

MADDE BAĞIMLILIĞI VE ŞİDDET

Psikolog Aysin KURTULUŞ

Şiddet, 20. yüzyıla damgasını vuran bir kavram. Şiddetin 21. yüzyıla da damgasını vuracağını ve en sık karşımıza çıkacak olgulardan birisi olacağını söylemek mümkündür. Terör ve şiddet olayları ne denli yoğunsa, günlük yaşamda karşılaştığımız bireysel şiddet de o denli, hatta daha da yoğun şekilde yanı başımızda, her an yaşanabilir boyutta kendini hissettiriyor.

Şiddet, yaşamımızı öylesine sarmalamış ki evin içinde yaşanan şiddet de her an karşımıza çıkartıyor. Kocasından dayak yiyen kadın, annesinin dövdüğü çocuk, cinsel tacize maruz kalan genç kız, uyuşturucu batağına saplanmış genç; hepsi de yakın çevremizde yaşadığımız gözlemediğimiz olaylar.

ŞİDDET NEDİR?

İnsanın doğasında mevcut, bastırılmış bir davranış biçimi olan şiddet, sözlüklerde sert, katı davranış; azarlama ve cezalandırmada aşırı gitme; inandırma ve anlaşmaya varma yerine kaba kuvvet kullanma şeklinde tanımlanıyor.

ŞİDDET ŞEKİLLERİ

Kendine Dönük Şiddet: İntihar, bedene zarar verici uygulamalar veya madde kullanımı.

Kişilerarası Şiddet: Kadına, çocuğa, yaşlıya, arkadaşına yönelik şiddet, flört şiddeti, aile içi şiddet, madde kullanımı nedeniyle bozulan psikolojik yapı nedeniyle uygulanan şiddet.

1. Duygusal ve sözel şiddet: Sevgi göstermeme, aşağılama, devamlı eleştirme, kıskançlık, reddetme, yalnızken ya da başkalarının yanında küçümseme, alay etme, ya da yaşamın keyfi olarak kısıtlanmasına yönelik emirler, korkutma, sevdiği bir faaliyetten alıkoyma.

2. Fiziksel şiddet: Kişinin güç uygulayarak karşısındakini denetimi altına almasıdır. Dövme, tokatlama, ateşli ya da delici silahla yaralama, yakma.

3. Cinsel şiddet: Kadının rızası olmadan cinsel ilişkiye zorlanması.

4. Ekonomik şiddet: Kadının maddi varlığını onun rızası olmadan kullanma.

Ayrıca:

Organize Şiddet; Terör, politik şiddet, iktidara karşı şiddet.

Medya Şiddeti; intihar, saldırganlık, cinsel sapma, doğaüstü güçler, hoşgörüsüzlük, küfür, saygısızlık etmek gibi davranışlar medyatik etkinliklerle yaşamın doğal bir parçası olarak kabul edilebilmektedir.

Diğer Şiddet Şekilleri; Kan davası, sokak şiddeti, insan ve organ ticareti, okulda ve spor olaylarında şiddet.

ŞİDDETE BAŞVURAN KİŞİLERDE ŞU ÖZELLİKLER GÖRÜLÜR

- "Kıskançlık ve yoğun kaybetme korkusu
- "Başkalarının davranışlarını kontrol etme isteği
- "İstekleri yerine gelmediğinde aşırı tepki
- "Kendi ihtiyaçları, duyguları ve isteklerinin daha önemli olduğuna inanma
- "Gerçekçi olmayan beklentiler
- "Aşırı alınganlık
- "Düşük benlik saygısı (dışarıya karşı aşırı güvenli bir görünüm verebilirler, hatta buna kendileri de inanabilirler ama gerçekte olumsuz benlik algısına sahiptirler)
- "Sorunları için başkalarını suçlama eğilimi
- "Ani duygu değişimleri
- "Davranışlarının başkaları (özellikle şiddet uyguladıkları kişiler) üzerindeki olumsuz etkilerini görmezden gelme ve kabul etmeme
- "Aile kurumu içindeki veya toplumdaki cinsiyet ayrımcılığı kalıplarından yararlanma
- "Şiddeti arttırabilecek diğer etkenlerden birine sahip olma: Alkol veya madde bağımlılığı, ruhsal rahatsızlıklar gibi.

NEDEN GENÇLER ŞİDDET KULLANMA VE MADDE BAĞIMLILIĞI AÇISINDAN RİSK ALTINDALAR.

Gençlik; cesaretin çekingenliğe, serüven isteğinin durağanlığa üstün geldiği dönemdir.

