

## Practice Method from a Social Work Perspective in Alcohol and Substance Addiction: Motivational Group Work

### Alkol ve Madde Bağımlılığında Sosyal Hizmet Bakış Açısıyla Bir Uygulama Yöntemi: Motivasyonel Grup Çalışması

Safiye Elif CIBIR <sup>(1)</sup>

**Cited/Atf:** Cıbir, S.F. (2022). Alkol ve Madde Bağımlılığında Sosyal Hizmet Bakış Açısıyla Bir Uygulama Yöntemi: Motivasyonel Grup Çalışması, *Uluslararası Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi*, 2 (2), 241-252.

#### ABSTRACT

Addiction is a problem that affects the individual in terms of health, social and psychological aspects. Although the causes of addiction differ, they are associated with poverty, crime, peer relations and psychological problems. This problem can prevent the person from making decisions, sustaining his life, and improving himself. The termination of addiction is basically permanent with the desire and motivation of the person. Social workers working in the field of addiction implement different practices and methods in cooperation with individuals to ensure full and whole recovery. Addiction treatments can be diversified with medical and psychological support. Most studies state that mixed treatments are more beneficial than single-channel treatment forms. Treatments with groups as well as treatments with individuals ensure that the healing is permanent. The motivational interview technique used in groups reveals the recovery ambivalence of individuals receiving addiction treatment and supports determination. Studies in this area reveal that the application of motivational interviewing in dependent groups is positively effective and provides a sustainable improvement in the lives of individuals. For this reason, this study is presented as a compilation to reveal the effectiveness of the motivational interview technique used in dependent groups

#### ÖZET

Bağımlılık bireyi sağlık, sosyal ve psikolojik açılardan etkileyen bir sorundur. Bağımlılığın sebepleri farklılaşmakla birlikte yoksulluk, suç, akran ilişkileri ve psikolojik sorunlarla ilişkilendirilmektedir. Bu sorun kişinin karar verme, yaşamını sürdürme, kendini geliştirmesini engelleyebilmektedir. Bağımlılığın sonlandırılması ise temelde kişinin isteği ve motivasyonu ile kalıcı olmaktadır. Bağımlılık alanında çalışan sosyal hizmet uzmanları bireylerle iş birliği halinde iyileşmenin tam ve bütün anlamda sağlanması için farklı uygulama ve yöntemleri hayata geçirmektedirler. Bağımlılık tedavileri medikal ve psikolojik desteklerle çeşitlenebilmektedir. Çoğu araştırma karma tedavilerin tek kanaldan tedavi biçimlerine göre daha faydalı olduğunu ifade etmektedir. Bireyle yapılan tedaviler kadar gruplarla gerçekleştirilen tedaviler de iyileşmenin kalıcı olmasını sağlamaktadır. Gruplarda kullanılan motivasyonel görüşme tekniği bağımlılık tedavisi gören bireylerin iyileşmeye dair ambivalansını (kararsızlığını) ortaya çıkarır ve kararlılığı desteklemektedir. Bu alandaki çalışmalar motivasyonel görüşmenin bağımlı gruplarda uygulanmasının pozitif yönde etkili olduğunu ve bireylerin yaşamında sürdürülebilir bir iyileşmeyi sağladığını ortaya çıkarmaktadır. Bu çalışma da bu nedenle bağımlı gruplarda kullanılan motivasyonel görüşme tekniğinin etkinliğini göz önüne sermek için derleme olarak sunulmuştur

#### ARTICLE HISTORY

Received :22.06.2022  
Accepted :27.09.2022  
Published :30.09.2022

#### KEYWORDS

Social work, Motivational interview, Group work, Addiction

#### MAKALE TARİHİ

Geliş :22.06.2022  
Kabul :27.06.2022  
Yayımlama :30.09.2022

#### ANAHTAR KELİMELER

Sosyal hizmet, Motivasyonel görüşme, Grup çalışması, Bağımlılık

<sup>1</sup> Doktora öğrencisi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Hizmet Bölümü, cibirelif@gmail.com

## GİRİŞ

Bağımlılık, bireyin herhangi bir maddeyi sağlık, sosyal, psikolojik ve ekonomik açılardan tüm zararlarına rağmen kullanmaya devam etmesi ve yaşamını olumsuz yönde etkilemesi olarak bilinmektedir. Bağımlılık bilişsel kökenli olarak beyinin işleyişini etkilemekte ve kullanımla birlikte bağımlılık yapıcı maddeye duyulan gereksinim de gittikçe artmaktadır. Bu durum birey için fiziksel, duygusal, psikolojik ve toplumsal sorunlara sebebiyet verebilmektedir. Madde bağımlılığı sonucunda ekonomik bir faktör olarak yoksullaşma, maddeyi temin etmek için suça yönelme, sosyal yaşamdan geri kalma ve işsizlik, irade/ kontrol sorunları görülebilmektedir.

Bağımlılığın sosyal yaşamı etkileyen varlığı bağımlılığa yönelik tedavilerin çeşitlenmesi ve güçlendirilmesini gerekli kılmaktadır. Bunun için bireyle yapılan tedavileri güçlendirecek ve özellikle de grupları hedef alan tedavi yöntem ve çeşitliliklerinin güçlendirilmesi ön plana çıkmaktadır. Tedavilerin medikal olarak ilaçlarla ve psikolojik olarak ise danışmanlık sunan desteklerle gerçekleştirildiği durumlarda daha kalıcı etkileri olduğu bilinmektedir. Tedavinin sürekliliği teknik ve etkileri sürekli olan yöntemlerin kullanılması ile doğrudan bağlantılı olmaktadır. Burada en önemli nokta kişinin bağımlılığa yönelik farkındalığının geliştirilmesi ise ilgilidir. Yani birey, alkol ya da maddeyi bırakmaya istekli olmalı yahut bırakamama konusundaki ambivalansını (kararsızlığını) fark edebilmelidir. Eğer alkol ve madde kullanımının negatif etkilerinin farkına varılır ve bırakma konusunda bireysel hedefler güçlendirilirse iyileşmenin de sürdürülebilir olacağı düşünülmektedir. Sosyal hizmet uzmanları bağımlı gruplarla doğrudan ve dolaylı olarak çalışan profesyoneller olarak bütüncül iyileşmeye öncülük etmektedir. Bireyin başkalarından bağımsız olmalarını destekleyen, kendine yeterli ve güçlü noktalarına odaklanarak sosyal işlevselliği sağlamaya yönelik kapsayıcı müdahale programları planlanır, uygulanır, sonlandırılır ve izlenir. Medikal tedavinin desteklenmesi ve danışmanlığın farklı uygulama çerçeveleriyle sunulması da oldukça önemlidir. “Motivasyonel Görüşme” de işlevsel bir ilişki ağının kurulmasını desteklerken alkol ve madde bağımlılığı konusunda gruplarla gerçekleştirildiğinde etkili olmaktadır. Tekniğin yönteminde, ambivalansın (kararsızlığın) kaldırılması, lider ve üyeler arasında olumlu kabul, güçlendirme, empati, destekleme, yansıtma ve duyguları anlama ile birlikte grubun iyileşmesi ayrıca kalıcı bir tutum geliştirilmesi de ön plandadır. Motivasyonel görüşmenin bağımlı gruplarla kullanıldığı birçok araştırmada bu tekniğin belirli periyotlardaki kontrollerde bağımlılığın bırakılmasında etkili olduğu ortaya çıkmaktadır. Doğası gereği kısa süreli ve çözüm odaklı bir teknik olan motivasyonel görüşme doğrudan soruna ve sorunun ortaya çıkardığı etkilere odaklanarak bireyin daha sağlıklı bir yaşama sahip olması için kullanılması gereken bir teknik olarak ifade edilmektedir. Bu durum ilgili literatürde de vurgulanması gereken ve uygulamaları geliştirecek bir bakışı ortaya çıkardığından önemli görülmüştür. Bu sebeple de çalışmanın amacı motivasyonel görüşme tekniğinin bağımlı gruplarda kullanımı ve etkilerinin ön plana çıkarılması olarak belirlenmiştir.

