

KUMAR BAĞIMLILIKLARI MERKEZİ

RADIX

Zürich'te, kumar bağımlıları için bir Kumar Bağımlılıkları Merkezi bulunuyor. Ücretsiz danışmanlık hizmeti sunan bu kurum, kumar bağımlılığı tedavisi için bilgilendirmeler yaparken, gerektiğinde psikolojik destekler de devreye koyabiliyor. Kanton Zürich'te ikamet edenler için hizmetler sunan bu kurumda, 2011 yılından bu yana çalışmalar yürütülüyor.

Kumar Bağımlılıkları Merkezi- RADIX yetkililerinden Ines Bodmer ile kurumsal çalışmaları hakkında görüştük. Kumar ve oyun bağımlılıkları tedavileri hakkında bilgiler aktaran Bodmer, kumar ya da şans oyunları bağımlılarının birçoğunun borç, depresyon, sosyal çevre ve aile kaybı gibi sorunlarla karşı karşıya kaldıklarını belirtiyor. Bodmer, bu tür bağımlılıkların tedavilerinin mümkün olduğunu söylerken, bağımlılığa mücadele etmek isteyenlere her türlü desteği verebileceklerini vurguluyor.

R Kumar ve Bağımlıklar Merkezi'nde ne tür çalışmalar yapıyorsunuz?

Burada kumar ve şans oyunları bağımlılarına hızlı, kolay ve ücretsiz yardımlar sunuyoruz. Ayrıca bağımlılığın başlamasını engellemek için çaba harcıyoruz.

R Bağımlılık kriterleriniz nelerdir?

Kontrol dışına çıkan bir davranışı bağımlılık olarak adlandırıyoruz.

Tüm iyi niyetler fayda etmeyip de bir dürtüye karşı gelememek, bağımlı olduğu şeyi düşünüyor olmak, diğer şeyleri önemsizleştirip işe, aileye ve sosyal çevreye zarar vermek bağımlılık kriterlerimizi oluşturuyor.

R Bağımlılığın arkasında yatan temel etmenlerden bahsedebilir misiniz?

Bağımlılığın birçok nedeni var. Kişinin bir dürtüye yenik düşmemesi için temel olarak daha fazla çaba harcaması gerekiyor. Bu konuyla ilgili olarak, bağımlılık sorunu olan biri birçok kez, aniden ve hiç düşünmeden harekete ediyor. Daha sabırsızdır. Çoğu kez yavaş gelişen bağımlılık, aniden zararlı bir davranışa dönüşebiliyor. Burada, genellikle zor olan hayat koşulları da önemli rol oynamaktadır. Örneğin ilişki sorunları, yalnızlık, köklerinden koparılmışlık, boşlukta olmak gibi. Sunduğumuz terapilerde bunun nedenlerini de anlamaya çalışıyoruz.

▣ Tedavileri nasıl yapıyorsunuz ve kumar bağımlılığıyla mücadele için hangi yöntemleri kullanıyorsunuz?

Kişisel farklılıklarla bağlantılı olarak, bağımlılık gelişiminin nedenleri çok çeşitli aslında. Bu anlamda herkes için var olan bir tek çözüm yok. Bazı insanlar pratikte verdiğimiz ipuçlarını yeterli buluyorlar. Örneğin cebinde nakit para olmaması, kredi kartı kullanmaması gibi. Bunlar borçlanma yöntemini ya da kumar oyunlarını devre dışı bırakan uygulamalar. Bazı insanlar ise daha derine inmek ve bağımlılıklarının nedenlerini bilmek istiyorlar. Biz buna da memnuniyetle yardımcı oluyoruz.

Yöntem olarak genellikle yüzyüze görüşmeler yapıyoruz. Bu çok önemli. Bu görüşmelerde bir sonraki adımı planlamak için gerekiyor bu. Bağımlının Almanca sorunu yoksa eğer, onu iki hafta da bir yapılan grup toplantılarına katılmasını öneriyoruz. Bu bağımlılıkla mücadelede önemli bir motivasyon sağlıyor.

Bu toplantılar oldukça verimli oluyor. Çünkü burada bağımlı olan kişi, bu sorunu yaşayan tek kişi olmadığını anlıyor.