- İlgileri (Politikaya, Spora vb.) artmış,
- Tepkileri sert,
- Çabuk sevinir, çabuk üzülürler,
- Gel, geç hevesleri var,
- Başarılı olma istekleri var,
- Karşılaştırmalardan hoşlanmazlar,
- Dış görünüşe önem verirler,
- Arkadaşlarının sözlerine ve davranışlarına önem verirler.

MADDE KULLANIMI İLE İLGİLİ RİSK FAKTÖRLERİ

1-Aile Yapısındaki Risk Etkenleri (aşırı koruyucu, kollayıcı, parçalanmış aile, ebeveynlerden birinin kaybı, iletişim eksikliği, baskıcı veya ilgisiz aile, v.b).

2-Sosyal Risk Faktörleri (yaşam stresleri, göç, bozuk sosyo-ekonomik düzey, işsizlik, çocuk yaşta çalışma, düşük okul başarısı, cinsel ya da fiziksel taciz yaşama).

3-Madde Kullanma Boyutunda Risk Altında Bulunan Gençlerin Psikolojik Özellikleri (genetik yatkınlık, ani tepkiler verirler, yenilik arayışı, kendini ispatlamaya çalışma, içe dönük yapıdadırlar, erken yaşlarda davranış problemleri mevcuttur, saldırgan ya da asi davranışlar gösterirler, kendine güvenin az olması, gelecek ile ilgili kaygılar, cinsel kimlik sorunları, davranış bozuklukları gösterirler, sosyal değerlere yabancılaşma, yaşlılarından aşırı etkilenirler, her şeyi reddeder ya da aşırı itaatkardırlar, baş etme mekanizmalarının yeterli olmaması, çabuk heyecanlanırlar).

MADDE BAĞIMLILIĞI VE ŞİDDET

Şiddete başvuran ve madde kullanma riski olan gençlerde; aile özellikleri, sosyal özellikleri ve kişilik özellikleri arasında büyük benzer-

likler bulunmaktadır. Kişide şiddet eğiliminin olması, madde kullanımına neden olabiliyor ve madde kullanımının beraberinde şiddet eğilimi/davranışı artarak devam ediyor.

MADDE KULLANIMINA BAŞLAMA YAŞI

% 31	15 YAŞ ALTI
% 43	16-20
% 12	21-25
% 6	26-30
% 8	30 YAŞ ÜSTÜ

MADDE BAĞIMLILIĞI NE DEMEKTİR?

Bireyle nesne arasında bir ilişki vardır. Eğer bu ilişki bireyin özerkliğini, özgüllüğünü, özgürlüğünü, ortadan kaldırıyor; böylece onun davranış dağarcığında var olmayan yeni tutum ve davranışlara yol açıyor, öz denetimini zayıflatıyorsa bu bir bağımlılık ilişkisidir.

MADDE BAĞIMLILIĞININ ZARARLARI

Madde bağımlılarının genel olarak karşılaşılabilecek problemler şunlardır.

1. Bedensel
2. Ruhsal
3. Sosyal sorunlar meydana geliyor.

NELER YAPILABİLİR?

- Araştırmalar şiddete ve saldırganlığa yönelik davranışların yaşamın erken dönemlerinde öğrenildiğini göstermektedir. Ancak, yine araştırmalar, çocukların duygularını şiddet kullanmadan ifade edebilmeleri için ailelerinin büyük yardımı olabileceğini de göstermektedir.
- Anne-babalar çocuklarının güven ve sevgi dolu bir evde yaşamalarını sağlayarak şiddeti azaltmada ve madde kullanımını önlemede önemli bir rol üstlenirler.
- Kendisini güvencede hissedebilmesi ve diğerlerine

güvenebilmesi için, her çocuğun anne-babasıyla ya da bir yetişkinle güçlü, sevecen bir ilişki, bir "bağ" kurabilmesi gerekir. Kendisine sevgi ve ilgi gösteren bir yetişkinle böyle bir bağ kuramayan bir çocuğun, düşmanlık duyguları içinde gelişmesi ve "zor" bir genç olması ihtimali vardır. Kendileriyle çok küçük yaşlardayken ilgilenilmiş çocuklar arasında, "sorunlu davranışları" olan gençlere daha az sayıda rastlanmaktadır.

- Çocuklar genellikle taklit ederek öğrenirler. Ailelerinin değerleri, tutumları ve davranışlarının onlar üzerindeki etkisi büyüktür. Saygı, dürüstlük, ailemizden ve akrabalarımızdan gurur duymak gibi değerler, çocuklarımız için önemli bir güç ve güven kaynağıdır. Çocuğunuzun olumsuz arkadaş baskısı altında olduğu, şiddetin yoğun rastlandığı, madde kullanılan bir ortamda yaşadığı ya da davranış bozuklukları olan öğrencilerle aynı okullara gittiği durumlarda bu değerler özellikle önemlidir.

