



BAGIMLILIKLARA REHBERLIK

VELİ - ÖĞRETMEN SUNUMU





BAĞIMLILIK NEDİR?



Bağımlılık, kısaca kullanılan bir nesne veya gerçekleştirilen bir eylem üzerinde kontrolün kaybedilmesi ve zararı açıkça görülse bile bırakılmaması olarak tanımlanabilir.





SIZCE HANGİ BAĞIMLILIK DAHA ZARARLIDIR?



- a) Tütün bağımlılığı
- b) Alkol bağımlılığı
- c) Madde bağımlılığı
- d) Kumar bağımlılığı
- e) Teknoloji bağımlılığı



DOĞRU CEVAP: HEPSİ!



Aslında tüm bağımlılıklar eşit derecede zarar verme potansiyeline sahiptir. Bağımlılıkların beyinde ve davranışlardaki temelleri ortaktır, dolayısıyla birbirlerine kapı da açabilirler. Bu yüzden hepsi zararlıdır ve hepsinden korunmak ailece temel hedefimiz olmalıdır.



BAĞIMLILIK BİR SÜREÇTİR



DENEME

**DÜZENLİ
KULLANIM**

BAĞIMLILIK



Sizce aşağıdaki çocuklardan hangisinin bağımlı olma riski daha yüksektir?





DOĞRU CEVAP: HEPSİ!



Herkes bağımlı olabilir. Bağımlılık bir irade meselesi veya kişilik bozukluğu değil, **bir beyin hastalığıdır.** Farklı risk ve koruyucu faktörler söz konusu olsa da herkesin, ortak beyin mekanizmaları sebebiyle bağımlı olma riski vardır. Bu sebeple, kendimizi ve ailemizi bağımlılıklardan korumak için farkındalığımızı artırmak önemlidir.





BİZ NASIL DAVRANIYORUZ?



“Çocuğuma stresten dolayı içtiğimi, ileride bırakacağımı söylüyorum”

Çocuklar söylemler yerine sizin davranışlarınıza bakarlar. Bu nedenle bırakacağınızı söylemeniz yeterli olmayacaktır. Aynı zamanda, sigara veya herhangi bir tütün ürününün, stres azaltma gibi etkilerini çocuğunuza söylemeniz, ileride sigarayla ilgili olumlu bir algıya sahip olmasına neden olabilir.



“Çocuğumun yanında sigara içmediğim için ona bir zararı yok”

Duman dışarıya üflendikten sonra giysilere, mobilyalara, perdelere, duvarlara, yatak örtülerine, halılara, toza, araçlara ve diğer yüzeylere yapışır, buna üçüncü el sigara dumanı da denir. Oda havalandırılrsa da bu dumanın bıraktığı zararlı kimyasallar kaybolmaz, yüzeylerle temas yoluyla çocukların sağlığı için potansiyel tehlike oluşturur.





BİZ NASIL DAVRANIYORUZ?



“Alkol içmesine izin vermezsem, çok katı, kuralcı bir anne/baba gibi görünürüm.”

Ailenizde alkolle ilgili kuralların olması sizi katı ve kuralcı ebeveyn yapmaz. Aksine çocuğunuzun sağlığını düşünen, sınırları olan bir ebeveyn yapar.



“Arkadaşları içse de benim çocuğum içmez.”

Bir arkadaş grubuna kabul edilmek çocuklar için çok önemlidir. Alkol genellikle sosyal ortamlarda tüketilen bir madde olduğundan arkadaş çevresinin yarısından fazlası alkol tüketiyorsa, yüksek risk var demektir. Genellikle alkol kullanım davranışı bu yaş grubu arasında bir kabul görme aracı hâline gelebilir, bu nedenle çocuklar alkol kullanma baskısı hissederek deneyebilirler.





BİZ NASIL DAVRANIYORUZ?



“Çocuğum kullansaydı çok farklı davranırdı, kesin anlardık”

Her maddenin her insanda aynı etkiyi yapmayacağı bilinmelidir. Sadece fiziksel etkilere bakmak yeterli değildir. Birey sadece fiziksel ve psikolojik sorunlardan etkilenmekle kalmaz, aynı zamanda ailesi, arkadaşları ve toplumla etkileşim yeteneğini de kaybeder.



“Benim çocuğum asla yapmaz!”

Sosyal baskı ve uyum sağlama isteği ergenlik döneminde oldukça baskındır. Ergenler özellikle sosyal bağlamlara göre, karakterlerinden veya genel davranışlarından daha farklı davranabilirler. Bu sebeple çocuğunuzun arkadaş ortamını tanımalı, hayır diyebilme becerilerini desteklemelisiniz.





BİZ NASIL DAVRANIYORUZ?



“Dışarıda zararlı alışkanlıklar edineceğine ekran başında da olsa gözümüzün önünde olsun.”

Çocuklar, internette gezinirken bazı sitelerde karşlarına bir anda pencereler çıkabilir ve yanlışlıkla onlara tıklayarak zararlı sitelere girebilirler. Benzer şekilde, uygunsuz siteler internette en çok aratılan kelimeleri sitelerinde kullanarak, çocukların bu sitelere girmelerini, böylece cinsellik ve kumar gibi uygunsuz içerikleri görmelerini sağlayabilirler.



“Çocuklar veya ergenler kumar bağımlısı olmaz.”

Gençlerin yaklaşık %10 - %15'i kumarla ilgili sorunlar yaşamakta ve bu kişilerin %1 - %6'sı da kumar bağımlılığı belirtileri göstermektedir. Özellikle çevrim içi kumar oynama, çocuk ve gençlerde daha yaygındır.





EN İYİ ÇÖZÜM

HİÇ BAŞLAMAMAKTIR!





BAĞIMLILIKTAN KORUYAN AİLE



Bağımlılık bir aile problemidir.