### 1. ALKOL VE MADDE BAĞIMLILIĞINA BİR BAKIŞ

Bağımlılık; bireylerin, ailelerin, toplulukların davranış düşünce ve kapasitelerini etkileyen bir sorun olarak karışımıza çıkmaktadır. Farklı risk faktörlerinin tetiklemesiyle meydana gelen ve sonucunda “bağımlılık” şeklinde yaşamı etkileyen bu durum bireyin yaşamını ciddi ölçüde etkilemektedir. Literatürde bağımlılık; “Zevk alma ve içsel bir motivasyonla sorunlarda uzaklaşma işlevi görebilen bir davranışın, önemli olumsuz sonuçlarına rağmen devam edilerek yaşamı etkilemesi ile karakterize edilen bir örüntü içinde ele alınan bir süreç” olarak belirtilmektedir (Goodman, 1990).

Türkiye Uyuşturucu ve Uyuşturucu Bağımlılığı İzleme Merkezi Şube Müdürlüğü 2021 yılı raporu madde kullanımına ilişkin birçok istatistiksel veri sunmuştur. Rapora göre, yaklaşık 207 bin şüpheli ile yapılan bir çalışmada ortalama 24 bin kişi hayatının herhangi bir döneminde madde kullandığını ifade etmiştir (Türkiye Uyuşturucu ve Uyuşturucu Bağımlılığı İzleme Merkezi Şube Müdürlüğü, 2021). İHH (İnsani Yardım Vakfı) tarafından gerçekleştirilen “Madde Bağımlılığı ve Bağımlılıklarla Mücadelede Sivil Toplumun Rolü” adlı saha araştırması

raporunda ortalama 10 milyon kişinin madde ve davranış bağımlısı, yaklaşık 2 milyon kişinin ise uyuşturucu madde bağımlılığı olduğu ifade edilmektedir (Atalay, 2020).

WHO (World Health Organization/Dünya Sağlık Örgütü) tarafından yapılan açıklamalara göre alkol bağımlılığı diğer bağımlılık türleri arasında en çok karşılaşılanlar arasında 4. sırayı almaktadır (<https://www.who.int/> Erişim tarihi 17.09.2022). Bağımlılığın yaygınlığı bireyi, ailesini ve sosyal çevresini oldukça etkilemektedir (Bliuc, Doan ve Best, 2018). Küresel anlamda da çalışmaların sürdürüldüğü, mücadelenin de önem kazandığı bağımlılık *modern kölelik* olarak görülmekte bireyin özerkliğini ve özgürlüğünü ortadan kaldıran aynı zamanda bireyi kendinden yoksun bırakan bir durum olarak görülmektedir (Balseven vd. 2002).

Ruhsal bozukluklar içindeki istatistiksel bulguların açıklamalarını yapan Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı/ DSM (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) zaman içinde bağımlılık konusunu farklı şekillerde işlemiştir. İlk basımda; sosyopatik kişilik bozukluğu tanımlaması yapılırken ikinci baskıda bu tanım sürdürülmüş, üçüncü basımda madde kötüye kullanımı ve madde bağımlılığı ayrı başlıklar olarak değerlendirilmiş dördüncü basımda ise tanımlamada hiyerarşik bir yaklaşım ele alınmıştır. DSM-V'de madde kullanımı ile ilişkili bozukluklara neden olan maddeler çeşitlendirilmiş ayrıca madde kullanım bozukluğu, madde bağımlılığı ve madde kötüye kullanımı olarak ayrıştırılmış, remisyon süreçleri açıklanmış, bağımlılığın şiddetine göre (belirtilere uyma) tanımlama derecesi belirlenmiş ve daha açık anlaşılır bir sınıflandırma yapılmıştır (Güleç, Köşger ve Eşsizoglu, 2015).

Bağımlılığın tedavi aşaması ise psikolojik ve sosyal açıdan maddeye yönelme durumunu düzenlemek adına kişinin iradesiyle başlatılan ve kendi kendini kontrol eden bir dış eyleme dönüşmesi olarak düşünülmektedir. Literatür madde kullanımının sebeplerini; psikososyal ve biyolojik faktörler olarak çeşitlendirmektedir. Sosyal faktörler; akran baskısı, rol model görme, kolay ulaşım, aile sorunları, kültürel/ dini sebepler, sosyal desteğin azlığı, kentleşme iken psikolojik faktörler; itaatsizlik, merak, düşük kontrol, duygu arayışı, düşük benlik saygısı, stres yönetimi sorunu, kayıp, travma, kaygı ve biyolojik faktörler ise genetik yatkınlık ve aile geçmişi, ilaç etkileri ve biyokimyasal faktörlerdir (Sahu ve Sahu, 2012). Sosyal hizmet uzmanları da bağımlılıkla çalışan profesyoneller olarak bireyin sosyal işlevselliğini geliştirmek adına bahse konu tüm bu faktörlerin iyileştirilmesi için uygulamalar yapmaktadır. Sosyal hizmet uzmanlarının bağımlılıkla ilgili çalışmalarını birey/aile ve grup bazında ele alan değerlendirmeler vardır. Bireyle çalışırken bireyin madde kullanımını yadsıyabileceğini göz önüne alarak kişisel sorunlarla madde bağımlılığı ilişkisini belirleyebilmeyi, aile ile çalışırken bağımlılığı besleyen sağlıksız işleyişlerin anlaşılmasını sağlamayı ve gruplarda da izolasyon duygusunun azaltılarak iyileşme motivasyonunun kullanılmasını ön plana almaktadırlar (Mutlu, 2015).

Bazı kişisel özelliklerin maddeyi kullanma, bağımlı olma, bağımlılığı sürdürmeyle olan bağlantısı araştırmalara konu olmuştur. Ancak fark edilmelidir ki bireyin kişilik özellikleri, karakteristik niteliği alkol ve madde bağımlısı olması için risk faktörü oluşturuyorsa bu aynı zamanda önleyici bir yol olarak da görülebilmelidir. Hatta yapılan çalışmalar (Bona, vd. 2004) kişinin seçtiği maddenin bile kişiliğiyle bağlantılı olduğunu öne sürmektedir. Örneğin eroin kullanım bağımlılarının alkol bağımlılarına göre yenilik arayan ve kendini yönetebilen, %76 oranında da keşifsel uyarılmışlığın daha yüksek olduğu, duygusal, az endişeli, daha sorumlu oldukları görülmüştür. Aynı çalışma tedavi arayan her iki grup için eroin bağımlılığında daha hızlı, alkol bağımlılığında ise daha klasik bir detoks tedavisi uygulanabileceğini de açıklamıştır.

Alkol ve madde bağımlılığında yalnızlık, kayıp ve travmalar, aile ve sosyal çevreyle ilişkisel sorunlar, psikolojik sorunlar ve fiziksel sağlık durumu etkileyen deneyimler, cinsiyet, yaş ve bireysel faktörler gibi içsel ve dışsal risk faktörlerinin olduğundan bahsedilmektedir (Santora, vd. 2021). Alkol ve madde bağımlılığında genç nüfusun yoğun olduğu bölgelerde risk faktörleri arasında ekonomik yetersizliklerden, gençlik döneminde riskli davranışların varlığından, bölgesel özelliklerden, cinsiyet ve etnik farklılıklardan bahsedilmektedir (Bailey ve Williams, 2006).

