

BAĞIMLILIK DANIŞMANLIĞI MATRİKSİNİN 8 BİLEŞENİ

1. Tıbbi destek

Tıbbi destek için aşağıdaki risk ve ihtiyaçlar araştırılmalıdır:

- Yoksunluk belirtileri için tıbbi destek ihtiyacı
- Madde kullanım isteği için tıbbi destek ihtiyacı
- Durdurmakta zorluk
- Tekrar kullanmayı önleme için (sık bırakma ve tekrar başlama) ilaç tedavisi ihtiyacı
- Yerine koyma (ikame) tedavisi ihtiyacı
- Eşlik eden ruhsal sorunlar için tıbbi destek ihtiyacı
- Bulaşıcı hastalıklara müdahale
- Fiziksel hastalıklar

Bunlardan bir veya daha fazlası var ise, gerekli tıbbi destek sağlanmalı veya tıbbi destek alması için kişi yönlendirilmelidir.

2. Sosyal destek

Aşağıdaki alanlarda kişinin risk ve ihtiyaçları saptanmalı ve buna uygun yönlendirme yapılmalı veya destek sağlanmalıdır.

- Ekonomik durum
- Barınma durumu
- Mesleki beceriler
- İşe yerleştirme, çalışma durumu
- Eğitim düzeyi

Sosyal alandaki risk ve ihtiyaçları saptamak için; Sosyal Risk İndeksi (SORİ) ölçeği kullanılabilir.

3. Bilgilendirme ihtiyacı

Bağımlılar genelde her şeyi bildiklerini düşünürler. Aslında yeterli bilgiye sahip değildirler. Bu nedenle ihtiyacı olan alanlarda bilgilendirme gerekip gerekmediği araştırılmalıdır.

Aşağıdaki alanlarda kişinin risk ve ihtiyaçları saptanmalı ve buna uygun bilgilendirme yapılmalıdır:

- Alkol-maddelerin etkileri
- Bağımlılık kavramı ve iyileşme süreci
- Bulaşıcı hastalıklar
- Yasal bilgiler

Bağımlılık bilgisi konundaki risk ve ihtiyaçları saptamak için; Bağımlılık Bilgisi Değerlendirme Ölçeği (BİLGE) kullanılabilir.

4. Ruhsal destek

Ruhsal Destek bileşeninde; bağımlılığa eşlik eden ve bağımlılığı sürdüren ruhsal sorunların olup olmadığı ve müdahale gerekir gerekmediği araştırılır.

Bağımlılığa sıklıkla eşlik eden ruhsal sorunlar şunlardır:

- Depresyon
- Anksiyete
- Dikkat eksikliği hiperaktivite
- Ruhsal travma
- Psikoz
- İntihar riski
- Dürtüsel davranışlar
- Heyecan arama davranışı
- Güvensiz davranış
- Stresle başa çıkmakta zorluk
- Riskli kişilik özellikleri

Bağımlılığın sürmesine neden olan ruhsal sorunlar ise şunlardır:

- Stres ile başa çıkmada yetersizlik veya strese karşı dayanıksızlık
- Dürtüsellik
- Heyecan arama davranışı
- Güvenli davranış eksikliği
- Öfke kontrol yetersizliği

Bu ruhsal sorunların olup olmadığı araştırılmalı, varsa buna uygun destek sağlanmalı ve müdahaleler uygulanmalıdır. Eşlik eden ruhsal durumların saptanmasında bunların değerlendirmesinde Bağımlılık Profil İndeksi Klinik formu (BAPİ-K) kullanılabilir.

5. Aileyle çalışma

Aile ilişkileri ayrıntılı bir şekilde değerlendirilmelidir.

Aile ilişkileri 3 başlık üstünden ele alınmalıdır.

- Ailenin bağımlılığa karşı tutumu
- Aile içi bağlar
- Ebeveynlik becerileri

Ebeveynlik becerileri de kendi içinde üçe ayrılır:

- Çatışma çözme becerisi
- Sorumluluk verme becerisi
- Kural koyma becerisi

Aile ile ilgili 3 ayrı konu daha ele alınmalıdır

- Bağımlı ebeveynin bir çocuğu varsa, ona yardımın gerekliliği değerlendirilmelidir
- Eş bağımlılık olup olmadığı da değerlendirilmelidir
- Eşinin madde kullanıyor olması

Bu alanlar üstünde risk ve ihtiyaçlar saptanmalı, ona uygun iyileşme planı ve müdahale yapılmalıdır. Bunların saptanmasında Aile Bağımlılık Profil İndeksi (BAPİ-A) kullanılabilir.

6. Yaşamı düzenleme

Yaşamı düzenleme bileşeni aşağıdaki alanlardan oluşur:

- Boş zamanlar
- Arkadaş ilişkileri
- Aile ilişkileri
- Sağlıklı yaşam (sağlıklı beslenme, temizlik, spor vb)
- Düzenli yaşam
- Yaşadığı ortam ve çevre

Tüm bu alanlarda risklerin olup olmadığı saptanmalı ve riskli bulunan alanlarda gerekli olan müdahaleler yapılmalıdır. Yaşamı düzenleme konusundaki risk ve ihtiyaçları saptamak için; Bağımlılıkta Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği kullanılabilir.

7. Tekrar kullanmayı önleme

Tekrar kullanmayı önlemeye yönelik olarak eksik olan ve geliştirilmesi gereken beceriler saptanmalıdır. Bunlar arasında şunları sayabiliriz:

- Riskli durumlar ve riskli durumlarla başa çıkmak becerileri
- Tekrar kullanmaya neden olabilecek duygu, düşünce ve istekle başa çıkma becerileri
- Acil durumlarda yapılması gerekenler
- Israrlarla başa çıkmak becerileri

Yaşamı düzenleme konusundaki risk ve ihtiyaçları saptamak için; Bağımlılıkta Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği kullanılabilir.

Aile Bağımlılık Profil İndeksi (BAPİ-A) kullanılabilir.

Tekrar kullanmayı önleme konusundaki risk ve ihtiyaçları saptamak için; Moodist Relaps İndeksi (MORİ) kullanılabilir.

8. Hedeflerin belirlenmesi

Hedeflerin belirlenmesi; vaka formülasyonunun en sonunda yapılır. İyileşme planının son aşaması hedef koymaktır. Somut, gerçekçi ve küçük hedefler ile müdahaleye başlanmalıdır. Hedef koyma, doğrudan tedavi sürecinin kendisini oluşturabilir. Öte

yandan bağımlının tedaviye uyumunu da artıran bir etkidir. Hedefler bağımlı ile birlikte konmalıdır.

Hedef koyma, risk ve ihtiyaçlar belirlendikten sonra yapılmalıdır, ancak TıSBİRHAYAT akrostişine uyması için araya alınmıştır.