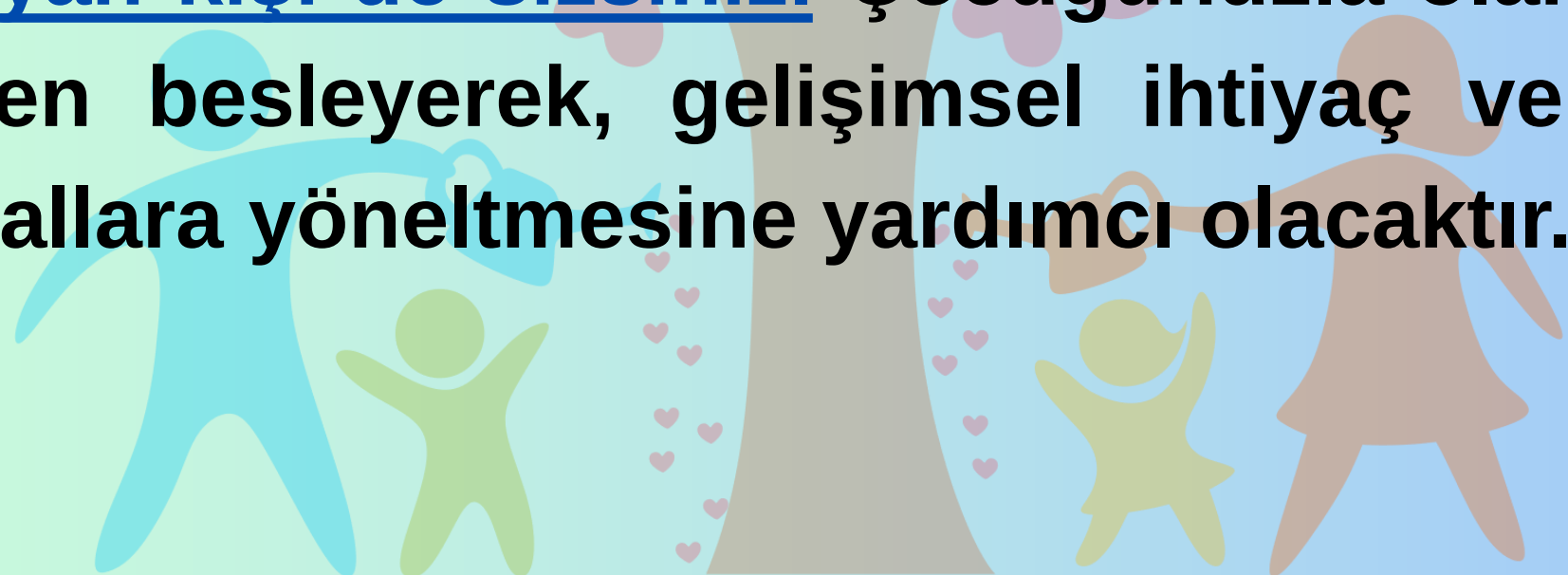


BAĞIMLILIKTAN KORUYAN AİLE



Sosyal medya, dizi ve filmler, arkadaş çevresi ve pek çok diğer dış faktöre karşı ailenin koruyucu gücü yadsınamaz. Çocuklarınızı bağımlılıklara götürebilecek teklif veya baskılardan korumak için onları farklı becerilerle donatabilirsiniz.

Ebeveynler olarak, çocuklarınızın ilk rol modeli sizsiniz ve onları en iyi tanıyan kişi de sizsiniz. Çocuğunuzla olan ilişkiniz, onu pek çok yönden besleyerek, gelişimsel ihtiyaç ve arayışlarını daha doğru kanallara yöneltmesine yardımcı olacaktır.





BAĞIMLILIKLARDAN KORUYAN AİLELERİN TEMEL ÖZELLİKLERİ



Pozitif ebeveynlik tutumu sergileme



Aile içi güçlü iletişim kurabilme



Olumlu rol model olma



Sınır koyma ve pozitif disiplin uygulayabilme



Stresi etkili yönetebilme



Çocukları etkili izleme becerileri



POZİTİF EBEVEYNLİK



Pozitif ebeveynlik aile içinde sevgi ve şefkate dayalı olumlu ilişkileri teşvik eder; anne ve babaların çocuklarına olumlu bir rehberlik sunmasını hedefler.

Pozitif ebeveynliğin ilkelerinden biri çocuklara merak, keşif, araştırma ihtiyaçlarını karşılayacakları güvenli ve ilgi çekici bir çevre sağlamak, pozitif bir öğrenme ortamı yaratmaktır. Anne ve babalar çocuklarının ilgi alanlarını teşvik ettiklerinde ve olumlu davranışlara geri bildirim verdiklerinde, çocuklar bu olumlu davranışları sürdürme eğiliminde olurlar.

Bir diğer ilke, çocuklarla ilgili gerçekçi beklenti ve inançlardır. Bu beklentiler ve inançlar çocuğun yaşına, gelişim özelliklerine ve kişilik özelliklerine uygun olmadığında iletişim problemleri çıkması olasıdır.



POZİTİF DİSİPLİN



Disiplin, anlam olarak olumsuz algılansa da aslında olumsuz bir kelime değildir. Çocuklar sınırlara, çerçeveye ve şefkatli bir disipline ihtiyaç duyarlar. **Çocuğa tam olarak ondan ne beklendiğini anlatmak, kuralları ve sonuçlarını net bir şekilde ortaya koymak (okul çağı ve ergenlik için bazı kuralları birlikte belirlemek, kurallara uymadığında ne olacağını birlikte karar vermek) önemlidir.**



Ailelerden Ailelere Öneriler

"Bağımlılıkları engelleyen en önemli şey sınır koyabilmektir. Sınır koymakta zorlanan ebeveynler için çocuğun bağımlılık eğiliminde olduğu şeyleri evden uzak tutmak ve çocuğa katkı sağlayacak hobi edindirmek, ailece geçirilen zamanı artırmak çözüm olabilir. Teknoloji bağımlılığını önlemede ekran kullanım süresini kontrol eden uygulamaların da işe yaradığını düşünüyorum."



AILE İÇİ GÜÇLÜ İLETİŞİM



Aile içi güçlü bağlar çocukları ve gençleri bağımlılıktan koruyan önemli bir faktördür. Ailede güçlü bağların oluşmasının en temelinde koşulsuz sevgi ve aile bireylerinin birbirleriyle kurduğu sağlıklı iletişim vardır.



Ailelerden Ailelere Öneriler

"Ebeveynlerin çocukları ile sağlıklı ve doyurucu bir iletişim ve bağ kurabilmeleri, onlara rol model olmaları oldukça önemli. Şartlı sevgi cümlelerinden kaçınmaları, koşulsuz sevgi ve koşulsuz kabul göstermeleri. En önemlisi de sevgilerini çekinmeden, bol bol göstermeleri."