2006 yılında 4 bine yakın lise öğrencisiyle yapılan bir çalışmada arkadaş çevresi içinde madde kullananların varlığının madde kullanma riskini artırdığı (6 kat) ortaya koymuş arkadaş etkisinin önemi böylece gün yüzüne çıkmıştır (Erdem, 2006). Yapılan çalışmalarda madde kullanımının birey, aile ve sosyal çevre koşullarında ilişkisel ve davranışsal risk barındırabileceği belirtilirken müdahalenin kamusal, hukuki, eğitim, sağlık sektörlerini de içerecek şekilde bütüncül olması gerektiğine vurgu yapılmakta; okul, aile, toplum ve medya odaklı çok boyutlu önleyici faaliyetlerin geliştirilmesi önerilmektedir (Albayrak ve Balcı, 2014).

Madde kullanımının sonuçları arasında görülen yoksunluk ya da bağımlılık belirtileri çeşitlenmekte ve 3 başlıkta incelenmektedir. Bunlar; fiziksel (uyku sorunları, yeme bozuklukları vb.) davranışsal (öfke, duyarsızlaşma, toplum kurallarından uzaklaşma, şiddet) ve bilişsel (iradeye bağlı karar almada sorunlar, hafıza sorunları, kapasite değişimleri vb.) açıdan kişinin aynı zamanda yaşadığı toplum içinde etiketlenmesine ekonomik ve sosyal çevreye bağlı sorunlar yaşamasına da neden olabilmektedir. Madde bağımlılarıyla yapılan bir araştırma sonucunda bağımlılar süreç boyunca etiketleme, tıbbi sorunlar, psikolojik, sosyal, yasal ve ekonomik sorunlar yaşadıklarını belirtmişler tedaviye de yine yaşadıkları bu sorunları çözme motivasyonu katıldıklarını belirtmişlerdir (Akbaş, Mutlu, 2016).

2011 yılında üniversite öğrencilerinde sigara, alkol ve uyuşturucu madde kullanımının yaygınlığını ve sonuçlarını araştıran bir çalışmada şiddete uğrama ve şiddet uygulama, bağımlılık yapıcı madde kullananlarda kullanmayanlara göre daha yüksek, uçucu madde kullananlarda kullanmayanlara göre kaygı puanları daha yüksek, sosyal destek puanları ise daha düşük bulunmuştur (Turhan, vd. 2011). Madde kullanımını ve suç ilişkisini inceleyen başka bir çalışmada ise 2627 lise öğrencisine ulaşılmış, uyuşturucu madde kullanımı ile suç işleme ilişkisi arasında pozitif bir korelasyon ilişkisi bulunmuş, madde kullanımı ile öfke/şiddet davranışlarının ortaya çıktığı, suç davranışına neden olan önemli etkenler arasında da “suç işleyen arkadaş grubuna sahip olma” görülmüştür (Altuner vd. 2009).

## **2.SOSYAL HİZMET VE MADDE BAĞIMLILIĞINDA GRUP ÇALIŞMASI ÖRNEKLERİ: “MOTİVASYONEL GÖRÜŞME”**

Sosyal hizmet; dezavantajlı grupların ferahı başta olmak üzere, bireyin sosyal yaşamını etkileyen tüm olgu ve olaylara müdahale etmektedir. Mesleki rol ve işlevler güçlendirme, savunuculuk, eğiticilik, kolaylaştırıcılık, yönlendirme, aracı olma gibi başlıklardan oluşmaktadır. Temel hedef bireyin psiko-sosyal açıdan kendine yeterli ve sosyal yaşamında işlevsel olmasını sağlamaktır. Bunun için de gerek bireysel gerek grup bazlı gerekse de toplumsal uygulamalar gerçekleştirilebilmektedir. Alkol ve madde bağımlılığı da sosyal hizmet uzmanlarının ortak paydada bulunduğu ve sosyal hizmet uzmanlarının iş birliği içinde çalışma gayreti gösterdiği müracaatçı gruplarındandır.

Alkol ve madde bağımlılığı sosyal hizmet uygulama alanlarından biridir. Bireyin yaşadığı sosyal çevre içindeki statüsü, işlevselliği, bütüncül anlamda sağlığı göz önünde alınarak bağımlılık tedavisi sosyal hizmet uzmanlarınca çok boyutlu stratejilerle uygulanabilmektedir. Sosyal hizmet bakış açısına göre müdahale, kişinin bağımlılığını sonlandırmak, yeniden kullanım süresini uzatmak bu açıdan sosyal koşulları iyileştirmek olurken bu açıdan bireyle çalışmak kadar grupların organize edilmesi, kendine yardım gruplarının oluşturulması ve psiko-sosyal müdahalenin danışmanlık, kaynak buluculuk, eğiticilik gibi mesleki işlevlerle güçlendirilmesi beklenmektedir (Polat, 2014).

Alkol ve madde bağımlılığıyla çalışırken insanla bütün olarak ilgilenme, güçlü yönleri odaklanma, katılımı üst düzeye çıkarma, sorun çözme becerilerini geliştirme gibi bazı rehber ilkeleri göz önünde bulundurma ön plandadır. Sosyal hizmet uzmanının yaptığı motivasyonel görüşmelerin bireyde bağımlılığa dair farkındalığı geliştireceği ancak alışkanlıkların yansımaları olan patolojik yadsıma, rasyonalizasyon, kendini kandırmanın süreç içinde yaşanabilecek aksaklıklar olduğu ifade edilse de “*isteyerek bırakma*”nın ön planda tutulması gerektiği belirtilmektedir (Sheafor ve Horejsi, 2014).

Madde kullanımı yalnızca “*maddeyi kullanmakla*” ilgili olmayıp devamında birbirine bağlı zararlı davranışlar ve bu zararlı davranışlar sonucu tüm yaşamı etkileyen bir süreci meydana getirmektedir. Kişinin madde kullanımına ya da maddeyi kötüye kullanımına yönelmesindeki sebepler farklılık gösterse de bağımlılık aslen bir seçime dayalıdır. Bireylerin bağımlılığa sebebiyet veren davranışlarındaki değişimi nasıl gerçekleştirecekleri ve aynı zamanda bunu da nasıl sürdürülebilir kılacakları tedavi sürecinin ve rehabilitasyonun kalıcılığının temelini oluşturmaktadır.

Bahse konu davranış değişimi literatürde genellikle bazı aşamalar ile karakterize edilir. Bunlar;

- Herhangi bir değişikliğe hazır olunmayan ön düşünme aşaması,
- Yakın gelecekte değişimi düşünme aşaması,
- Davranış değişimine ilişkin kesin planların yapıldığı aşama,
- Planların eyleme geçildiği ve değişimin gerçekleştiği aşama,
- Yeni bir davranış kalıbının kurularak sürdürüldüğü aşamadır (Kouimtsidis, 2016).

Bağımlılık tedavisinde önemli bazı noktalar vardır. Bunlar arasında bireyin kişilerarası ilişkileri, baskın duyguları, temel ihtiyaçları ve ihtiyaçlarını karşılama becerisi, sosyal ve kişisel çatışmaları ve genel /özel inançları, farkındalığın desteklenmesi, sorun çözme becerisinin geliştirilmesi ile teşvik ve bağımlılık yapan maddeden ayrı kalmak için etkili stratejilerin kullanılmasının öğretilmesi vardır (Goodman, 1990).

Sosyal hizmet uygulamalarından birisi grup çalışmalarıdır. Bir uygulama yöntemi olan grup çalışmaları insan gruplarının sosyal gereksinimlerini çözmek ve sorunlarının çözümlenmesinde kullanılmaktadır (Bulut, 2013). Grup çalışmaları planlama, başlangıç, değerlendirme, gelişme ve sonlandırma aşamalarını takip eder ve grup içinde dinamiğin oluşturulması için üyelerin istekliliği, kararlılığı, amacın uygunluğu, değişme gayreti ve sürecin planlı yürütülmesi ön planda tutulur.

