereksinim duyar,
- Ailede olumsuz ilişkiler varsa onarılmasını ister,
- Sorumlulukları üstlenmede yol gösterilme ve destek arar.
- Çocuk ve gence sorumluluk duygusunu verilmelidir,
- Çünkü sorumluluk duygusu madde bağımlılığından uzak olabilmeye önemli bir unsurdur.

AİLELERE VE ÖĞRETMENLERE YÖNELİK BİLGİLENDİRİCİ ÇALIŞMALARDA VURGULANMASI ÖNERİLEN HUSUSLAR

1- Madde kullanan şahıslarda görülen ortak şüpheli davranış değişikliklerinin neler olduğunun belirtilmesi (fakat belirtilen şüpheli davranışları yapan herkesin de madde bağımlısı olarak görülmemesinin anlatılması),

2- Öğrenciler için bir model konumundaki öğretmenlerin ve anne-babaların çocuklarının ve öğrencilerinin görebileceği alan ve ortamlarda sigara ve alkol kullanmamaları,

3- " İyi bir eğitici eğitmez, yaşayarak örnek olur" ilkesinin benimsenmesi,

4- Madde kullandığından şüphe edilen kişiye bir suçlu olarak değil; tedavi ve yardım edilmesi ve topluma kazandırılması gereken bir mağdur olarak yaklaşılması,

5- Her çocuğun toplum içerisinde değer verilmesi gereken en önemli varlık olduğunun unutulmaması ve bu düşüncenin olumlu davranışlarla çocuklarımıza hissettirilmesi,

6- Ebeveynin iş yoğunluğu ne kadar çok olursa olsun, çocuklarına onlarla ilgilenildiğinin gösterilmesi, onlar için küçük de olsa özel bir zamanın ayrılması,

7- Çocuklarımızın boş zamanlarının kötü niyetli kişiler tarafından doldurulmasını engellemek için, onlara sevdikleri faaliyetleri boş zamanlarında yapmaları için olanak sağlanması ve desteklenmesi,

8- Okul aile birliklerinin çocuklarımız için sadece okulda değil, okul dışındaki faaliyetlerini de kapsayan ve destekleyen organizasyonlar olarak yapılanmalarının sağlanması,

9- İlacı sadece doktorların vermesi gerektiği, doktor dışında hiç kimseden her ne ad ve amaçla olursa olsun ilaç alınmasının çok tehlikeli olduğu, bunların büyük olasılıkla bağımlılık yapan zehirli tabletler olduğu, kötü niyetli kişilerin özellikle haplara yönelik tuzaklarına çocuklarımızın düşmesinin bu yolla engellenmesi,

10- Çocukların okul içi ve dışındaki arkadaş ve akranlarının, gözetim ve kontrol altında tutularak sakıncalı guruplarla beraberliklerinin önlenmesi,

11- Toplumsal kabul gören maddelerden olan sigara ve alkolün daha etkili bağımlılık yapan maddelere (esrar, eroin, kokain vb.) geçişte kolaylaştırıcı rol oynadığının, sigara ve alkol kullanan insanların kullanmayanlara oranla esrar, eroin ve hap gibi maddelere bağımlı olma riskinin daha fazla olduğunun belirtilmesi,

12- Çeşitli tuzaklarla madde bağımlısı yapılmaya çalışılan çocuklarımızın, bu tuzaklara düşmemeleri için kendilerine teklif edilen her türlü bağımlılık yapıcı maddelere hayır diyebilme iradesini kazanmalarının önemini anlatılması.

gibi önlemler alınabilir..

PDR SERVİSİ