"Ebeveyn olarak çocuğunuzla kurduğunuz iletişim şekli çok önemlidir. Çocuklarınızı sevgi ile büyütün ve her ne olursa olsun her sorununu her problemini sizinle paylaşabilecekleri konusunda onları destekleyin."

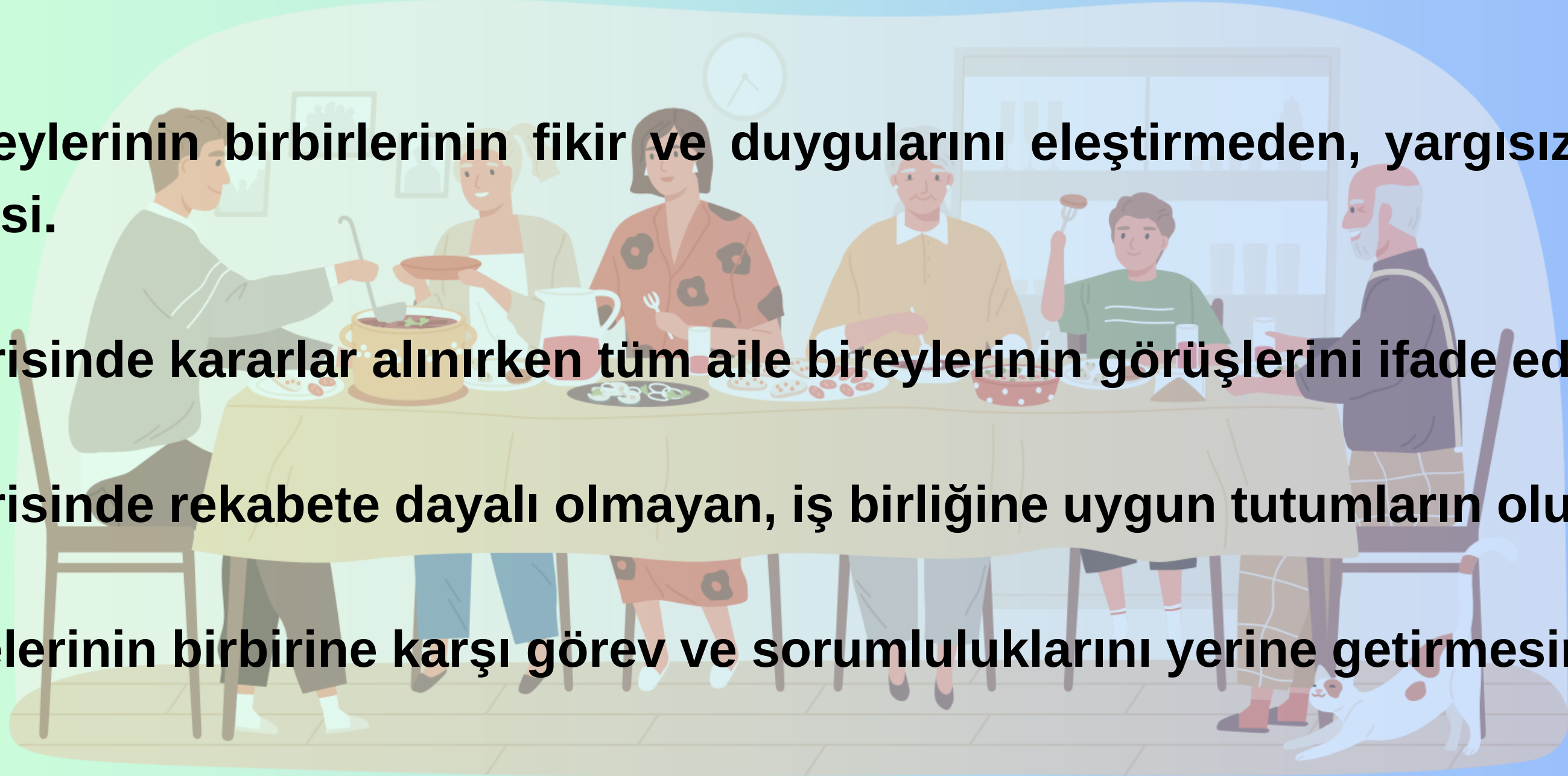
"Çocuklarınıza sevgi ile yaklaşın ki onu dışarıda aramasınlar ve size güvensinler."

"İlk olarak çocukları dinlemek ve anlamaya çalışmak, ilgi göstermek önemli. Çocuklar sizden göremediği ilgiyi başka yerlerde arayacaktır."





SAĞLIKLI İLETİŞİMİN TEMEL UNSURLARI



✓ Aile bireylerinin birbirlerinin fikir ve duygularını eleştirmeden, yargısız bir şekilde dinlemesi.

✓ Aile içerisinde kararlar alınırken tüm aile bireylerinin görüşlerini ifade edebilmesi.

✓ Aile içerisinde rekabete dayalı olmayan, iş birliğine uygun tutumların oluşturulması.

✓ Aile üyelerinin birbirine karşı görev ve sorumluluklarını yerine getirmesini kapsar.



AILE İÇİ GÜÇLÜ İLETİŞİM



Aile içi iletişimin güçlü olması, ailelerin çocukların yaşadıkları problemleri, çocuklarda bağımlılık için riskli durumları erken fark etmelerini ve çocuklarına gereken önlemeyi ve müdahaleyi yapabilmelerini sağlar.



Aile bağları kuvvetli olan çocuklar ve gençler, dış dünyada kendilerini bekleyen risklerle karşılaştıklarında aileleriyle konuşmaktan ve destek istemekten çekinmezler.



İZLEME



Ebeveynlik uygulamalarının bir boyutu olan “izleme veya gözetim”, ebeveynlerin çocuklarının ev dışında yaptıkları aktiviteler, nerede oldukları, kimlerle olduklarına ilişkin bilgi edinmesini kapsar.

Çocuk ve ergenlerin gelişimlerine uygun şekilde izlenmesi önemlidir. Yaşa göre bu oran değişmekle birlikte, izlemenin devam ettirilmesi, çocukları riskli davranışlardan korumayı sağlar.





ROL MODEL OLMA



Ebeveynler çocuklarının en önemli rol modelleridir ve onlar üzerindeki etkileri çok büyüktür. Çocuğunuz zaman içinde, yetişkinliğinde dahi taşıyacağı pek çok değer, davranış ve düşüncenizi benimseyecektir. Tıpkı sizin ebeveynlerinizden aldığınız değer ve davranış kalıpları gibi.