Grup çalışmalarının hazırlanma aşamalarına bakıldığında; katılımcıların “ne umduklarını” anlamak oldukça önemliken ayrıca grubun toplanma süresi ve yeri, oturum sayısı ile kullanılacak muhtemel ekipmanlar da mutlaka düzenlenmelidir. Genellikle ilk oturumlar hem grubun amacının anlaşılması hem de üyelerin kişisel amaçlarına açıklık getirilmesi açısından açık bir şekilde yapılandırılır. Gizlilik, kurallar üyelerle birlikte oluşturulur. Sonraki süreçler bu amaçlara ulaşmak için ne tür uygulamaların gerekli olduğunu ortaya çıkarmayla ilgilidir. Oturumlar genelde ısınma ve selamlama konuşmaları ile başlarken önceki toplantıdan değerlendirmelerin alınması, oturum temasının belirlenmesi, buna uygun duygu-görüş-değerlendirme ve grup aktivitelerinin yapılması ile sürer ve kapanış değerlendirmesi ile tamamlanmaktadır. Genel olarak liderden beklenen grup oturumlarını amaca uygun kontrol edebilmesidir. Lider bağımlı gruplarda dinleyici olarak aktarıma önem veren, destekleyici nitelikte üyelerin kararsız kaldıkları duygularına açıklık getirmeyi amaçlamalıdır. Grup çalışmaları küçük sosyal sistemleri oluşturduğundan bu yapıda üyelerin kimlik kazanmaları ve “bağımlı” etiketinden uzaklaşmaları için oldukça değerli süreçleri de meydana getirebilmektedir (Breen,2017).

Bağımlılıkla ilgili tedavi süreçlerini; sosyal destek sağlayan terapötik ilişkilerin, destek gruplarının, akran motivasyonunun olumlu olarak desteklediği görülmüştür. Biyo-psiko-sosyal yaklaşımı temel alan tedavilerde bağımlılıkla çalışma bir “*kurtarma*” görevi gibi görüldüğü için yaklaşımın yalnızca aile üyeleriyle sınırlı kalmadan sosyal çevre ve akranları da dahil etmesi gerektiği ön plana çıkmaktadır. Grup çalışmaları madde ve alkol bağımlılığı için bireysel ve medikal tedaviyle aynı ölçekte olmamakla birlikte bu tedavileri destekleyen bir yöntem olarak da ortaya çıkmaktadır. Alkol ve madde bağımlılığı tedavilerinde oluşturulan destek grupları genel anlamda ortak problemi olan bireylerin belirli bir yer ve zamanda planlı olarak bir araya gelerek deneyimlerini paylaştıkları grup müdahalelerindedir. Oluşum ve devamlılığı farklı koşullar altında meydana gelen bu gruplarda kimi zaman bir lider olurken kimi zaman da grup içinde üyeler alacakları roller ile liderlik yapabilmekte, gruba göre normlar oluşturulabilmektedir.

Grup çalışması bağımlılık konusunda sıklıkla medikal tedaviye destekçi bir yöntem olarak kullanılmaktadır. Grup müdahalesinin aşamaları önemlidir. Öncelikle “amacın” belirlenmesi gerekir ardından bu amaca uygun bir uygulama tekniğinin planlanması gereklidir. Grup çalışmalarında müdahalenin işlevselliğinin değerlendirilmesi için planlama kadar, müdahale sürecinde kullanılan ön/son testler ve yapılan analizler de önemlidir. Bu süreçte genellikle oturumlar katılımcıların izinleri ile kayıt alınır ve sonrasında farklı yöntemler kullanılarak analizler yapılır. Grup çalışmaları ile katılımcıların biyo-psiko-sosyal olarak iyileşmelerine olanak sağlanırken aynı zamanda uygulamayı planlayan profesyoneller risk faktörlerinin analizini yaptıklarından önleyici nitelikteki hizmetlerin geliştirilmesi fırsatını yakalamaktadırlar (Breen, 2017).

Bağımlılık ile mücadelede yapılandırılmış grup çalışmalarının biyo-psiko-sosyal açıdan faydalı olduğu görülmektedir. Örneğin Almanya’da eklettik yapıda bir ekiple yürütülen madde bağımlılığı tedavi programı aşamaları şu şekildedir;

- Sağlığın kontrolüne yönelik acil müdahale,
- Sağlık istikrarını sağlamak ve kontrol,
- Sosyal çevrenin düzenlenmesi,
- Yoksunluğun ertelenmesi (motivasyon çalışmaları)
- Bağımlılık nedenlerinin araştırılması
- Tedavide iş birliğinin sağlanması,
- Bağımlının sürece aktif katılımının desteklenmesi,
- Tedavinin sürdürülebilir niteliğinin korunması,
- Öz yeterlilik desteği sunulması,
- Beceri geliştirmede planlama yapılmasıdır (Alman Bağımlılık Sorunları Merkezi, 2018; akt. Altuntaş, Öztürk ve Arıkin, 2019).

Alkol bağımlılığına yönelik grup çalışmalarını inceleyen bir çalışma; 150’den fazla alkol bağımlısının destek gruplarında %95 oranında fayda gördüğünü, 20 kişinin katıldığı çalışmada ise akran destek gruplarına katılanlarda %24 oranında nüksün azaldığı, hükümlülerle yapılmış başka bir çalışmada da sosyal destek gruplarının öz yeterliliği arttığı görülmüştür (Tracy ve Wallace, 2016).

Günümüz gelişen sosyal medya platformları alkol ve madde kullanımında grup çalışmalarının çevrimiçi olarak sunulabileceğini göstermiştir. 237’den fazla üyesi olan bir çevrimiçi grup çalışması sonuçlarına göre; bağımlılıktan dolayı etiketlenmenin öz yeterliliği olumsuz etkilediği, sosyal kimliğin ilişkilere aracılık ettiği, tedavinin merkezinde destekleyici bir sosyal çevrenin olduğu belirtilmiş ek olarak bağımlılıktan dolayı etiketleme riski yüzünden yüz yüze çalışmalardan uzak durulabileceği, online çalışmanın zaman, yer, kaynak gibi olanakları sebebiyle daha etkili olduğu belirtilmektedir (Bliuc, Doan ve Best, 2018).

Delphi metodunun (sorunun çözülmesi için süreçte ekibin bütün olarak etkili olduğu varsayımı) kullanıldığı 5 haftalık bir grup çalışmasında psikiyatrist, hasta ve tedavi personelinin katıldığı uygulamada ilk oturumda bireyin yaşamı ve davranışında geri kazanım için istenilen 10 değişiklik ön plana alınmış ve diğer oturumlarda değişiklikler analiz edilerek değerlendirilmiştir. Grup sürecinden sonra iyileşmeyle ilgili olarak profesyoneller; uyuşturucu kullanımı, tedavi ve destek, psikolojik ve fiziksel sağlık, planlama, eğitim, istihdam, gelir, sosyal destek ve sosyal işlevsellik, rahatsızlık veren psikolojik sorunlar, iyilik hali, öz farkındalık, inanç, hedef ve beklentiler başlıklarının tedavide değiştirilmesi muhtemel noktalar olabileceğini vurgulamıştır (Neale, vd. 2014).

