

MUTLULUĞU ŞANSTA DEĞİL HAYATIN KENDİSİNDE ARA

YETİŞKİN

Kumar bağımlısı olmak için her gün kumar oynamak gerekir.



Kumar bağımlıları sık veya seyrek düzeyde kumar oynayabilir. Kişinin kendisi ve etrafındakiler için psikolojik, ekonomik, duygusal, yasal veya farklı zorluklara neden oluyorsa kumar bağımlılığı var demektir.

Yeterince paran varsa, kumar oynamak bir sorun değildir.

Kumarın neden olduğu sorunlar sadece finansal değildir. Zamanla ilişkilerin bozulmasına, önemli arkadaşlıkların kaybolmasına, güvenin kaybolmasına, ayrılık ve boşanmalara neden olabilir.



Kumar bağımlısı biri borca girdiğinde yapılacak en önemli şey finansal sorundan çıkmasına yardım etmektir.



Sorunu hemen ortadan kaldırmak genellikle yapılacak doğru şey gibi görünebilir ancak bu, sorunları çözmeyeceği gibi durumu daha da kötüleştirebilir. Profesyonel destek almaya yönlendirmek daha etkili olacaktır.

Kumar bağımlılığını tanımak, fark etmek kolaydır.

Kumar bağımlılığı, "gizli bağımlılık" olarak adlandırılır. Alkol ve madde gibi bağımlılıkların aksine, fark edilmesi zor ve saklaması daha kolaydır. Birçok kumar bağımlısı, bir sorun olduğunun farkına varmaz ve keşfedilmesinin ardından ilk olarak inkâr eder.



tbm.org.tr

YEŞİLAY

TÜRKİYE BAĞIMLILIKLA
MÜCADELE
EĞİTİM PROGRAMI

MADDE BAĞIMLILIĞINI ÖNLERSEK NELER KAZANIRIZ?

YETİŞKİN

Trafik kazaları başta olmak üzere suç olaylarında azalmalar görülür.



Madde kullanımına bağlı oluşabilecek hastalıklar, sakatlıklar ve ölüme yol açan sağlık sorunları önlenir.

Şiddetten ve cezai durumlardan uzak durarak daha sağlıklı, işlevsel bir hayata sahip olmamızı sağlar.



Öz denetimini sağlayan, gerektiğinde "hayır" diyebilen, kendisine ve çevresine değer veren bireyler yetişir.

Madde kullanımı nedeniyle oluşabilecek maddi kayıpların önüne geçilir.



tbm.org.tr

YEŞİLAY

TÜRKİYE BAĞIMLILIKLA
MÜCADELE
EĞİTİM PROGRAMI

SAĞLIKLI YAŞAM PIRAMİTİ

YETİŞKİN



tbm.org.tr

YESİLAY

TÜRKİYE BAĞIMLILIKLA
MÜCADELE
EĞİTİM PROGRAMI

YETİŞKİN

EKRANA DEĞİL HAYATA BAĞLAN

TEKNOLOJİ KULLANIMINI
SAKLAMAK İÇİN
YALANLAR SÖYLENİR.

KONTROL ORTADAN KALKAR
VE KONTROL ÇABALARI
BAŞARISIZ OLUR.

TEKNOLOJİYE
ULAŞILAMADIĞINDA
HUZURSUZLUK OLUŞUR.



HER GEÇEN GÜN
KULLANIM ARTAR.

SORUMLULUKLAR YERİNE
GETİRİLMEMEYE BAŞLANIR.



ZİHİNSEL, FİZİKSEL, SOSYAL
PROBLEMLER YAŞANIR.



tbm.org.tr

YEŞİLAY

TÜRKİYE BAĞIMLILIKLA
MÜCADELE
EĞİTİM PROGRAMI

NEFESİNE SAHİP ÇIKMAK SENİN ELİNDE!

YETİŞKİN

SİGARAYI BIRAKTIM, PEKİ YA SONRA?



tbm.org.tr

C YEŞİLAY

TÜRKİYE BAĞIMLILIKLA
MÜCADELE
EDİTİM PROGRAMI