ROL MODEL OLMA



Problemlerle nasıl başa çıktığınız, duygularınızı nasıl ifade ettiğiniz, kaygılı olduğunuzda neler yaptığınız, özel günleri nasıl kutladığınız, bağımlılık yapıcı maddelere karşı tutumunuz onların ilerideki değer ve davranışlarını etkileyecektir. **Özellikle bağımlılık yapıcı maddeler ve davranışlarda çocuğunuza olumlu örnek olmanız, onların da olumlu tutum ve davranışlar sergilemelerini sağlayacaktır.**





STRES YÖNETİMİ



Günlük yaşamın koşturmacası, stresi de beraberinde getirir. Stres hayatın bir parçasıdır. Ancak kişiler, stres ve kaygıdan kaçınma amacıyla tütün, alkol madde kullanımına; kumar, aşırı internet veya oyun oynama gibi davranışlara yöneldiklerinde bağımlılık riski oluşabilir. Bu sebeple stres ve kaygıyla başa çıkma becerilerinin yüksek olması, ailenin bu noktada çocuğa örnek teşkil etmesi önemlidir.





UNUTMAYIN, IDEAL AİLE YOKTUR.



HER AİLENİN KENDİ PROBLEMLERİ OLABILIR, HERKES HATA YAPABİLİR. ÖNEMLİ OLAN HATA YAPTIĞINIZDA DURUMU NASIL YÖNETTİĞİNİZDİR. HATA YAPTIĞINIZIN FARKINDA OLMANIZ VE ÇOCUĞUNUZA HATA YAPILABİLECEĞİNİ, ÖNEMLİ OLANIN TELAFİ ETMEK VE HATALARDAN DERS ÇIKARIP İLERİDE TEKRARLAMAMAK OLDUĞUNU VURGULAMANIZ ÖNEMLİDİR.



ERGEMLİK

Gelişim Özellikleri



Bu dönemde hem bedensel hem de ruhsal olarak hızlı bir değişim görülür. Bu değişimlere uyum sağlamaya çalışmak yorgun ve gergin olmalarına neden olabilir.

Bu değişimlerle barışık olması desteklenmez ve stresle başa çıkmak için olumlu yöntemler geliştirmeleri sağlanmazsa bağımlılıklara kapı açabilecek riskli denemeler artacaktır.



Çocuklukla yetişkinlik arasında sıkışmış hissedebilirler. Bir yandan yetişkin olarak kabul görmek isterler ancak bir yandan da gelişimleri devam etmektedir. İkilemde kalmak bu dönemin normal bir özelliğidir.

Bireyselliklerine saygı duyulmaması gibi durumlarda; büyüdüklelerini kanıtlama ihtiyacı veya kendini birey olarak görmeyen aileye tepki olarak riskli davranışlar gösterebilirler.



Kimlik oluşumu bu yaş için çok önemlidir ve bir arayış içindedirler. Farklı şeyler denerler (Örn. farklı müzik türleri, giyim tarzı, davranış, tutum veya yaşam tarzı vb.).

Yeni şeyler deneme ve farklı olma ihtiyaçları olumlu şekillerde yönlendirilmezse riskli davranışları deneyebilirler.



DÖNEMİ



ERGENLİK



Arkadaşlıklar ve arkadaş grubuna uymanın önemi artar. Yaşlıları çok önemli hale gelir. Reddedilme korkusu çok fazladır. Popüler rol modelleri ve yaşlılarını örnek alırlar.

Arkadaş ortamına kabul edilmek ve onaylanmak için arkadaşların istediği olumsuz davranışlarda bulunabilirler. Örnek aldıkları rol modeller veya yaşlılarının davranışlarını taklit edebilirler.



Beynin en öndeki mantık kısmı (prefrontal korteks) henüz tam olarak gelişmemiştir. Bu kısım davranışı ve duyguları düzenlemeyi, karar vermeden önce düşünmeyi sağlar. Tepkisel ve dürtüseldirler. Negatif olaylardan zarar görmeyeceklerini düşünürler.

Anlayış gösterilmemesi ve problem çözme, karar verme, duygu düzenleme gibi becerileri desteklenmemesi durumlarında riskli davranışları deneme riski de artacaktır.



Beynin düşünen kısmı hala zayıf, duygusal kısmı (amigdala) aktif olduğu için duyguları daha yoğun hissederler ve bu duyguları düzenlemede zorluk yaşayabilirler. Duyguları mantığı gölgeler.

Duygularını tanıma, ifade etme ve yönetme becerileri desteklenmedikçe geçici rahatlama veya kontrol hissi veren riskli durumlarda bulunabilirler.



DÖNEMİ



ERGEMLİK



Beynin ödül sistemi çok aktiftir. Bağımlılık yapıcı madde veya davranışlara beyinleri daha fazla tepki verir; daha yüksek ödül hormonu salgılayarak fazla haz almalarını sağlar.

Bağımlılık yapıcı maddeleri denemeleri ya da ara sıra kullanmaları dahi kısa sürede bağımlılığa dönüşebilir. Kumar, dijital oyun gibi davranışsal bağımlılıklara da kolayca kapılabilirler.



Görünüşleri ve bedenleriyle ilgili yüksek kaygı taşırlar.

Öz güven problemi yaşayabilir, kendilerini yetersiz hissedebilirler. Daha güzel/yakışıklı, havalı ve etkileyici durmak için riskli şeyler deneyebilirler.



