

Bağımlılıkla Mücadelede Toplumsal Sorumluluk Şart

Bağımlılık, günümüzde yalnızca bireysel bir sorun olmaktan çıkıp toplumsal boyutlarıyla da ele alınması gereken küresel bir tehdit haline geldi. Yeşilay Haftası kapsamında bağımlılıkla mücadelede bireyler, aileler ve topluma düşen sorumlulukları vurgulayan Beykoz Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi Öğretim Üyesi ve Psikoloji Programları Başkanı Prof. Dr. Mansur Beyazyürek, teknolojik ve davranışsal bağımlılıkların hızla arttığına dikkat çekti.

Teknolojinin hızla gelişmesi ve sosyal dinamiklerin değişmesiyle birlikte, geleneksel madde bağımlılıklarının yanı sıra dijital bağımlılıklar da endişe verici boyutlara ulaşıyor. Beykoz Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi Öğretim Üyesi ve Psikoloji Programları Başkanı Prof. Dr. Mansur Beyazyürek, Yeşilay Haftası dolayısıyla yaptığı değerlendirmede, bağımlılıkla mücadelenin bireylerden ailelere, eğitim kurumlarından topluma kadar herkesin ortak sorumluluğu olduğunu vurguladı.

Bağımlılık Çeşitleniyor, Kontrol Edilmesi Zorlaşıyor

Bağımlılığın boyutlarını tam olarak belirlemenin gün geçtikçe zorlaştığını vurgulayan Prof. Dr. Mansur Beyazyürek, madde bağımlılığının yanı sıra teknoloji ve dijital dünya ile bağlantılı bağımlılıkların da endişe verici seviyelere ulaştığını ifade etti. "Son yıllarda özellikle alkol ve bağımlılık yapıcı maddeler dışında davranışsal bağımlılıklar ön plana çıkıyor. Teknolojinin gelişmesiyle cep telefonları, internet, bilgisayar oyunları gibi araçlar hayatımızın vazgeçilmez bir parçası haline geldi. Bununla birlikte kumar, alışveriş, yeme ve hatta sosyal medya bağımlılığı gibi yeni riskler ortaya çıkıyor. Bağımlılık artık sadece bireysel bir sorun değil, toplumu doğrudan etkileyen bir mesele haline geldi." dedi.

‘Benim Başıma Gelmez’ Yanılgısı Mücadeleyi Güçleştiriyor

Bağımlılıkla mücadelede en büyük hatalardan birinin, sorunun yalnızca bireysel olarak ele alınması olduğunu belirten Prof. Dr. Beyazyürek, bu yaklaşımın çözümden uzaklaştırdığını vurguladı. Prof. Dr. Beyazyürek sözlerine şöyle devam etti: "Bağımlılık, sadece madde kullanan bireyin değil, ailesinin ve içinde bulunduğu toplumun da sorunudur. ‘Benim çocuğum yapmaz’ ya da ‘Bizim ailemizde böyle şeyler olmaz’ gibi yaklaşımlar mücadelede başarısızlıkların temel nedenlerinden biri. Bağımlılık bireyin beden sağlığını, iş gücünü, eğitimini ve sosyal hayatını

etkilediği gibi, dolaylı olarak tüm toplumu da olumsuz etkiler. Bu nedenle yalnızca bireysel çabalarla değil, ailelerin ve toplumun ortak sorumluluk bilinciyle hareket etmesi gerekiyor."

