

MADDE BAĞIMLILIKLARINDA KULLANAN KİŞİYE BAKIŞ

Madde bağımlılıklarında belirli profiller çizilmeye çalışılır. Profil çizmeye çalışmak durumu anlamak için kolaylaştırıcı bir yol gibi görünür. Madde bağımlılıklarında somut, sıralayabileceğimiz ve görünce anlaşılabilen profiller çizmek mümkün değildir.

Kimler madde bağımlılığına yakalandıktan ziyade madde bağımlılığını neler tetikler diye sormak en sağlıklı soru ve yol olacaktır.

Madde bağımlılığına neler yol açar?

- Konu ile ilgili yeterli bilgi ve bilince sahip olmamak.
Esrarın, eroine göre daha az bağımlılık yarattığını düşünmek, kontrolün kendi elinde olduğunu sanmak gibi yanlış kanılara sahip olmaktır.
- Kabul açlığı
İstenilen ilgi, sevgi ve desteğin görülmediği durumlarda veya bu manevi ihtiyaçları karşılaması beklenen kişilerden karşılık alınmadığında kişi boşluğa düşer ve arayış içine girer.
- Sorunlarla başedecek güven ve kararlılığın olmadığı durumlarda Ailevi veya çevresel faktörlere dayalı başedilmekte zorlanılan sorunların mevcudiyetinde çözümü ertelemeye yönelik yollara başvurmaktır. Kişi çözümü sabote etmeye (bilinçli veya bilinçsiz) yönelik yollar dener.
- Travma yaşantıları (kayıplar, ağır hastalıklar, ekonomik kayıplar, akademik başarısızlıklar gibi)
Değişimler (ailedeki boşanmalar, istenmeyen iş değişimi, okul değiştirme gibi)
Kritik yaşamsal dönemler (ergenlik, üniversite sınavı, farklı bir ülkeye taşınmak gibi) sayabiliriz.





Temelde kişinin yaşadığı bir durum karşısında verdiği cevap “kendi yetersizliği” olduğunda kişiye zarar veren şeyler kalkanıymış gibi görünür. Uyuşturucu kullanımı ardında bir duygu, bir düşünce, kişinin kendine ve yaşamına dair aldığı karar ve inancın bir sonucudur.

Uyuşturucu, bu gibi durumlarda kişiye sorununu unutturan, yetersizliğini büyüten veya sahte bir benlik imajına inanmasına yol açan, sahtede olsa aitlik duygusu yaşatan (kabul açlığına da çözümmüş gibi görünür) ve kişiyi bulunduğu ortamdan uzaklaştıran (hatta koparan) bir rol üstlenir. Bu durumda kişinin en iyi veya en kötü arkadaşı oluverir. En kötü arkadaşı çünkü bazen kişi ne kadar kötü ve yetersiz biri olduğunu kanıtlamak ihtiyacı da duyabilir. Bazen uyuşturucu yardım istemenin veya dikkat çekmenin bir yoludur.

Danışmanın rolü bu noktada başlar. Kişiyi madde kullanımına yönlendiren yaşanan ana ait içsel ve dışsal nedenleri ortaya çıkarmak ve danışana da bunu fark ettirmektir. Böylece danışanın uyuşturucu yerine kendisine zarar vermeyen neleri koyabileceğini görebilsin. Kısacası kişiye kendine yeterliliği, güveni, sevmeyi ve sorunlarla yüzleşmeyi, çözüme odaklanmayı öğrenmesidir.

Aile yakınlarının desteği

Kızgınlık, suçluluk ve kaygılı durumdaki kişilerin madde bağımlısı kişilere yardımından ziyade zararları dokunur. Kişinin var olan çıkmazını ve durumunu pekiştirir.



Bu yüzden aradaki iletişimin hassas dengelerini sağlayabilecek kişilerin böyle bir süreçte ön planda olmaları en uygundur. Hassas denge, madde bağımlısı kişiye her zaman sevildiğini ve yanında olduğunu hatırlatma hem de tedavide ihtiyaç duyacağı desteği vereceğini göstermez.

Unutmayalım ki madde bağımlısı kişi kolay kolay bağımlı olduğunu kabul etmez. Tedavi sürecine girmeden önce tedaviye ihtiyaç olan kişi olduğunu ikna olması önemlidir. İkna süreci, kızgınlık, suçluluk ve kaygı yaşayan kişiler için yorucu ve yıpratıcıdır. Büyük beklentilere girmeden; duruma başarı ve başarısızlık atfetmeden sabırla yürütmek önemlidir. Hem ikna hem tedavi süreci zaman alacaktır. Ama imkansız değildir. nemli olan hassas dengeleri korumak ve sabırlı olmaktır.