DÖNEMİ

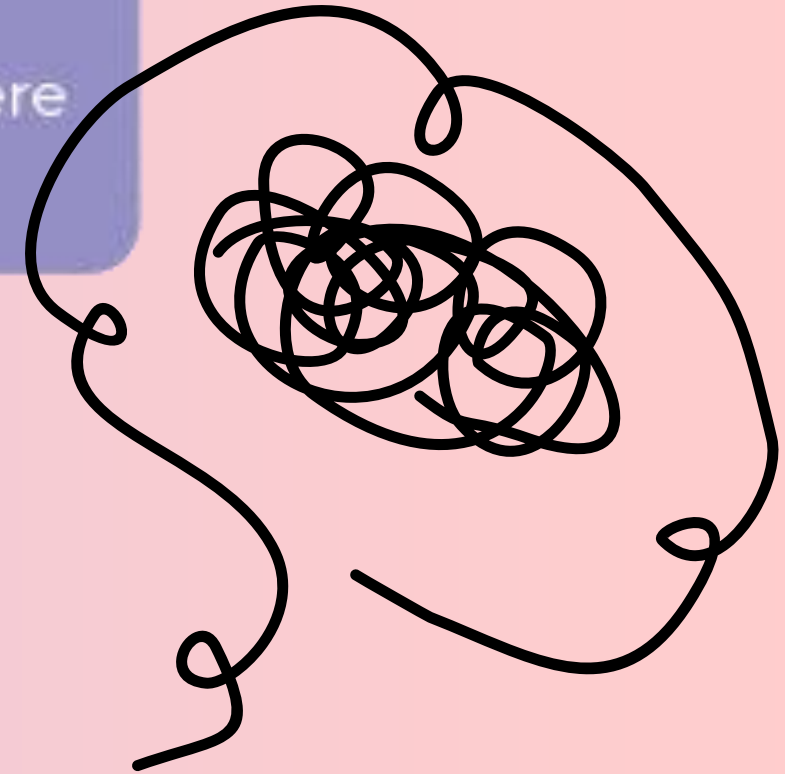


ERGENLİK DÖNEMİ



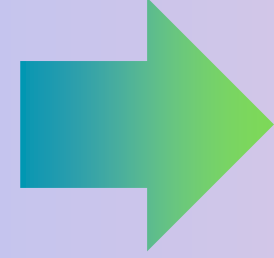
Soyut düşünce dönemi olduğu için ergen beyni muazzam hesaplamalar yapabilir, detaylı ve kapsamlı düşünceler üretebilir. Ama çok basit konularda temel mantık hataları yapabilir, düşüncesizce ve dürtüsel davranabilir, ani kararlar alabilir, duygularını kontrol edemeyebilir. Bunun sebebi beynin mantık kısmının henüz gelişmemiş, duyu kısmının ise çok aktif olmasıdır. Duygular mantığı gölgeler. Kısa vadeli düşünür, dürtüsel ve tepkisel davranırlar.

Bu yüzden - nasihat vermek, tehdit etmek, sadece olumsuz örneklere odaklanmak, vb. şeyler ergenlerde işe yaramayacaktır.





KORUYUCU ÖNERİLER

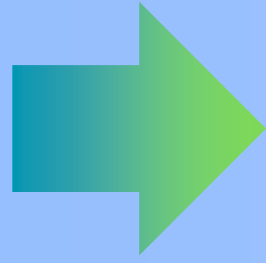


Ergenlik döneminde arkadaşlar daha önemli olduğu ve kendini bulma süreci başladığı için aileyle iletişim azalacaktır. Pek çok şeyi size anlatmak istemeyebilir, anlamayacağınızı düşünebilir.

Yargılamadan, hesap sormadan, *anlamak ve öğrenmek isteyen bir tavırla onun yaşamındaki yenilikler hakkında sorular sormanız fayda sağlayabilir.*



KORUYUCU ÖNERİLER

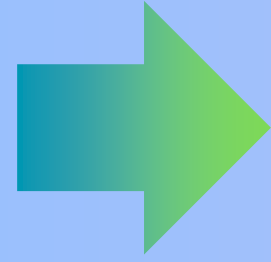


Ergenlik döneminde izleme çok önemlidir; ancak ergenler çok paylaşımcı olmayabilir. *İzlendiklerini, sorguya çekildiklerini, özel hayatlarının veya kişisel alanlarının ihlal edildiğini düşünürlerse iletişimi iyice kesebilirler.* Takip etmek, sorguya çekmek, nutuk vermek, telefonlarını veya bilgisayarlarını kurcalamak, odalarını karıştırmak **doğru yaklaşımlar değildir.** Bu tarz müdahaleler ters etki yaparak çocuğunuzun size karşı tepki almasına ve kendini kapatmasına sebep olabilir.





KORUYUCU ÖNERİLER

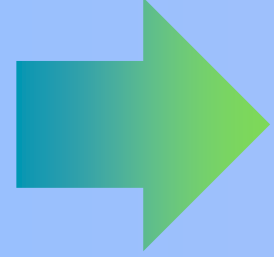


Uygun bir şekilde, gencin arkadaşları ve aktiviteleri bilinmelidir. **Bunu olumlu bir iletişim dili kullanarak, kritik konuları bilerek ve çocukları uzaktan izleyerek yapmak gerekir.** Özellikle bağımlılık risklerine karşı çocukları izlemek, riskleri önlemede çok önemlidir.





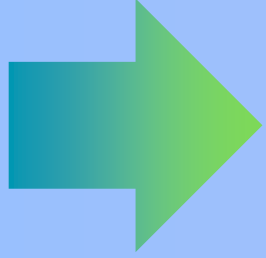
KORUYUCU ÖNERİLER



Ergenlikte bazı kurallara ve kurallara uymadığında ne olacağına birlikte karar vermek iyi olabilir. Bu sayede kendisinin de bir birey olarak ciddiye alındığını ve ailenin bir parçası olduğunu hissedecektir. Önemli konularda ise net kurallar ve sınırların bulunması; bunları mantık çerçevesinde açıklamak, kişisel veya keyfi bir isteğiniz olmadığını belirtmek, sınırlanmaktan hoşlanmayan ergenlerin tepkilerini hafifletmek için iyi olacaktır.



KORUYUCU ÖNERİLER

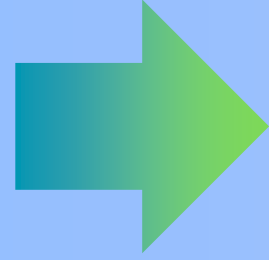


Ergenlik döneminde de çocuğunuzun olumlu ilgi alanlarını desteklemeniz, onun ilgilendiği hobiler, oyun, dizi ve filmlerle ilgili konuşmanız faydalı olacaktır. Hobilerini ve ilgi alanlarını paylaşımcı bir tavırla sorabilir, ondan size anlatmasını isteyebilirsiniz.