Gençler En Büyük Risk Grubunda

Bağımlılık riskiyle en fazla karşı karşıya kalan grubun gençler olduğunu vurgulayan Prof. Dr. Beyazyürek, özellikle erken yaşta teknoloji ile tanışan bireylerin daha yüksek risk taşıdığını belirterek "Gençler genellikle ergenlik döneminin başlarında bağımlılık yapıcı bir maddeyle tanışabiliyor. Ancak madde dışı bağımlılıklar çok daha erken yaşlarda başlıyor. Cep telefonu, bilgisayar ve internet kullanımına küçük yaşlarda maruz kalan çocuklar, ilerleyen yıllarda daha büyük bir bağımlılık riskiyle karşı karşıya kalıyor. Özellikle 0-6 yaş dönemi çok önemli. Bu dönemde yaşanan sevgisiz ortam, şiddet, taciz gibi olumsuz etkenler çocuğu maddeye yöneltiyor. Aile içinde sağlıklı bir iletişim ortamı oluşturmak, çocuklara sevgi dolu bir çevre sağlamak ve doğru arkadaş ilişkileri kurmalarını teşvik etmek bağımlılığın önlenmesinde kritik rol oynuyor. Ayrıca genç insanın geleceğini kurgulayamaması da önemli bir risk faktörü oluşturmaktadır." dedi.

Aileler ve Eğitim Kurumları Nasıl Destek Olabilir?

Bağımlılıkla mücadelede en önemli rollerden birinin ailelere düştüğünü belirten Prof. Dr. Beyazyürek "Ebeveynlerin şüpheli durumlarda uzman desteği almaktan çekinmemesi gerekir. Bağımlılıkla mücadeleye geniş bir perspektif ile yaklaşılmalı ve hamilelik döneminden itibaren başlanmalıdır. Annenin ve çocuğun beslenmesi, çevre koşulları, aile içi iletişim ve ebeveyn tutumları, çocuğun ilerleyen yıllarda bağımlılık geliştirme riskini doğrudan etkileyen unsurlardır. Yaşamın her dönemine göre bağımlılık konusunda verilebilecek eğitim söz konusudur. Anne-babalar, şüpheli durumlarda mutlaka uzmanlara danışmalı ve bu konuda bilinçlenmelidir. Eğitim kurumları toplumun her kesimini bilinçlendirecek doğru eğitim programları oluşturmalıdır. Bilimsel verilere dayalı bilgilendirme çalışmalarıyla bağımlılıkla ilgili yanlış inanışlar ortadan kaldırılabilir. Bazı çevrelerde bağımlılık konusunda eğitimin çocuklarda merak uyandırabileceği yönünde endişeler var, ancak bu doğru bir yaklaşım değil. Bağımlılıkla ilgili bilinçlendirme çalışmaları, korku veya yasaklarla değil, doğru bilgilerle ve bilimsel temele dayalı şekilde yapılmalı." ifadelerini kullandı.

Bağımlılıkla Mücadelede Toplumsal Adımlar

Bağımlılığı önlemek ve toplumsal farkındalığı artırmak için atılması gereken adımları sıralayan Prof. Dr. Beyazyürek, bu mücadelenin disiplinler arası bir yaklaşımla yürütülmesi gerektiğini ifade etti ve bağımlılıkla mücadele adımlarını şöyle sıraladı:

- Bağımlılıkla mücadele konusunda psikologlar, sosyologlar, eğitimciler, sağlık uzmanları, din adamlarının bir arada çalıştığı bir enstitü kurulmalı. Bu enstitü bilimsel verileri değerlendirmeli, çalışmaların çıktıları ise yasalaştırılmalıdır.
- Bağımlılık, bilimsel yaklaşımlarla sürekli ve doğru biçimde ele alınmalıdır.
- Medya, bağımlılıkla ilgili doğru ve bilinçlendirici içerikler üretmeli, teşvik edici yayınlardan kaçınılmalıdır.
- Bağımlılığın biyolojik, psikolojik ve sosyal boyutlarını ortaya koyan araştırmalar teşvik edilmelidir.

Bağımlılıkla mücadelenin, toplum olarak hepimizin ortak sorumluluğı olduğunu, bireylerin yanı sıra eğitim kurumları, aileler, medya ve devlet politikalarının bu sorunun çözülmesinde aktif rol alması gerektiğini belirten Prof. Dr. Beyazyürek, toplum olarak bilinçli ve kararlı adımlar atılmasının önemini vurguladı.