

Ergenlerde Dayanıklılık ve Madde Kullanımı

Uzm. Dr. Yasemin Düzçeker
Prof. Dr. Nuray Kanbur

Dayanıklılık

Dayanıklılık (“Resillience”, dirençlilik veya başetme becerileri de kullanılmaktadır), risk maruziyetinin olumsuz etkilerinin üstesinden gelme, travmatik deneyimlerle başarıyla başetme ve risklerle ilişkili olumsuz süreçlerden sakınma olarak tanımlanmaktadır. Dayanıklılık gelişimi sürecinde, hem risk hem de koruyucu faktörler birarada bulunur ve olumlu sonuçlar elde edilirken, olumsuz sonuçlar azaltılabilir ya da önlenir. Dayanıklılık teorisi, risk maruziyetine rağmen sağlıklı gelişimi anlamaya odaklanır.

Ergenlere risklerin olumsuz etkilerinden kaçınabilmeleri için yardım eden destekleyici faktörler, kendi bireysel özellikleri ve dış kaynaklı dayanıklar olabilmektedir. Bireysel destekleyici faktörler ergenin yetenekleri, başetme becerileri ve kendi kendine yeterliliği gibi olumlu özelliklerdir. Dış dayanıklar ise, ergene riskin üstesinden gelebilmek için yardımcı olan bireysel özellikleri dışındaki destek kaynaklarıdır. Bunlar; ebeveyn des-

ğından korunmada önemini ortaya koymaktadır. Toplumsal düzeyde olumsuz veya patolojik faktörleri belirlemeye odaklanmak yerine, tanımlanmış koruyucu faktörleri güçlendirerek dayanıklılık artışını destekleyen yaklaşımlara odaklanmak yerinde olacaktır, Tıbbi ve psikiyatrik bozukluklara karşı duyarlılığı azalttığı gösterilen baş etme becerileri gibi dayanıklılık faktörleri belirlenmelidir. Bu başa çıkma stratejileri belirlendikten sonra, sosyal etkileşimler de dikkate alınarak, risk altındaki bireylerin dayanıklı davranış modelleri geliştirmesine çalışılabilir. Yaşam streslerinin ve dayanıklı davranışların etkileri kuşaklar boyunca iletilebildiğinden, bu çevresel müdahaleler, çevresel streslerin çocuk ve ergenlerin davranışları üzerine karmaşık etkilerini ortadan kaldırarak önemli ölçüde fayda sağlayabilir.

KAYNAKLAR

1. Fergus, S. and M.A. Zimmerman, Adolescent resilience: A framework for understanding healthy development in the face of risk. *Annu. Rev. Public Health*, 2005. 26: p. 399-419.
2. Stanis, J.J. and S.L. Andersen, Reducing substance use during adolescence: a translational framework for prevention. *Psychopharmacology*, 2014. 231(8): p. 1437-1453.
3. Dillon, L., et al., Risk, protective factors and resilience to drug use: identifying resilient young people and learning from their experiences. 2007: Home Office London.
4. Hicks, Brian M., William G. Iacono, and Matt McGue. "Identifying childhood characteristics that underlie premorbid risk for substance use disorders: socialization and boldness." *Development and psychopathology* 26.01 (2014): 141-157.
5. Harpin, Scott B., Carolyn M. Garcia, and Elizabeth M. Saewyc. "Differences in Abuse and Related Risk and Protective Factors by Runaway Status for Adolescents Seen at a US Child Advocacy Centre." *International journal of child and adolescent resilience* 1.1 (2013): 4.

6. Belcher, Annabelle M., et al. "Personality traits and vulnerability or resilience to substance use disorders." *Trends in cognitive sciences* 18.4 (2014): 211-217.
7. Cadet, Jean Lud. "Epigenetics of stress, addiction, and resilience: therapeutic implications." *Molecular neurobiology* 53.1 (2016): 545-560.