- Anne-babalar bazen farkında olmadan şiddet dolu davranışları teşvik edebilirler. Örneğin bazı ebeveynler, erkek çocuklarının kavga etmeyi öğrenmeleri gerektiğini ileri sürerler. Çocuklarınıza anlaşmazlıklarını, tehdit, yumruk ya da silah kullanarak değil, sakin ve yerinde kullanılan sözcüklerle çözmelerini öğretin.

- Çocuklarınıza ceza vermek için onları itmek, kakmak, tokatlamak, vurmak ya da dayak atmak gibi davranışlar, onlara sorunlarını iterek, kakarak, vurup, çarparak çözenin uygun olacağı; ceza vermeleri gerektiğinde onların da benzer şekilde cezalar verebilecekleri mesajını vermektedir.

- Fiziksel cezalar, istenmeyen davranışları ancak belli bir süre için durdurabilmektedirler. Hatta çocukların çok sert cezalara bile uyum yapabildiği bu nedenle de cezanın hiç bir etkisi kalmadığı bilinmektedir.

- Oysa ki fiziksel olamayan disiplin yöntemleri, çocukların duygularıyla daha kolay başa çıkmalarına yardımcı olmakta; sorunlarını şiddet-dışı yöntemlerle çözebilecekleri yolları öğretmektedir.

- Evdeki şiddet çocuklar için korkutucu ve zararlıdır. Çocukların korku duymadan, sevgi içinde yaşayabilecekleri güvenli bir eve ihtiyaçları vardır. Evinde şiddete tanık olan çocukların, ileride mut-

laka şiddet gösterecekleri söylenemese de karşılaştıkları sorunları şiddete başvurarak çözmeye "yatkın" olacakları söylenebilir.

- Şiddet sadece fiziksel değildir. Sözlü ve tavırlı-davranışsal şiddet de söz konusudur. Eşine, çocuğuna, memuruna işçisine vs. sürekli bağırın, azarlayan birinin de yaptığı şiddettir.
- Bazı insanlar sorunların çözümü için, ya da bir yönetim, eğitim tarzı olarak şiddeti benimseyebiliyorlar.
- Şiddetin en fazla görüldüğü yerlerin başında aile ortamı gelmektedir. Aile içi şiddete en fazla çocuklar, sonra kadınlar maruz kalmaktadır.
- Ebeveynler gerek birbirleriyle olan çatışmalarından doğan öfkeyi, gerekse günlük yaşamdaki streslerini en fazla çocuklarına yansıtmaktadırlar. Onlar savunmasız ve masum olduklarından, ebeveynlerin en kolay hedefi olmaktadır.
- Aile içi iletişimde ve okulda çocuğun/gencin duygu ve düşüncelerinin neler olduğu konusunda kendisini ifade etmesine ortam hazırlanmalı; aile, okul ve toplumsal iletişimde şiddet ve madde kullanımı konularında bilinçlendirme çalışmalarının organize bir şekilde gerçekleştirilmesi sağlanmalıdır.

GENÇLERİ ŞİDDETEN VE MADDE KULLANIMINDAN KORUMAK İÇİN NELER YAPILMALIDIR.

- Her alanda gençlerin hedeflerinin olması sağlanmalı.
- Enerjilerini harcayabildikleri spor, kültür ve sanat etkinliklerini gerçekleştirebilecekleri alanlar oluşturulmalı.
- Görsel ve yazılı basın araçlarının yayınlarında daha özenli davranılması sağlanmalı.
- Ailelerin bilinçli çocuk yetiştirme konusunda sağlıklı bilgi, tutum ve davranış geliştirmeleri sağlanmalıdır.

EN BÜYÜK OLAYLAR EN TANTANALI OLANLAR DEĞİL EN SESSİZ SAATLERDİR.

Çocuklarımızı şiddetten ve madde kullanımından korumak ancak onları sorumluluklarının bilincinde olan, sorunlarına çözüm getire-

bilen, özgüven ve bağımsızlık duyguları gelişmiş bireyler olarak yetiştirmemize bağlıdır.

Şiddet ve madde bağımlılığı ne yazık ki artık sadece bir grubun değil hepimizin sorunu. İletişim kuramadığımız/kurmayı bilmediğimiz, sorun çözme mekanizmaları geliştiremediğimiz, kendimizi ifade etmekte yetersiz kaldığımız her an, şiddet ve madde kullanımı başat bir alternatif olarak ortaya çıkıyor... Bu nedenle, sadece okullarda ya da okul çevresinde meydana gelen şiddet olaylarına değil, her an her yerde direkt bize yönelmese de, tüm şiddet olaylarına karşı duralım ve şiddeti bu dünyadan uzaklaştıralım.

Hayat çiziyor/silgi olmadan.

