

# **ERGENLERDE RİSKLİ DAVRANIŞLAR**

## **İÇİNDEKİLER**

Giriş

Ergenlerde Riskli Davranışlar

Ergenlikte Sigara Alışkanlığı

Ergenlikte Akol Alışkanlığı

Yapılan Çalışmalar

## **GİRİŞ**

Son 20-30 yıl içinde ergenlerde sık görülen riskli davranışlarla ilgili olarak hem teorik hem de ampirik çok sayıda araştırma yapılmış ve önemli düzeyde bilgi birikimi oluşmuştur. Günümüzde riskli davranışlar bir yandan kültürel değerler ve toplumsal yapı ile, diğer yandan bireyin biyolojisi ve genetiği ile ilişkili ve aynı zamanda bireyin gelişimsel süreçlerinden de etkilenen kompleks durumlar olarak kabul edilirler. Ayrıca riskli davranışların bir arada görülme eğiliminde olduğu ve genellikle bir yaşam biçimi olarak karşımıza çıktığı da gösterilmiştir. Riskli davranışlar direkt yada indirekt olarak gençlerin sağlık ve iyilik hallerini ve yaşamlarını etkileyen ve potansiyel olarak olumsuz sonuçları olabilecek davranışlar olarak tanımlanır. Madde kullanımı, şiddet ve güvensiz cinsel ilişki ergenlik çağında sıkça rastlanan ve halk sağlığı sorunu olarak kabul edilen riskli davranışlardandır. Son zamanlarda ruh sağlığı sorunları ve obezite de ergen sağlığını tehdit eden alanlar olarak görülmeye başlanmıştır. Madde kullanımı, gencin ailesi ile ilişkisinin bozulmasına yada yasalarla başının derde girmesine yol açabilir. Ergen sağlığı konusunda yapılan araştırmalar bu alandaki müdahale programlarının riskli davranışları önleme yada tedavi etme biçiminden, gençlerin sağlıklı gelişimini destekleme biçimine dönüşmesine de neden olmuştur.

### **Ergenlerde Riskli Davranışlar**

Fiziksel şiddet, silah niteliğindeki araçları taşımak,  
Erken ve riskli cinsel ilişki kurmak,  
Sigara, alkol ve madde kullanımı,  
Olumsuz/hatalı arkadaş ilişkileri, İntihar düşünceleri ve girişimleri,  
Evden kaçma,  
Okuldan kaçma,  
Suç işleme ve suça yönelik davranışlar,  
Kendine zarar verme davranışları,  
Siber zorbalık.

## ERGENLİKTE SİĞARA

Ergenlikte sigara bağımlılığın birçok nedenleri vardır. Aile ortamı, aile içi ilişkiler, arkadaş çevresi, aile bireyleriyle olan ilişkiler, kişisel sorunlar, duygu değişiklikleri ve daha bir çok alternatif türetiler. Dönemsel kimlikle ilgili nedenler başta olmak üzere; bireysel kimlik, akademik kimlik, cinsel kimlik gibi nedenler ergenleri sigara bağımlılığa iten olumsuz ortam koşullarıdır. Buradan anladığımız üzere ergenin maddeye yönelmesinin ana nedeni, çatışmalarından duyduğu huzursuzluktur. Huzursuzluğu dindirmek için haz verecek bir şeyler aramaya başlar. Bu arayış küçük yaşlardan itibaren başladığı gibi, bulduklarını denemeyenilma yöntemiyle değerlendirmeye alır. Arayışa neden olan duygu merak olduğundan; merak, ergenleri bağımlılığa iten nedenlerden biridir.

### Sigara bağımlılığında Nasıl Yaklaşmalıyız?

Sigara bağımlısı çocukların tedavi edilemeyeceği düşüncesi yanlıştır. Bu tedavi zor ya da imkansız değildir. Tedavi sürecinde özenli ve disiplinli olunduğu sürece başarılı sonuçlar elde edilebilir. Bağımlı ergenler önce beden sonra ruh sağlığı olacak şekilde tedavi edilmelidirler.

## ALKOL BAĞIMLILIĞI

Alkol bağımlılığı, diğer adıyla alkolizm alkollü içkilere tutkunluk derecesinde bağı olma haline denir. Alkolik, alkolün kendisine ve sosyal ilişkilerine zararlı olduğunu bildiği halde içmekten kendini alamayan kişidir. Alkol kullanımına yeni başlayan genç, ne kadar içeceğini ve nerede duracağını bilemeyebilir hatta böyle bir kaygısı bile olmayabilir. Gençlerin alkol kullanımıyla beraber daha yüksek riskleri düşünmeden alabildiği yapılan çalışmalarda kanıtıyor. Ergenlik, sakarlığın çok yaşandığı bir dönemdir. Sakarlık alkol kullanımıyla birleştğinde boğulma, yanma, düşme olayları sık rastlanmaktadır. Alkol, ergenlik ile birleştğinde kazalar kaçınılmaz hale gelir. Adolesan döneminde sık kullanılan alkolün olumsuz sonuçlarından bazıları; ergenlerin

akranlarıyla, öğretmenleriyle, aileleriyle aralarının bozulması, okulda başarının düşmesi, otoriteye karşı gelmeleridir.

## Alkol Tedavisi

Alkol sosyal kullanımı da olan bir psikoaktif madde olduğu için alkolün kötüye kullanımını veya alkol bağımlılığının geliştiğini kabul etmek zaman alabilir. Alkol kullanan birçok kişi sosyal kullanım düzeyinde devam ederken alkol bağımlılığı gelişmektedir. Alkol kullanan ve tedavi olmak isteyen, bu konudaki problemlerine çözüm arayan kişi ve yakınları hastanelere bağlı Alkol ve Madde Bağımlılığı Tedavi Merkezleri (AMATEM) ile psikiyatri kliniklerine başvurarak tedavi olabilirler.

## Alkol tedavisinde Ne yapılmalı?

Bağımlı kişinin davranışlarının sonuçlarını görmesine yardımcı olunmalı

Samimi ilgi gösterilmeli,alkol probleminin bir hastalık olduğunu unutulmamalı

Bağımlılık tedavi metotları hakkında bilgi sahibi olunmalı. Bağımlıya bunlardan bahsedilmeli.

Bağımlı kişinin yardım kabul etmesine hazırlıklı olunmalı. Tedavi merkeziyle önceden görüşülmeli, gerekli ayarlamaları yapılmalı. Böylece harekete geçmesini engelleyecek bahaneler ortadan kalkmış olur.

## KAYNAKÇA

Alikaşıfoğlu M, Ercan O. Ergenlerde madde kullanımı. Türk Pediatri Arşivi 2002;37:66-73. 2. Alikaşıfoğlu M, Ercan O. Ergenlerde riskli davranışlar. Türk Pediatri Arşivi 2009;44:1-6.

Aksoy, K. (2006). Lise öğrencilerinin bağımlılık yapan maddelere ilişkin tutumları ve bu tutumlara etki eden değişkenlerin incelenmesi (Yüksek lisans tezi, İnönü Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Malatya).

<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/> adresinden edinilmiştir.