Bireysel ve grup çalışmasının uygulama tekniklerinden olan motivasyonel görüşmenin kökeni ise Dr. William Miller’in (Teater, 2015) alkol sorunu yaşayan iki müracaatçıyla yaptığı çalışmanın sonucunda “*Davranışsal Terapi*” dergisinde yaptığı bir yayına dayanmaktadır. Bu yöntemin tek bir teori değil sosyal psikolojinin bilişsel uyumsuzluk ve öz-yeterlilik gibi farklı yönleriyle birlikte müracaatçı temelli terapinin terapötik değişim ilkeleriyle meydana geldiği bilinmektedir. Teori birçok teknikten ziyade bir iletişim yöntemi olarak güçlendirilmiş ve olumlu

değişim adına kararsızlıkların giderilmesi için hedef yönelimli bir yaklaşım olarak uygulamaya dahil olmuştur.

Bağımlılık konusunda gruplarda kullanılan etkili yöntemlerden biri motivasyonel görüşmedir. İki klinik psikolog olan Dr. William Miller ve Dr. Stephen Rollnick (Örücü, 2019) tarafından geliştirilen bu yöntem sağlık alanında oldukça kullanılmaktadır. Bu yaklaşımda motivasyon ön planda ve “*değişikliğe hazır olma*” bakışı temeldir. Kişinin ilgi alanları ve kaygılarına odaklanılır. Motivasyonel görüşmede belli bir amaç doğrultusunda değişime dair kararlılığı etkileyen kararsızlığın çözümüne odaklanılmaktadır. Motivasyonel görüşme temelde işlevsel bir iletişim yöntemidir. Odağı değişim amacıyla bireyin içsel motivasyonunu ortaya çıkarmak, kararsızlığı incelemek ve çözüme direkt olarak odaklanma üzerinedir. Tedavi sürecinde danışanın istekleri, beklentileri, inançları, korkuları ve umutlarına odaklanarak çözülür ve bunlarla probleme sebebiyet veren davranışlar arasındaki tutarsızlıklar vurgulanır. Danışanın değişim için hazırlık durumu arttırılmaya ve desteklenmeye çalışır. İlkeleri; temelde empati gösterilmesi, çelişkilerin ortaya çıkarılması, dirençle çalışma, öz-yeterliliği desteklemek olarak bilinirken bunlar açık uçlu soru sorma, yansıtarak dinleme, onaylama, özetleme ve değişim konuşması gerçekleştirme ile uygulanmaktadır.

Literatüre göre, bu yaklaşım gruplarda uygulanırken ortak noktalara odaklanır. Motivasyonel görüşme kararsızlıkları çözmek ve değişim motivasyonunu arttırmak için; bireyi merkeze alarak ilgi, kaygı ve değerleri keşfetmek, değişim için yapılandırılmış bir iletişim ağı kurmak ve teşvik etmek, öneriler sunmak, kararsızlığı harekete geçmeyi engelleyen bir nokta olarak görerek değişimi kullanmak ve kararsızlığın çözülmesini bir anahtar olarak sunmak önemlidir (Lussier ve Richard, 2007). Uygulamada değişim sürecini ön niyet, niyet, hazırlık, eylem ve eylemin devamlılığı izlerken, empatiyi ifade etme, çelişkileri ortaya çıkarma, dirençle zıtlasmama, öz yeterliliği destekleme temel ilkeler ve açık uçlu sorular, onaylama, yansıtma, tekrarlama, özetleme uygulama teknikleri olarak belirtilmektedir (Teater, 2015).

Motivasyonel görüşmenin bazı varsayımları vardır. Bunlar değişim kaçınılmazdır ve insanlar arasındaki etkileşimden etkilenir, empati değişimi etkilemektedir, değişime güven duymak önemlidir ve değişime dair güçlü motivasyon bireyi değiştirecektir (Lussier ve Richard, 2007). Değişimin bireyler arasında kurulacak olumlu iletişim kanallarıyla gerçekleşebileceği görüşünden hareketle tekniklerini geliştiren motivasyonel görüşme grup dinamiğinde oluşacak değişim motivasyonu ile hem kararsızlığın azalmasında hem de değişimin sürdürülebilir olmasında etkili olacaktır.

Motivasyonel görüşmelerin gruplarla gerçekleştirilmesinde bazı kriterler vardır. Bunlar, oturumların en az 30'dk sürmesi, yüz yüze gerçekleştirilmesi, katılımcıların rastgele seçilmesi, bir karşılaştırma grubunun oluşturulması ve bağımsız bir çalışma ekseninde yürütülmesidir (Vasilaki ve ark. 2006). Miller ve Rollnick tarafından belirtilen ilkeler uygulama için temel kriterler olmakta bunlar; empatiyi aktarma, davranışları arasındaki tutarsızlığı iyileştirme, dirençle mücadele, tartışmadan kaçınma ile öz yeterliliği desteklemedir.

1983 ve 2003 yılları arasında, “kısa müdahale”, “motivasyon geliştirme terapisi” ve “motivasyon geliştirme terapisi” kavramları kullanılarak; MEDLINE, PsychInfo, Science Direct ve Ingenta kaynaklarındaki makaleler incelenmiş buna göre incelenen 22 makale arasında ortalama görüşmelerin 53'dk sürdüğü ve kısa görüşmeler içinde özellikle de alkol sorunları için motivasyonel görüşmenin diğer grup terapilerinden daha etkili olduğu görülmüştür (Vasilaki, vd.. 2006).

Araştırmalar motivasyonel görüşmenin klinik açıdan birçok konuda (alkol, madde, obezite, vb.) önemli sonuçlarının olduğunu açıklamakta bu süreçte iletişime bağlı değişimin teşvikinin ön plana çıktığı ve açık uçlu soruların, olumluların, düşüncelerin ifadesinin ve özetlemenin uygulama teknikleri arasında olduğu ifade edilmektedir. Grubun değişim motivasyonunu anlama, empatiyle dinleme ve direncin anlaşılması ve güçlendirmek de motivasyonel görüşmenin temel noktalarından sayılmaktadır (Matero, vd. 2019).

Gruplarla gerçekleştirilen motivasyonel görüşmenin bireysel görüşmelerden farkları vardır. Bunlar; grup ortamında kişilerarası dinamiklerin fazlalığı, katılımcılar arasında deneyim

aktarımı, grubun farklılaşan ihtiyaçları, sosyal baskı ve akranlar arası ilişki dinamiklerindeki farkındalığın geliştirilmesi olmakta ayrıca kolaylaştırıcı grupta yer alarak etkili bir empati ağı ile birlikte bağlılık dili oluşturma ve bu dile bağlı destekleyici akran tepkilerini destekleyebilme fırsatına sahip olabilmektir (D'Amico, vd. 2015).

Grup çalışmalarında lider üyelerin gelişimi için potansiyellerini destekleyici bir tutum sergileme, bireyi grup içinde tüm yönleriyle kabul etme, esnek bir kabul ve değişim sürecini yönetebilme, üyelerin önem/inanç ve güven/öz yeterlilik bağlamlarında farkındalıklarını geliştirme ve değişimin kalıcı olması için iletişimi güçlendirmeye odaklanmalıdır. Motivasyonel görüşmenin kilit noktalarından olan dirençle çalışmada yansıtma tekniğinin kullanılması bireyin değişime karşı olumsuz tutumunun farkına varmasını amaçlarken, iki taraflı yansıtma tekniği ise üyenin kararsızlığında fiziksel duruşunu açığa çıkararak yansıtma olarak görülmektedir (Treasure, 2004).

