



www.tänkom.nu

“TÄNK OM” Veliler ile 13-19 yaşları arasındaki gençleri alkol ve alkolün zararları konusunda daha fazla bilgilendirmektedir. Ana baba olarak gençlerin alkole bakış açılarını ve ne kadar alkol aldıklarını etkileyebilirsiniz. Örneğin; gençlere alkollü içecek ikram edilmemesi ve onlara alkollü içecek satın alınmaması konusunu, hem kendi 13-19 yaşları arasındaki çocuğunuzla hem de aynı yaşlarda çocuğu bulunan diğer ana babalarla konuşabilirsiniz.

Gençler neden içki içmemelidir?

Hangi yaşta olursak olalım alkol, insan beyni için zararlıdır. İnsan beyni gelişimini birey 25 yaşına geldiğinde tamamladığı için gençlerin beyni, yetişkinlere göre daha da hassastır. Bu süre içinde alınan alkol; beynin gelişimini olumsuz etkilediği gibi, içgüdüyü kontrol edebilme, tehlikeyi önceden görebilme, sağlıklı bir tartışma yapabilme, plan yapma, karar verebilme yeteneğini de etkilemektedir¹.

Gençler ne kadar etkilendiklerini saptayamadıkları gibi, çoğunlukla çabuk içtiklerinden ne zaman bitireceklerini de kestirememektedirler. Bu nedenle de gençlerin, yetişkinlere göre daha çabuk alkol bağımlısı olma tehlikeleri bulunmaktadır.

Siddete bağlı olarak işlenen her on suçtan sekizinde alkol alınmış olduğu gözlenmektedir. Çoğunlukla suç işleyen alkollü iken bu vakaların yarısında suç mağdurunun da alkollü olduğu gözlemlenmiştir². Alkol; trafik kazalarında, yangın çıkmasında, düşme ve boğulma kazalarında da olumsuz bir rol oynamaktadır. Bu kazaların olma nedeni ise, genel olarak bireyin değerlendirme ve kavrama gücünün alkol nedeniyle kötüleşmesidir.

Gençler alkollü nereden elde ediyorlar?

Alkol elde etmekte alışlagelmış olan yöntem; yaşı daha büyük olan kardeş ya da arkadaşların istenilen bira, şarap ve diğer alkollü içkileri satın alıyor olmasıdır. Ayrıca gençler kaçakçılık yoluyla ülkeye sokulmuş içkileri ve suçlu kişiler kanalıyla piyasaya sürülen evde üretilmiş içkileri de kolayca elde edebilmektedirler. Tüm bunların yanı sıra gençlere alkollü içkileri kendi ana babaları da verebilmektedir. Yaşları 15 olan gençlerin yüzde 4’ü alkollü içkileri kendi ana babaları vasıtasıyla elde ettiklerini beyan etmektedirler. Bu oranın bir misli sayıda gençler – kızların yüzde 10’u erkeklerin yüzde 8’i – kendi ana babaları tarafından kendilerine şarap verilmekte olduğunu belirtmişlerdir³. Gençlere kendi evlerinde alkollü içecek ikram edilmesi onlara, ana babanın çocuklarının alkollü içki içmesini onayladıklarının sinyalini verir.

Ana baba olarak ne yapabilirsiniz?

En önemlisi ana baba olarak çocuğunuzla doğrudan konuşmaktır. Bunun yanı sıra diğer ana babalarla da konuşarak kendi deneyimlerinizi anlatır onların deneyimlerini dinler ve sonunda ortak kuralların ne olması gerektiğine karar verebilirsiniz. Yapılan araştırmalara gençlerin alkole olan eğilimlerinde ana babalarının çok etkili olduğunu göstermektedir. Kendi oğlunuz ya da kızınızı onlarla konuşarak, söz ve davranışınızla, geceleri bölgenizde dolaşan ve adına “nattvandring” denilen gruplara katılarak ve evinizde çocuklarınıza alkollü içki ikram etmeyerek, etkileyebilirsiniz.

TÄNK OM hakkında

TÄNK OM ana babalara ve yaşları 13-19 arasında olan gençlere alkol konusunda açıklayıcı bilgi veren bir çalışmadır. Bu çalışmanın uzun vadeye dönük amacı aşağıdaki başlıklarda belirtilen konularda ana babaları uyararak gençlerin alkole ulaşma olanağını olabildiğince sınırlayarak, en aza indirmektir. Bunlar;

- erken yaşlarda alkol kullanmanın verdiği zararları anlatmak,
- alkol konusunda belirgin sınırlar koymak, kurallar ve değer yargılarının ne denli önemli olduğunu anlatmak,
- ana babaların yaşı 20’nin altında olan çocuklarına etkin bir şekilde alkol satın almaktan kaçınmalarını sağlamaktır.

TÄNK OM “Devlet Halk Sağlığı Enstitüsü - Statens folkhälsoinstitut” tarafından Polis makamları, Tekel “Systembolaget” ve “IOGT-NTO” adlı fahri kuruluşlar ile işbirliği içinde yürütülmektedir. TÄNK OM’a ilişkin daha fazla açıklayıcı bilgi için bağlı bulunduğunuz belediye'deki ya da il içindeki (İl İdari Kurullarının web sayfasına www.lansstyrelsen.se girerek) alkol ve uyuşturucu konularını düzenleyen birim “alkohol- och drogsamordnarna” ile ilişki kurabilirsiniz.

Daha fazla bilgi almak için

Devlet Halk Sağlığı Enstitüsü “Statens folkhälsoinstitut” daha sağlıklı olabilmek konusunda gerekli bilgilendirmeleri yapmaktadır. Daha fazla bilgiyi www.fhi.se adlı web sitesinde bulabilirsiniz. (Bu sitenin İngilizce olanı ise: www.fhi.se/en/)dir

13-19 yaşları arasındaki gençler ve alkol konusunda daha fazla bilgi ve kolaylıkları “Tonårsparlören” denilen www.tonårsparlören.se adlı, web sayfasında okuyabilirsiniz

İsveç’in göçmenleri uyuşturucu maddeye karşı “Sveriges Invandrare Mot Narkotika”, www.simon.org.se.

Çocuk Esirgeme Kurumu ana babalar için telefon “Rädda Barnens Föräldraretelefon” 020-786 786, www.raddabarnen.se.

“BRIS” kurumunun yetişkinlerin çocukları ile ilgili soruları için kullanabilecekleri telefon numarası 077-150 50 50, www.bris.se.

¹ Crews et al. 2007

² Tonårsparlören 2010

³ Skolelevers drogvanor, CAN 2009