KORUYUCU ÖNERİLER



Ergenler hassas konuları konuşmakta isteksiz olabilir. Konuşmak istediğiniz durumları, çevrenizde, dizi veya filmlerde gördüğünüzde de tartışmaya açmak, fikirlerini öğrenmek ve fikirlerinizi paylaşmak **(öğüt verir şekilde değil)** onlar için de iyi olacaktır. Önemli olan çocukların, ailede her haliyle kabul edildiklerini hissetmeleridir.





KORUYUCU ÖNERİLER



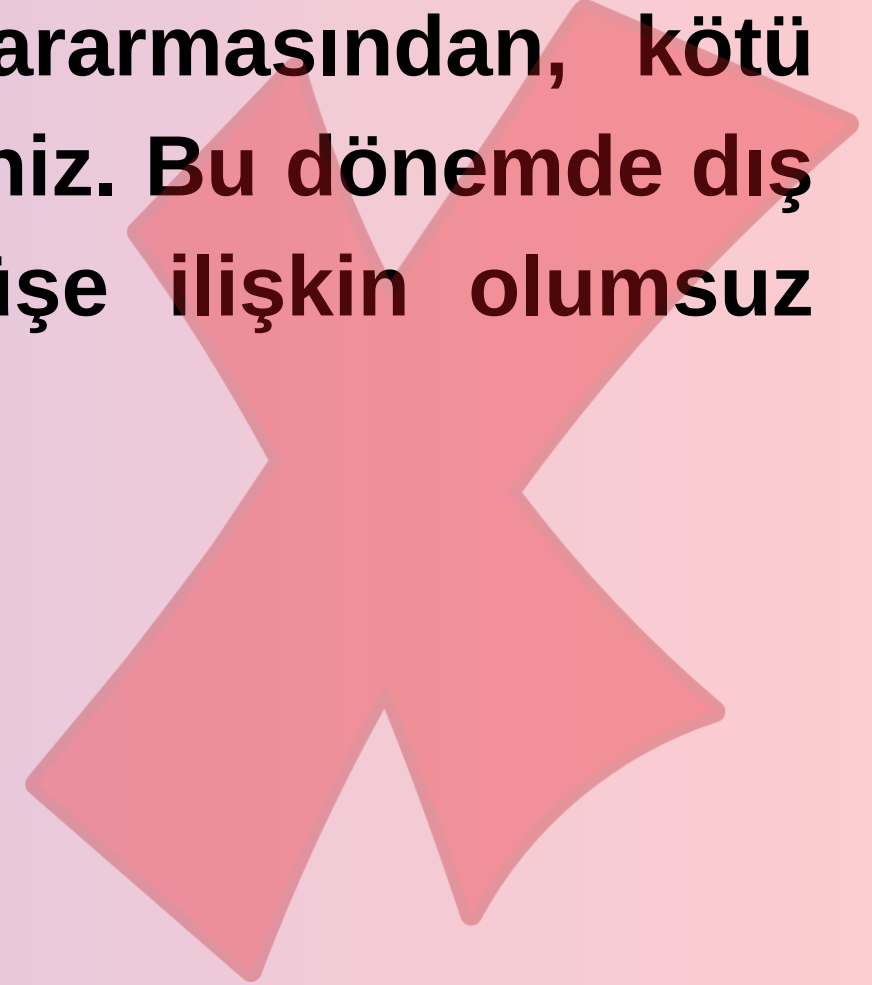
Ergenlik döneminde sosyal çevrenin etkisi büyüktür. Bu sebeple, hayır diyebilme ve sosyal baskıya karşı koyabilme becerilerini geliştirmeniz, çocuğunuz için çok faydalı olacaktır. **“Hayır” demeyi öğrenemeyen kişi, bağımlılığın ilk adımı olan deneme basamağıyla karşı karşıya kalacaktır.** Tekliflere ve baskılara karşı “Hayır” demeye başladıkça kişinin hayatı üzerindeki kontrol duygusu ve kendine olan güveni artar.



BAĞIMLILIKLA İLGİLİ ÖNERİLER



Sigara içmekle ilgili çocuklarınızda büyük görünmek, güçlü olmak, havalı olmak, zayıflamak gibi yanlış algılar olabilir. Bu algılarla ilgili tartışabilir; sigaranın ve diğer tütün ürünlerinin kısa vadede sağlığa olan etkisini anlatabilirsiniz. Örneğin, diş sararmasından, kötü kokudan ve cilt bozulmalarından bahsedebilirsiniz. Bu dönemde diş görünüşü çok önemli olduğu için dış görünüşe ilişkin olumsuz etkileri söylemeniz daha etkili olacaktır.





BAĞIMLILIKLA İLGİLİ ÖNERİLER



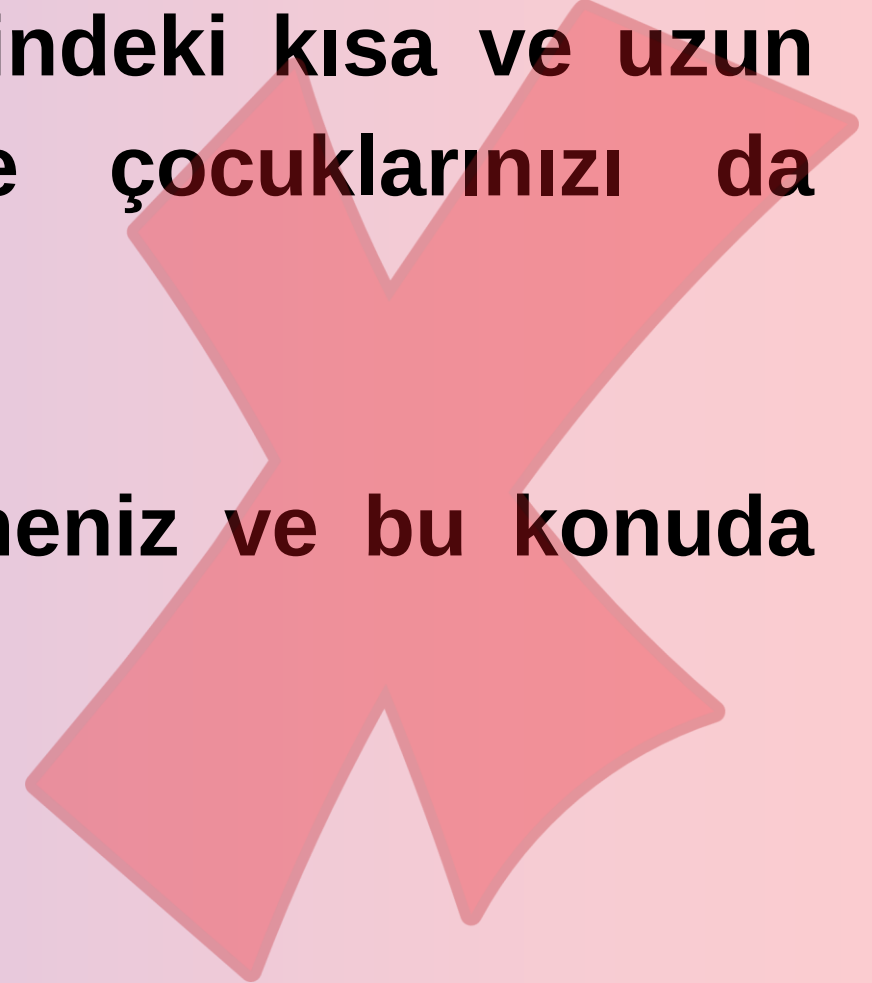
Alkole bir ergen beyninin verdiği tepkiyi, haz alma miktarını unutmamak gerekir. Bu nedenle, denemeyi engellemek önemlidir.