Gruplarda motivasyonel görüşmenin etkinliğini artıran faktör lider ve üyeler arasında kurulan işlevsel bir iletişim süreciyle ilgilidir. Grup oturumlarının başlangıcında üyelerin kendilerini tanıtmaları ve diğer grup üyelerini tanımlarıyla birlikte iyileşme ve değişim adına motivasyonun oluşturulması gereklidir. Bunun için literatürde birçok ölçek, anket ve bilimsel kaynak bulunmaktadır (Örn. Önemlilik ve Güven-Yeterlilik ölçeği). Açık uçlu sorular sorma, yansıtma dinleme, özetleme, kabullenme ve değişimi konuşma bu yöntemde kullanılan temel tekniklerdir. Liderin oturumlarda grup içi dinamiğini kurarak ve koruyarak iletişimin iyileştirici pozisyonda kalmasını desteklemesi ise oldukça önemlidir. Değişimin açıklayıcı sorular yöneltilme, karar dengesini geliştirme, derinleştirme, muhtemel durum ve sorunları sorgulama, gelecekle ilgili planlamalar yapma, hedefleri ve değerleri güçlendirme ile de kalıcı hale getirilmesi ön plana çıkmaktadır. Grup sürecinde değişim motivasyonunun sürekliliğinin sağlanması için durum değerlendirmesi, problem ve değişimle ilgili davranış ve tutumları özetlenmesi oldukça gereklidir. Bireyi merkeze alan bu teknikte lider daha çok dinleyen ve üyelerin nerede olduklarıyla ilgilenen roldeyken grupta olumlu kabulün ön plana alınması sağlıklı iletişimin güçlendirilmesine olanak sunulur ve kararsızlığın grup içinde giderilmesine ayrıca direncin kırılmasına da fırsat verilir bu durum da değişimi meydana getirmektedir (Ögel, 2009).

Blondell ve arkadaşlarının (2011) yaptığı çalışmada alkol kötüye kullanımı olan bireylerde detoksifikasyon sonrası tedavi alma ve kendi kendine yardım gruplarına katılmada müdahalenin etkisi araştırılmış madde bağımlılığı tedavisine ek olarak motivasyonel görüşme uygulanan grubun rehabilitasyon programına katılma oranları daha yüksek olduğu görülmüştür.

Motivasyonel görüşmenin kullanıldığı çeşitli araştırmalarda bu yöntemin özellikle sağlık alanında ve genç gruplarda etkili olduğu ortaya çıkmıştır. 2013-2020 yıllarında 13 çalışmanın incelendiği bir derleme çalışmasında en fazla örneklem grubunun bu çalışmalarda olduğu, 2-16 oturum ve 15-90'dk arasında değişen görüşmelerde ölçek ve analiz metotlarının kullanıldığı, motivasyonel görüşmenin gençlerde olumlu davranış değişikliği yönündeki etkisinin kontrol gruplarına göre daha fazla olduğu belirlenmiştir (Ceylan ve Törüner, 2020).

14-18 yaş grubunda 187 genç ile her biri 20'dk olmak üzere 3 ay boyunca 6 oturum sürdürülmüş ve hastaların nüksü 12 ay takip edilmiştir, çalışmada motivasyonel görüşmenin alkol ve madde kullanımında azalmaya etkisi ve üyelerin kontrol grubuna göre memnuniyet puanlarının yüksek olduğu görülmüştür (D'Amico, vd. 2013).

Benzer şekilde Smith ve ark. (2015) 13-19 yaş arasında alkol ve madde bağımlısı 48 genç ile motivasyonel görüşmenin uygulandığı her biri ortalama 45'dk süren toplam 3 oturum ve bitişin ardından 3 ay sonra da takipleri yapılan grup üyelerinin çalışma bittikten sonra da madde kullanmadıkları gün sayısında %10 artış görülmüştür.

2015 yılında bağımlılık tedavisini değerlendiren bir çalışma 129 farklı adolesan grupta motivasyonel görüşmenin açık uçlu sorular sorma ve yansıma gibi yöntemlerle gerçekleştirildiğinde ergenler arasında değişim konuşmasının arttığı görülürken sürecin; amacın açıklanması, değişim motivasyonunun ortaya çıkarılması, olumlu beklentilerin dile



getirilmesi, alkol ya da madde kullanımının ve sonuçlarının dile getirilmesi ve istatistiksel analiz (grup görüşmelerinde ses kaydı alınarak kodlamalar yapılmıştır) şeklinde geçtiği ortaya konmuştur (D'Amico, vd. 2015).

Aldemir ve arkadaşlarının (2018) "Denetimli Serbestlik Bağımlılık Programı" kapsamında tedavi motivasyonu, ayıklık ve yaşam kalitesi etkileri üzerine yaptıkları çalışmada motivasyonel görüşmenin uygulandığı grupta maddeyi bırakmaya hazır oluşun ve maddeyi bırakmaya verilen önemin arttığı ayrıca anksiyete düzeyi, aşırma şiddeti gibi faktörleri de azalttığı görülmüştür.

2008-2018 yıllarında alkol/ madde bağımlılığı tedavilerinde kullanılan yöntemlerin araştırıldığı bir çalışmada, motivasyonel görüşmenin gruplarda sıklıkla kullanıldığı ve bireyin bırakmaya hazır oluşunu, sosyal becerilerini, ayık kalma süresini, tedavi sonrası iyileşme sürekliliğini artırdığı ayrıca yataklı tedavi programlarında da bireyin karar süreçlerini desteklediği ifade edilmiştir (Yalçıntürk, Dikeç ve Ata, 2019).

43 madde bağımlısıyla yapılmış uygulamalı ve deneysel (ön test-son test- izleme ve oturumlar ardından kontrol süreci) bir grup çalışmasında, 4 grup oluşturulmuş üyeler madde kullanan ancak denetimli serbestlik sürecindeki bireylerden seçilmiş ve oturumlar (iki haftada 1 kez, oturum süresi 90'dk) düzenlenmiştir. Veriler sosyo-demografik bilgi formu, "Tedavi Motivasyonu Anketi (İçsel motivasyon, dışsal motivasyon, tedaviye güven, kişilerarası yardım arama)" ve Genel Öz Yeterlilik Ölçeği uygulanmıştır. Grup sürecinde toplam 15 oturumluk "Sigara, Alkol ve Madde Bağımlılığı Tedavi Programı (SAMBA) grup çalışması" programı uygulanmıştır. Programda motivasyonel görüşme tekniklerinden yararlanılmış ve sonunda bireyin maddeyi bırakmaya dair inanç ve motivasyonunun bu süreçteki en etkili faktör olduğu ortaya çıkmıştır. Özellikle içsel motivasyonun tedavi dinamikleriyle bütünsel olduğu, düşük motivasyonun tedaviye uyum, devam, katılımı olumsuz etkilediği görülmüştür. Dışsal faktörlerin (ehliyet kaybı, sosyal çevre baskısı, iş bulamama vb) da bağımlılığa ilişkin ambivalans duyguları etkilediği görülmüştür. Deneyimlerin paylaşılması, üyelerin birbirini desteklemeleri önemli olurken, alternatifleri görmek ve alternatif davranışları keşfetmenin teşvik edildiği bilinmektedir (Görgülü, 2020).

Bir davranış değiştirme yöntemi olarak kullanılan motivasyonel görüşme, iyileştirici bir iş birliğinin kurulması ile tedaviye katılımı; aktif dinleme, empatik yaklaşımda bulunma, farkındalık uyandırma, direnci kabullenme, öz-etkinliği destekleme teknikleriyle analiz ederek esasları ve iş birliğini önemseyen tutumu ile bağımlılık konusunda grup çalışmalarında aktif olarak kullanılmaktadır. Motivasyonel görüşmenin kendiyile birlikte kullanılan diğer tedavi yöntemlerinin de etkinliğini artırdığı görülürken araştırmalar bağımlılık konusunda sıklıkla kullanılan bu yöntemin ikilem yaşayan ve hedef davranış değişikliğinde direnç gösteren bireylerde daha çok etkili olduğunu ortaya çıkarmaktadır (İlgar ve İlgar, 2019).

