

YEDAM'larda; tütün, alkol, madde, kumar ve internet bağımlılığı alanlarında Ocak-Eylül 2020 tarihleri arasında hizmet verdiğimiz danışan ve yakınlarının sayısı, 2019 yılına kıyasla **%330** oranında artış göstermiştir.

Eylül 2020 itibariyle 49 şehirde 61 YEDAM ile hizmet vermekteyiz. Tüm merkezlerimizde alkol, madde ve tütün bağımlılığı konusunda psiko-sosyal destek vermeye devam ediyoruz.

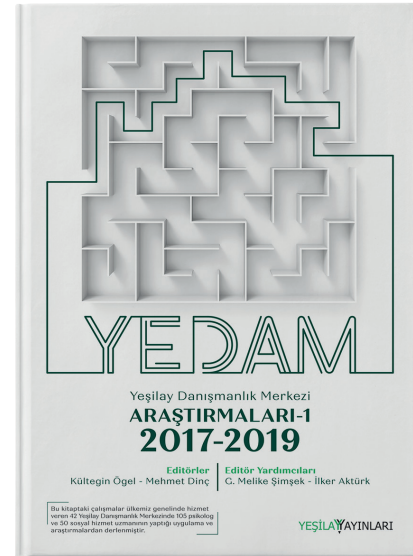
Ayrıca **17 ilimizde kumar bağımlılığı, 21 ilimizde ise internet bağımlılığı** konusunda da psikolojik destek hizmeti vermeye başladık.

Eylül 2020 Verileri

	Tütün	Alkol/Madde	Kumar/İnternet
Danışma Hattı'na gelen çağrı sayısı	4.390	3951	439
İlk defa başvuran danışan sayısı	479	346	84
Takip edilen danışan sayısı	462	927	85
Toplam görüşme sayısı	1333	1624	237

Yeşilay Danışmanlık Merkezi (YEDAM) Araştırmaları - 1

kitabı; 2017-2019 yılları arasında, ülkemiz genelinde hizmet veren **42 Yeşilay Danışmanlık Merkezi'nde 105 psikolog ve 50 sosyal hizmet uzmanının** yaptığı uygulama ve araştırmalardan derlenmiştir.



Kitaba ulaşmak için; Yeşilay Market'i (www.yesilaymarket.com) ziyaret edebilirsiniz.

YEDAM olarak bağımlılık ve tedavisi hakkında toplumu bilgilendirmek, merak edilen konulara değinmek istiyoruz.

ALKOL/MADDE BAĞIMLILIĞINDA SOSYAL DESTEK İLİŞKİSİ



Alkol ve madde bağımlılığı ülkemizde de her geçen gün artan; sağlık, mesleki, ekonomik ve sosyal alanlarda bireyi ve toplumu olumsuz yönde etkileyen biopsikosozyal bir sorun haline almaktadır. Bağımlılık bireyin biyolojisini, fizyolojisini, aile ilişkilerini, sosyal yaşantısını, ruhsal durumunu etkileyen bir beyin hastalığıdır.

Bağımlılığı olumlu ve olumsuz yönde etkileyen faktörlerden bir tanesi de sosyal destektir. Kısaca tanımlayacak olursak sosyal destek, insanların karşılıklı iletişimlerinin bireyin özelliklerinden, ilişkinin niteliklerinden, sosyal ve kültürel durumlardan etkilendiği dinamik bir olaydır. Bu dinamiklerin bozulması alkol/madde bağımlılığını olumsuz yönde etkileyebilir. Sosyal destekten yoksun olan bireylerin problem çözme, stresle başa çıkma, benlik saygısında düşüşler meydana gelebilir. Birey içinde bulunduğu bu durumlar karşısında yanlış arkadaş seçimleri, alkol/madde kullanan kişilerle vakit geçirme, sosyal olarak toplumdaki geri çekilme gibi durumlar yaşayabilir.

Fare Parkı Deneyi

Sosyallik ve alkol/madde kullanım arasındaki ilişkiyi incelemek için farelerle Bruce K. Alexander ve arkadaşları 1970'lerde bir deney yapmışlardır. Bu deneyde bir deney faresi tek başına iki suluklu bir kafese konuluyor ve suluklardan biri sadece su varken diğer suya morfin ekleniyor. Fare ne zaman bu kafese konulsa madde dolu suya yöneliyor ve kendisini öldürünceye kadar içmeye devam ediyor. Deneyin ikinci aşamasında, aynı kafese renkli toplar, tünel, oynayacak ve başka fareler de ekleniyor. Yine bu kafeste normal su ve morfinli su dolu suluklar bulunuyor. Sosyal ortamı değişen ve çeşitlenen fareler su içmek istedikleri zaman bu sefer sadece su bulunan suluğa doğru yöneliyor. Bu deneyde olduğu gibi

bireyin sosyal destek mekanizmaları azalıp yalnızlaşmaya başladıkça alkol/madde kullanımına eğilimi artıyor. Bir diğer kafeste görüldüğü gibi sosyal destek mekanizmaları arttıkça bireyin sorunlarla baş etme becerileri artarak alkol/madde kullanımından uzaklaşabiliyor.

Sosyal çevresi ve ailesi tarafından destek gören kişilerin alkol/maddeye yönelimi veya alkol/madde kullanım oranının azalması sağlanabilir. Sosyal destek kaynakları olarak bireyin ailesi, arkadaşları, romantik partnerleri, öğretmenleri, iş arkadaşları, komşuları, ideolojik, dinsel veya etnik gruplar ile bireyin içinde yaşadığı toplum gibi faktörler sayılabilir. Sosyal destek mekanizması ile birlikte, kişinin stresle baş etme stratejileri, benlik saygısı, güvenli bağlanma kurma becerileri, iletişim kurma, problem çözme becerileri gelişebilir.

YEDAM'da bireyler psikolojik destekle beraber sosyal destek mekanizmasını güçlendirmek için uzmanlar eşliğinde kişilere özgü bir tedavi planı oluşturulur. Bu tedavi planı ile bireylerin boş zamanlarını değerlendirme, hobilerinin desteklenmesi, mesleki kurslara yönlendirme, eğitim desteği, ekonomik destek için yönlendirmeler, aile ilişkileri ve arkadaş ilişkilerini düzenleme gibi çeşitli alanlarda kişilerin yeniden sosyal hayatta aktif rol oynaması için desteklenir. Bağımlılık sürecinde sosyal destek mekanizması güçlü olan kişilerin yaşantısı daha işlevsel bir hale gelecek ve bağımlılıkla mücadele süreci daha sağlıklı ilerleyecektir.



444 7975
YEDAM DANIŞMA HATTI

destek@yedam.org.tr
www.yedam.org.tr