Kumar bağımlılığı birçok kez kişilerin eşlerini de etkiliyor tabii. Böylesi bir durumda eşler çaresiz ve umutsuz kalıyorlar. Bu nedenle de birçok kez çiftlerle birlikte görüşmeler yapıyoruz. Hatta kimi zaman tüm aileyi görüşmeye davet edebiliyoruz.

▣ Bağımlılık terapisi işe yarıyor mu peki?

Evet, "Bir defa bağımlı her zaman bağımlı" düşüncesi yanlış aslında. Birçok kumar ve oyun bağımlısı bir daha oynamıyor. Aynı sigara veya alkolü bırakabildikleri gibi. Belli bir süre sonra geri düşme riski olsa bile arzu da yok oluyor. Prognozlar tabii ki çok farklı. Yüksek motivasyonla değişime hazır olan kişi daha başarılı oluyor. Burada ailelelerin önemini de vurgulamak gerekiyor

tabii. Ailelelerin desteği, yapılan terapiyi mantıklı adımlarla yönlendirmeye teşvik ediyor.

▣ Kumar ve şans oyunları bağımlılığı açısından İsviçre'de yaşayan göçmenlerin durumu nedir?



Bize gelen bağımlıların büyük

çoğunluğunu göçmen kökenliler oluşturuyor. Bunların birçoğu Sekundos ve çocuk yaşlarda İsviçre'ye gelmişler. Burada okula gitmiş, meslek yapmış ve buraya iyi entegre olmuşlar. Genellikle restoran ya da taşıma şirketlerinde vardiyalı çalışan insanlar bunlar. Vardiyalı çalışma başlı başına zor bir durumdur. Çünkü uzun çalışma saatleri sosyal ve aile yaşamınızı zorlaştırıyor. Bu da kişiyi sosyalleşme açısından, kumar, şans oyunları gibi farklı alternatiflere yönlendiriyor.

▣ Dil konusunda zorluk yaşayan göçmenlere ulaşmak için ne yapıyorsunuz? Farklı dillerde bilgilendirmeleriniz var mı?

Göçmenlere daha iyi ulaşmak için çok düşünüyoruz. Bireysel görüşmelerde gerektiğinde tercüman çağırıyoruz. Bağımlı ile ilişkilendirebileceğimiz, başka kültürlerde uzmanlarla ilişkilerimiz var. Ayrıca farklı Göçmen grupları için hazırlanmış broşürlerimiz mevcut. Buna Türkçe broşürler de dahil.



▣ Göçmenlerde uyguladığınız tedaviler ile İsviçrelilere uyguladığınız tedaviler arasında fark var mı?

Hayır, temel olarak pek fark yok. Ancak göçmenlerde kendi kültürel kökenlerini de tedaviye dahil etmekte fayda var. Örneğin: kişinin kendi kültüründe bahis ya da kumar ne anlama geliyor? Kabul edilir bir durum mu yoksa tabu mu? Oyunları oynamadığında bir sosyal izolasyona mı maruz kalıyor? Bu gibi konularla da ilgilenmek, karşılıklı olarak güveni artırır.

▣ Kişiler bağımlılık tedavilerine gönüllü mü başlıyorlar? Tedaviler nasıl değerlendiriliyor?

Bağımlılıkla ilgili tedavi gönüllükten uzak diyebilirim. Kumar bağımlılarının büyük bir çoğunluğunu genelde erkekler oluşturuyor. İsviçrelilerde olduğu gibi göçmenlerde de bizimle ilk teması eşler ya da kardeşler kuruyor. Ve aynı İsviçrelilerde olduğu gibi göçmenlerde de bağımlılıkla ilgili utanç düzeyi yüksek. "Ben yalnız başıma yapabilirim" tutumu bütün bağımlılarda çok yaygın.

Kumar Bağımlılıkları Merkezi'nin hizmetleriyle ilgili daha fazla bilgi edinmek isteyenler www.spielsucht-radix.ch isimli siteden yararlanabilirler. Sitede Türkçe bilgiler edinmek de mümkünken, bağımlılık derecesini ölçen online testler de cevaplandırılabilir.