Motivasyonel görüşmede liderin görevi üyelerin davranışlarındaki çelişkileri ortaya koymak ve bu çelişkilerin çözümünde iletişime önem vermektir. Tekniğin önemli uygulama standartlarından olan empatiyi güçlendirme bu açıdan iletişimde ön planda tutulan bir faktördür. Burada önemli olan kabul edilmeyen faktörün bireyin kendisinin değil, problemleri davranışı olduğunun vurgulanmasıdır. Grup sürecinde yansıtıcı dinleme tekniği kullanılarak üyeler arasında farkındalığı da geliştirecektir. Diğer uygulama standardı çelişkiyi geliştirmedir. Kararsızlıkla çalışmak bu teknikte kritik öneme sahiptir. Kişinin amacı, değerleri ve davranışları arasındaki tezadın ortadan kaldırılması iyileşmenin sürdürülebilir olması için esastır. Bu esas için kullanılan tekniklerden birisi açık uçlu soruların yönlendirilmesidir. Uygulamada önemli bir diğer nokta direnci çözmektir. Bireyin direnci grubun süre ve işlevselliğini etkilemekle birlikte grup içinde bölücü ve olumsuz etkiler yaratan üyelerin duygu ve düşüncelerine bu açıdan önem verilmelidir. Öz yeterlilik ise grup sürecinde desteklenmesi gereken bir diğer faktördür. Bireyin kendine duyduğu inancın güçlendirilmesi için onaylama ve özetleme tekniklerinin kullanılması gereklidir. Grup içinde gerçekleştirilecek değişim konuşmaları ise tekniğin bel kemiğini oluştururken üyenin değişim konusundaki öz düşüncelerini yansıtmakta, olumsuz yaşantılarını tanımlamasına, değişim avantajlarını açıklamasına, değişim hakkında pozitif yansımalarda

bulunmasına ve değişimi amaçlayan noktaları açıklamasına uygun ortamın oluşturulmasına imkân sunar (Erat ve Ceyhan, 2020).

### 3. TARTIŞMA SONUÇ VE ÖNERİLER

Bağımlılık kişinin sosyal yaşamını ve biyo-psiko-sosyal gelişimini etkileyen bir durum olarak kabul edilmektedir. Sebepleri kişilik özelliklerinden sosyal çevreye genişleyen bir oranda farklılaşmakla birlikte biyolojik, psikolojik, sosyolojik sonuçları bireyi sosyal yaşamdan bütünüyle geri çekilmeye itmektir. Bağımlılığın tedavi sürecinin ise hem tıbbi hem de destekleyici diğer sosyal yöntemlerle çeşitlendiği görülmektedir. Yaş, cinsiyet, sosyo-kültürel özellikler, ahlaki tutum, psikolojik nitelikler gibi bireysel niteliklerin göz önüne alınarak müdahalenin planlanması gerekmektedir. Süreçte önemli olan kişinin bağımlılığı bırakmaya yönelik "istekli" olmasıdır. Sosyal hizmet uzmanları bağımlılık alanında çalışan profesyoneller olarak bireyin daha iyi yaşam koşullarına erişebilmesi için gerekli müdahale programları hazırlamaktadır. Sosyal hizmet sistemine dahil olarak bağımlılık çalışmalarında yer alacak bireyler için mikro, mezo ve makro boyuttaki müdahale planlarında bireyin güçlü noktalarına odaklanmak ve iş birliği ile bu zorlu süreci atlattır. Bağımlılık karar verme süreçlerini etkilediğinden ve yoksunluk krizlerindeki ani, değişken, kontrolsüz durumlarla baş etme becerisi oldukça zorlu kazanılmaktayken bireyin verdiği kararın sürekliliğini zorlaştıran koşullarla çalışmak önemli olmaktadır. Bu açıdan bırakmaya niyetli ancak bağımlılıkla kazanılmış olumsuz tutum ve davranışların değişmesine karşı oluşan dirençle müdahalede motivasyonel görüşmenin oldukça etkili olduğu da görülmektedir. Bırakma amacıyla olan bu süreçte ise kararsızlıklarıyla arada kalmış bireylerin desteklenmesi, özellikle grup çalışmalarıyla organize halde sunulduğunda iyileşmenin sürdürülebilir olmasına olanak sağlamaktadır. Grup çalışmalarında oluşturulacak dinamik, empati, anlayış, kabul ve sunulan destek maddeyi bırakma ve nüksü azaltılmada destekleyici olmaktadır. Madde bağımlılığıyla mücadele sonucunda tam ve bütün iyileşme bireyin topluma yeniden katılımı, öz-güvenin güçlendirilmesi, içsel ve dışsal motivasyonun sağlanması, olumlu davranışların kazandırılması motivasyonel görüşme tekniğinin de desteğiyle ortaya çıkmaktadır. Bu çalışma ile alkol ve madde bağımlılığında motivasyonel görüşmenin kullanıldığı grup çalışmalarının faydalı örnekleri ön plana sunulmuştur. Sonuç olarak bağımlılık konusunda medikal tedaviye ve diğer yaklaşımlara destek olarak motivasyonel görüşmenin rehabilitasyonda kullanılması teknik ve yöntemlerinin anlaşılabilir faydası olacak diğer alanlarda da kullanımının yaygınlaşması gerekmektedir. Bu yöntemi gruplarla ve dezavantajlı gruplarla sıklıkla çalışan sosyal hizmet uzmanlarının kullanımının artması ve uygulamaların literatüre yansıtılarak kuramsal bilgi temelini güçlendirilmesi de oldukça önemlidir. Bu yöntem yalnızca iyileşmeyi değil iyileşmenin sürdürülebilir olmasına da katkı sağlayan teknikleriyle işlevsel bir yaşamı desteklemektedir.

### 4. ÇATIŞMA BEYANI

Bu çalışmada herhangi bir potansiyel çıkar çatışması bulunmamaktadır.

### KAYNAKÇA

- Akbaş, G.E. ve Mutlu, E. (2016). Madde Bağımlılığı Tedavisi Gören Kişilerin Bağımlılık Ve Tedavi Deneyimleri. *Toplum ve Sosyal Hizmet*,27(1), 101-122.
- Albayrak, S. ve Balcı, S. (2014). Gençlerde Madde Bağımlılığı ve Önlenmesi. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*, 11(2), 30-37.
- Aldemir, E., Berk, G. ve Coşkunol, H. (2018). Denetimli Serbestlik Bağımlılık Programı'nın Tedavi Motivasyonu, Ayıklık ve Yaşam Kalitesi Üzerine Etkileri: Motivasyonel ve Bireysel Görüşme İle Karşılaştırmalı Bir Çalışma. *Arch Neuropsychiatry*, (55), 261-270.
- Altuner, D., Engin, N., Güreer, C., Akyay, İ. ve Akgül, A. (2009). Madde Kullanımı ve Suç İlişkisi: Kesitsel Bir Araştırma. *Tıp Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 87-94.
- Altuntaş, M., Öztürk, E. ve Arıkın, S. (2019). Madde Bağımlılığı Tedavisinde Manevi Desteğin Ekip Çalışması İle Yürütülmesi. *The Journal Of Social Science*, 3(3) , 195-207.

