

MADDE BAĞIMLILIĞINA BİRLİKTE DUR DİYELİM!



"AİLE GÜCÜ, BAĞIMLILIKLA
MÜCADELENİN ANAHTARIDIR."



Madde bağımlılığı, kişinin sigara, alkol, uçucu maddeler ve yasa dışı uyuşturucular gibi zararlı maddelere karşı bedensel ve ruhsal bir bağımlılık geliştirmesidir.

- Bu maddeler kısa vadede keyif verici gibi görünse de, uzun vadede hem bireyin sağlığına hem de sosyal hayatına zarar verir.
- Özellikle ergenlik dönemi, merak, arkadaş baskısı ve kimlik arayışının etkisiyle riskli bir dönem olabilir.



Unutmayın:

Bağımlılık bir "kötü alışkanlık" değil, müdahale edilmesi gereken bir sağlık sorunudur.

BELİRTİLER VE RİSKLİ DAVRANIŞLAR

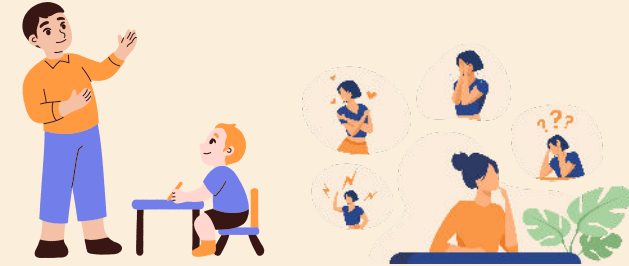
Madde kullanımı çoğu zaman dolaylı ve yavaş ilerleyen belirtilerle kendini gösterir. Bu belirtileri erken fark etmek, müdahale açısından çok önemlidir.

Olası Belirtiler:

- Ani ve açıklanamayan ruh hali değişimleri
- Aile ve arkadaşlardan uzaklaşma
- Düşen okul başarısı ve devamsızlık
- Gözlerde kızarıklık, ani kilo kaybı
- Eşyaların kaybolması, gizli harcamalar
- Alışılmış davranışlarda bozulmalar

Riskli Davranışlar:

- Gruplaşma ve kimlik arayışı
- Merak ve "bir kereden bir şey olmaz" yaklaşımı
- Sosyal medyada madde kullanımını özendiren içeriklere yönelme



Ebeveynlere Öneri:

Eleştirmek yerine anlamaya ve dinlemeye öncelik verin. Şüphelendiğiniz durumlarda güvendiğiniz bir uzmandan destek alın.



MADDE BAĞIMLILIĞINDA AİLENİN ROLÜ

ÖNLEYİCİ STRATEJİLER VE DESTEK KANALLARI

İLETİŞİM BİLGİLERİ

Madde bağımlılığıyla mücadelede aile desteği en kritik faktördür.

Ebeveynlerin tutumu, çocukların riskli davranışlardan uzak durmasında büyük rol oynar.

💡 Aile olarak neler yapabilirsiniz?

- Çocuğunuzu dinleyin, eleştirmeden anlamaya çalışın
- Gözlem yapın ama gizlice değil, açık iletişimle
- Ortak etkinlikler planlayın, birlikte kaliteli zaman geçirin
- Kurallar koyun ama sevgiyle ve tutarlı bir şekilde
- Davranışlarınızla model olun; sizin tutumlarınız onlar için örnektir
- Gerekirse uzman desteği alın, bu bir zayıflık değil, güçlü bir adımdır

⚠️ Unutmayın:

Sadece bağımlılıkla değil, duygularla da mücadele etmek gerekir. Çocuğunuzu anlamak, önlem almanın ilk adımıdır.

Madde bağımlılığı önlenabilir bir sorundur. Aile içi güçlü bağlar, doğru iletişim ve bilinçli tutumlar çocukların bu tür tehlikelerden uzak kalmasını sağlar.

✅ Önleyici Stratejiler:

- Açık iletişim kurun, çocuklarınızı yargılamadan dinleyin
- Dijital ve sosyal çevresini takip edin, ilgilendiği içerikleri tanıyın
- Güçlü bir aile rutini oluşturun: Ortak yemek saatleri, etkinlikler, hobiler
- Okulla iş birliği içinde olun, rehberlik servislerinden destek alın
- Kendinize de iyi bakın, çünkü siz güçlüsünüz, çocuklarınıza güç verirsiniz

💛 Destek Alabileceğiniz Yerler:

- Tatvan Rehberlik ve Araştırma Merkezi
- Yeşilay Danışmanlık Merkezi (YEDAM)
- Okul Rehberlik Servisleri
- ALO 191 Uyuşturucu Danışma ve Destek Hattı

💬 Yalnız değilsiniz!

İhtiyacınız olduğunda uzanacak bir el, dinleyecek bir kulak her zaman var.

📍 ADRES: KALE MAH. MENEKŞE CAD. NO

62 ESKİ ORTAOKUL TATVAN/BİTLİS

☎️ TELEFON: 434 825 18 25

✉️ E-POSTA:

TATVANRAM@HOTMAIL.COM

🌐 WEB: TATVANRAM.MEB.K12.TR

📱 INSTAGRAM: [@TATVANRAM](https://www.instagram.com/TATVANRAM)