Alkolün insan zihni, bedeni ve duyguları üzerindeki kısa ve uzun süreli etkileri hakkında bilgi edinebilir ve çocuklarınızı da bilgilendirebilirsiniz.



Alkol kullanımıyla ilgili aile kurallarını belirlemeniz ve bu konuda tutarlı olmanız önemlidir.





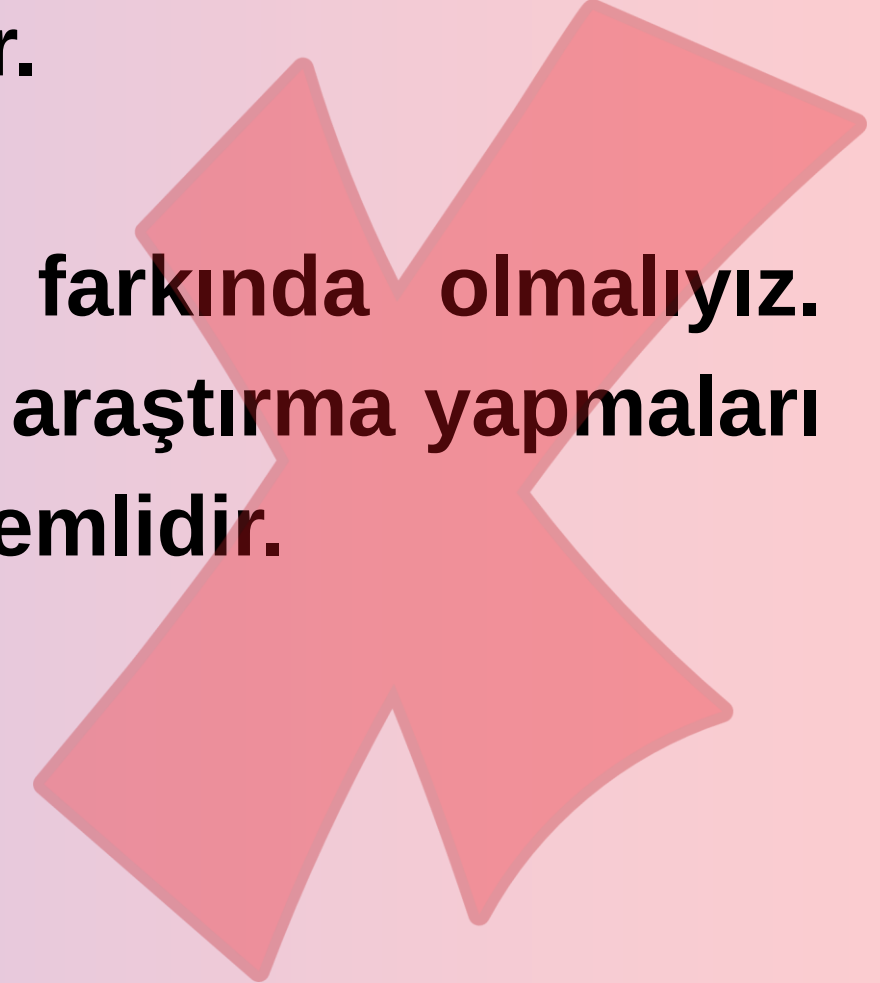
BAĞIMLILIKLA İLGİLİ ÖNERİLER



Teknolojiyi sürekli kısıtlamak, teknolojinin zararlarından bahsetmek etkili olmamakla birlikte, uyarı ve kuralın gücünü de azaltmaktadır. Bunun yerine, internetteki dünyalarını merak etmek, takip etmek ve çocuklarla bu konularda sohbet etmek önemlidir.



Teknolojinin zararları kadar faydalarının da farkında olmalıyız. Gençleri, teknolojiyle yeni beceriler edinmeleri, araştırma yapmaları ve faydalı şeyler üretmeleri için desteklemek önemlidir.