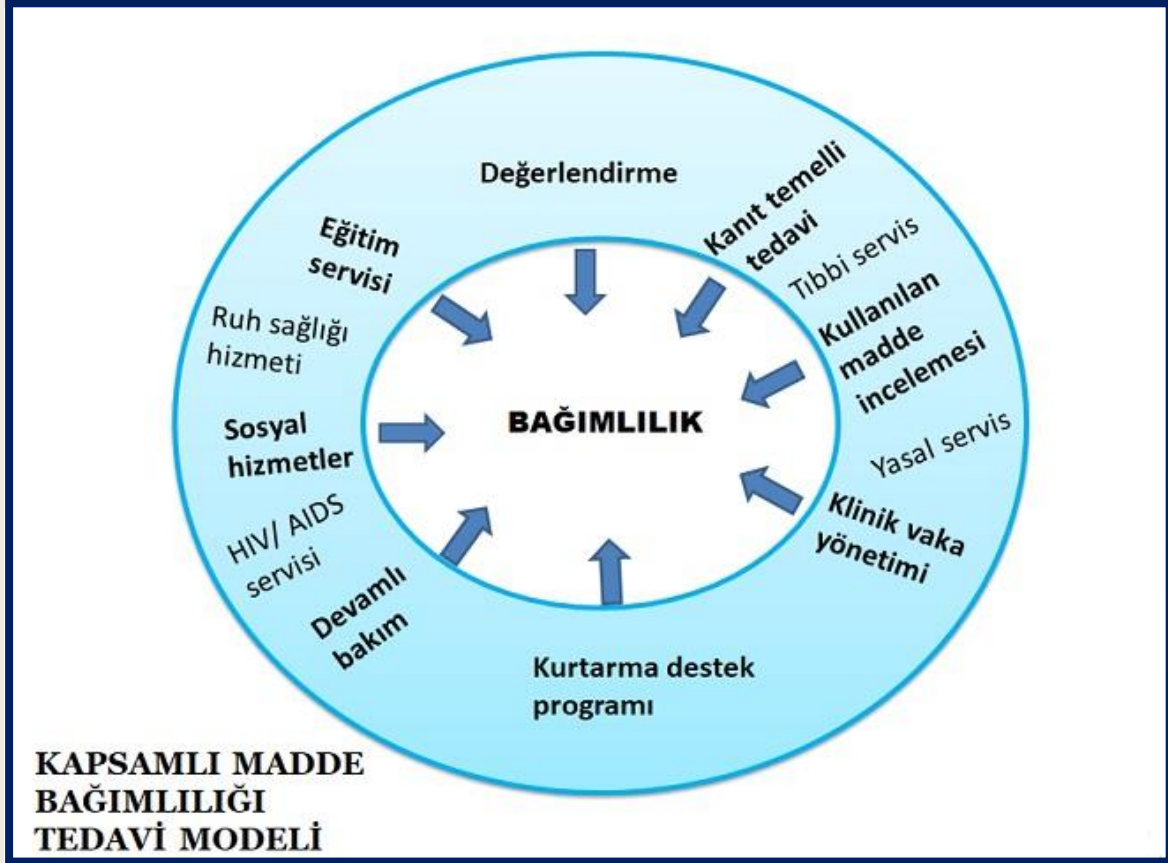
Aile yakınları için madde bağımlısı kişi iletişimlerinde en önemli kriterler:

- ✓ İletişimin sürekliliğini sağlamak
- ✓ Sabırlı olmak
- ✓ Vazgememek
- ✓ Anlamaya alışmak
- ✓ Başa çıkılamayan durumlarda profesyonel destek almak

Madde bağımlısı kişiye arkadaş çevresinden uzaklaştırmaya çalışmak, okulunu değiştirmek veya oturulan şehri değiştirmek çözüm değildir. Sonuçta sorun kişinin kendi ile ilgilidir. Yeni başlangıçlar yapılabilmesi için önce sorun ve sorunun nedenleri ile yüzleşilmesi gerekir.

Yakın çevrenin desteği

Aile yakınlarından farklı bir durum olmayacaktır. Genelde madde bağımlısı kişi yakın çevresinden uzaklaşır. Anlaşılmadığını, kabul görmediğini ve sevilmediğini düşünerek uzaklaşır. Temel iletişim kriterleri çerçevesinde madde bağımlısı kişiye yardımcı olunabilir. Burada kritik nokta yardım eden kişinin kendini her zaman ruhsal, fiziksel ve sosyal ağıdan kendini koruyabilmesidir.



Psikolojik yardım

Uyuşturucu kullanımı ardında bir duygu, bir düşünce, kişinin kendine ve yaşamına dair aldığı karar ve inancın bir sonucu olduğunu ifade etmiştik. Kişiyi anlamaya çalışmak sorunu da anlamak için bir yöntemdir. Kişinin sorunlarını çözmek için bulduğu yolun hangi duygu, düşünce ve karardan geldiği psikolojik yardım sırasında ortaya konur. Psikolojik yardım klinik tedaviye destektir.

Aylin ÇEVİK
Danışman Psikolog & Eğitim Uzmanı
Öğretim Görevlisi