- Atalay, O. (2020). *Madde Bağımlılığı ve Bağımlılıklarla Mücadelede Sivil Toplumun Rolü*. İHH İnsani Yardım Vakfı Saha Raporu.
- Balseven, A., Özdemir, Ç., Tuğ, A., Hancı, H. ve Doğan, Y. (2002). Madde Kullanımı, Bağımlılıktan Korunma ve Medya. *STED*, 11(3) ,91-93.
- Bailey, S. ve Williams, R. (2006). Alcohol: Younger People's Favourite Substance. *Thematic Paper*, 3(2), 29-32.
- Breen, R. (2007). A Practical Guide to Focus-Group Research. *Journal of Geography in Higher Education*, 30(3) , 463-475.
- Bliuc, A.M., Doan,T.N. ve Best, D. (2018). Sober Social Networks: The Role Of Online Support Groups In Recovery From Alcohol Addiction. *J Community Appl Soc Psycho*, 1-12.
- Blondell, R. D., Frydrych, L.M., Jaanimagi, U., Ashrafioun, L. (2011). A Randomized Trial Of Two Behavioral Interventions To Improve Outcomes Following Inpatient Detoxification For Alcohol Dependence. *J Addict Dis*, 30(2) ,136-48.
- Bulut, I. (2013). *Gruplarla Sosyal Hizmet Ders Notları*. Başkent Üniversitesi: Ankara.
- Ceylan, Ç. ve Törüner, E. (2020). Adölesanlarda Sağlık Davranışı Değişikliğinde Motivasyonel Görüşmenin Kullanılması: Sistematik Derleme. *Halk Sağlığı Hemşireliği Dergisi*, 2(1) , 39- 51.
- D'Amico, E.J., Hunter, S.B., Miles, J.N.V., Ewing, B.A., ve Osilla, K.C. (2013). A Randomized Controlled Trial of a Group Motivational Interviewing Intervention for Adolescents with a First Time Alcohol or Drug Offense. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 45(5) ,400-408.
- D'Amico, E.J., Houck, J.M., Hunter, S.B., Miles, J.N.V., Osilla, K.C ve Ewing,B.A. (2015). Group Motivational Interviewing For Adolescents: Change Talk And Alcohol And Marijuana Outcomes. *J Consult Clin Psychol*, 83(1) ,68–80.
- Erat, A. ve Ceyhan, Ö. (2020). Motivasyonel Görüşme ile Değişime Hazırlanma. *ERÜ Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 7(1) , 58-63.
- Erdem, G. (2006). Lise Öğrencilerinde Arkadaş Özellikleri ve Madde Kullanımı. *Bağımlılık Dergisi*, 7(3) , 111-116.
- Goodman, A. (1990). Addiction: Definition and Implications. *British Journal of Addiction*, (85) , 1403-1408.
- Görgülü, T. (2020). Tedavi Motivasyonu ve Özyeterliliğin Geliştirilmesinde Psikososyal Grup Çalışmaları Ne Kadar Etkili? Madde Kullanıcılarıyla Deneysel Bir Çalışma. *Arch Neuropsychiatry*,1-7.
- Güleç, G., Köşger, F. ve Eşsizolu, A. (2015). DSM-5'te Alkol ve Madde Kullanım Bozuklukları. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry*, 7(4): 448-460.
- İlgar, M. Z. ve Coşgun-İlgar, S. (2019). Bilişsel Davranış Değiştirme ve Motivasyonel Görüşme. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 15(1) ,47-73.
- Kouimtsidis, C. (2016). Cognitive Theories Of Addiction; A Narrative Review. *Psichiatriki*, 21(4) , 1-23.
- Le Bona, O., Basiauxa, P., Streela, E., Tecco, J., Hanaka, C., Hansenneb, M., Anseaub, M., Pelca, I., Verbancka, P. ve Dupont S. (2004). Personality Profile And Drug Of Choice; A Multivariate Analysis Using Cloninger's TCI On Heroin Addicts, Alcoholics, And A Random Population Group. *Drug & Alcohol Dependence*, (73) , 175-182.
- Lussier,M. ve Richard, C. (2007). The motivational Interview. *Communication Tips*, (53) , 2117-2118.
- Matero, L., Tobin, E., Fleagle, E., Coleman, J.P., ve Nair, A. (2019). Motivating Residents To Change Communication: The Role Of A Brief Motivational Interviewing Didactic. *Primary Health Care Research- Development*, 20(124) , 1–4.
- Mutlu, E. (2015). Madde Bağımlılığının Tedavisinde Sosyal Hizmet Uzmanlarının Rol Ve İşlevleri: Ankara Numune Eğitim Ve Araştırma Hastanesi Alkol Ve Madde Bağımlılığı Tedavi Ve Eğitim Merkezi Örneği. *Tıbbi Sosyal Hizmet Dergisi*,5. 16-23.
- Neale, J., Finch, E., Marsden, J., Mitcheson, L., Rose, D., Strang, J., Tompkins, C., Wheeler,C., ve Wykes,T. (2014). How Should We Measure Addiction Recovery? Analysis Of Service Provider

- Perspectives Using Online Delphi Groups. *Drugs: Education, Prevention And Policy*, 21(4) , 310–323.
- Sahu, K.K. ve Sahu, S. (2012). Substance Abuse Causes And Consequences. *Bangabasi Academic Journal*, (9), 51-59.
- Santora,L., Byrne,D., Klöckner,C. ve Espnes, G.C. (2021). Interactive Effects of Quality of Life and Related Factors on Alcohol Use Outcomes. *Canadian Journal on Aging*, 40 (1), 49–67.
- Sheafor, B. ve Horejsi, C. (2014). *Sosyal Hizmet Uygulaması: Temel Teknik ve İlkeler*. Nika Yayınevi: Ankara.
- Smith, D.C., Ureche, D.J., Davis, J.P., ve Walters, S.T. (2015). Motivational Interviewing With and Without Normative Feedback for Adolescents With Substance Use Problems: A Preliminary Study. *Substance Abuse*, 36(3) , 350-358.
- Ögel, K. (2009). Motivasyonel Görüşme Tekniği. *Türkiye Klinikleri J Psychiatry-Special Topics*, 2(2) , 41-44.
- Örücü, M. (2019). Değişime Hız Kazandıracak Bir Yöntem: Motivasyonel Görüşme. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, (37) , 20-34.
- Polat, G. (2014). Madde Bağımlılığı Tedavisinde Sosyal Hizmet Mesleği. *Okmeydanı Tıp Dergisi*, 30(2) ,143-148.
- Teater, B. (2015). *Sosyal Hizmet Kuram ve Yöntemleri: Uygulama İçin Bir Giriş*. Nika Yayınevi: Ankara.
- Tracy, K. ve P Wallace, S. (2016). Benefits Of Peer Support Groups İn The Treatment Of Addiction. *Substance Abuse and Rehabilitation*, (7) ,143-154.
- Treasure, J. (2004). Motivational Interviewing. *Advances in Psychiatric Treatment*, (10) ,331–337.
- Turhan, E., İnandı, T., Özer,C. Ve Akoğlu,S. (2011). Üniversite öğrencilerinde madde kullanımı, şiddet ve bazı psikolojik özellikler. *Türkiye Halk Sağlığı Dergisi*, 9(1) , 33-44.
- Türkiye Uyuşturucu ve Uyuşturucu Bağımlılığı İzleme Merkezi Şube Müdürlüğü. (2021). *Madde Kullanıcıları Profil Çalışması 2020 Yılı Narkolog Proje Çıktısı: Analiz Raporu*. Ndb Yayınları, 1.Baskı. Ankara.
- Vasilaki, E., Hosier, S.G., ve Cox, W.M. (2006). The Efficacy Of Motivational Interviewing As A Brief Intervention For Excessive Drinking: A Meta-Analytic Review. *Alcohol – Alcoholism*, 41(3) ,328–335.
- Yalçıntürk, A. Dikeç, G. ve Ata, E. (2019). Alkol ve Madde Kullanım Bozukluğu Olan Bireylere Yönelik Rehabilitasyon Çalışmaları: Sistematik Derleme. *Bağımlılık Dergisi – Journal of Dependence*, 20(4) ,241-252.
- WHO.(2022). Alcohol Substance Abuse. <https://www.who.int/>.Erişim tarihi: 17.09.2022.