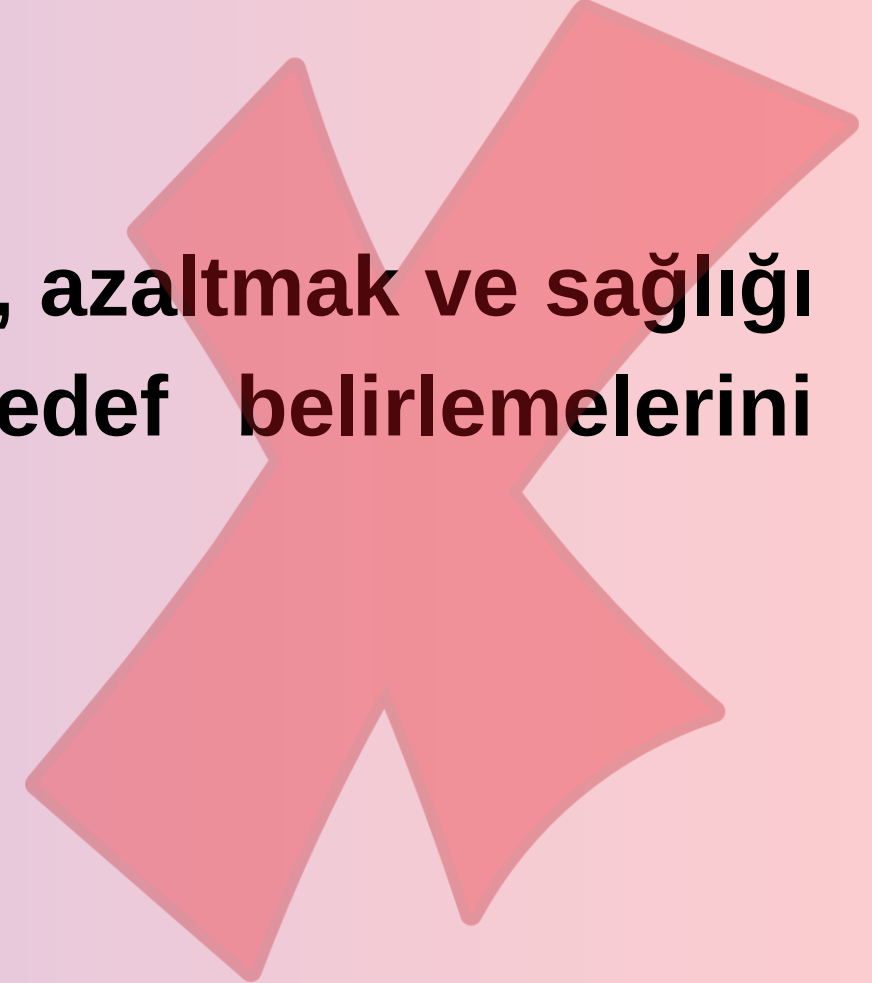
BAĞIMLILIKLA İLGİLİ ÖNERİLER



Teknoloji kullanımında önceden belirlenen sürelere uyabilmek için teknoloji kullanımı süresinin hemen arkasına o gün ve saatte yapılması zorunlu bir iş koymalarını sağlayabilirsiniz.



Çocuklarınıza, teknoloji kullanımını dengelemek, azaltmak ve sağlığı korumak için günlük, haftalık, aylık saat hedef belirlemelerini önerebilirsiniz.





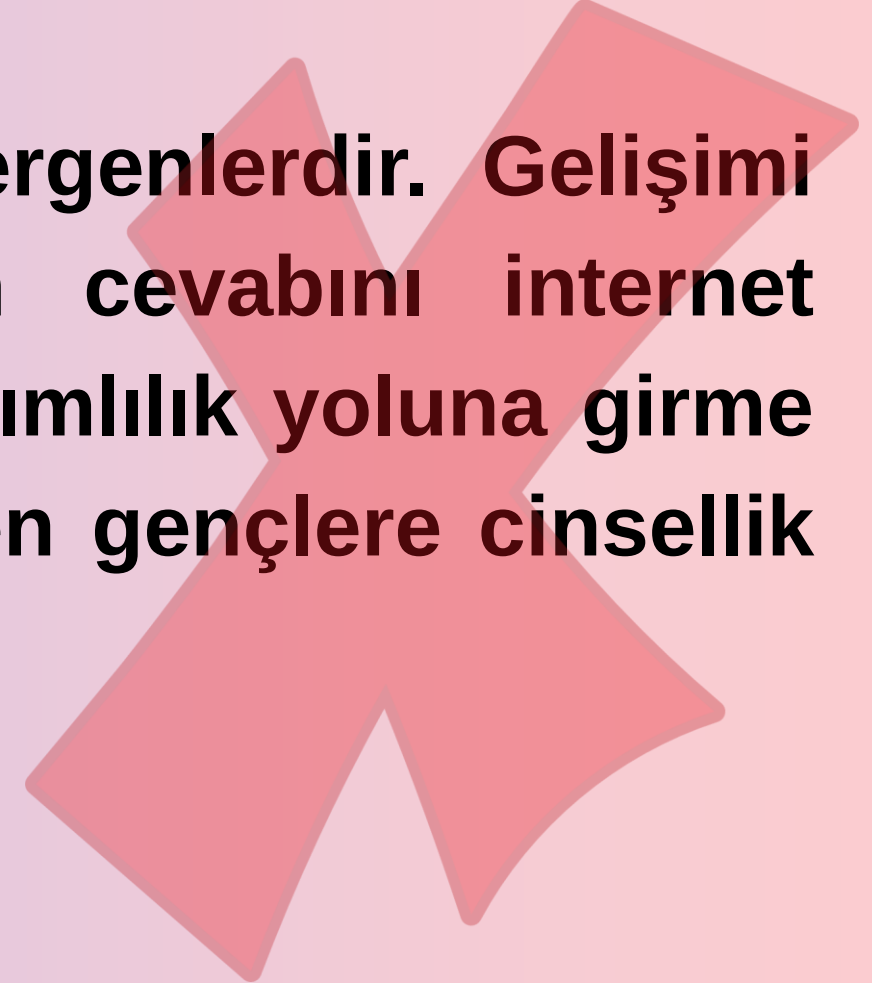
BAĞIMLILIKLA İLGİLİ ÖNERİLER



Teknolojiye alternatif olarak sportif, sanatsal, kültürel faaliyetlere yönlendirmek çok önemlidir.



Cinsel bağımlılık konusunda en riskli grup ergenlerdir. Gelişimi gereği soruları olan bir gencin sorularının cevabını internet üzerinden bulmaya çalışması online cinsel bağımlılık yoluna girme konusunda risk almasına sebep olabileceğinden gençlere cinsellik ve sağlık eğitimi verilmelidir.





BAĞIMLILIKLA İLGİLİ ÖNERİLER



Kumarda kazanmanın tesadüfi olduğunu; kişilerin olasılık, belirsizlik ve batıl inançlar uğruna çok büyük kayıplar yaşadıklarını anlatabilirsiniz.



Makinelerin işleyiş prensiplerinin ve kazanma olasılıklarının hep aynı olduğunu açıklayarak kumar oynayan kişinin nasıl bir yanılğı içerisinde olduğunu belirtebilirsiniz.



Çocuğunuzun erken yaşta para kontrolünü öğrenmesi önemlidir. Çocuklarınıza verdiğiniz harçlığın yaşının gerektirdiğinden fazla olmamasına ve harçlığını nasıl harcadığına dikkat etmeniz olası riskleri önleyecektir.



“Bir kereden çok şey olur.”

TEŞEKKÜRLER