

T.C.
İSTANBUL KÜLTÜR ÜNİVERSİTESİ
2024-2028 BAĞIMLILIKLA MÜCADELE EYLEM PLANI

| <u>TOPLANTI TARİHİ</u> | <u>TOPLANTI NO</u> | <u>KARAR SAYISI</u> |
|-------------------------------|---------------------------|----------------------------|
| 27.09.2024 | 2024-2025/01 | 2 |

1. GEREKÇE

Bağımlılıkla Mücadele, tüm bağımlılık türleri ile mücadelede YÖK'ün belirlediği temel amaçlar doğrultusunda, İstanbul Kültür Üniversitesinin kendi birimleri, bölümleri ve diğer kurumlar ile işbirliği içerisinde yürüteceği çalışmaları içermektedir. İstanbul Kültür Üniversitesi Bağımlılıkla Mücadele Eylem Planı; farkındalık çalışmalarının oluşturulması, akademik kapasitenin artırılması ve öğrencilerin sosyal, kültürel ve spor faaliyetlere katılımının sağlanması olarak üç temel başlık altında sunulmuştur.

Türkiye'de ve Dünyada tütün, alkol ve uyuşturucu madde alım oranları hızla artmakta, maddeye başlama yaşı gittikçe düşmektedir. Bunlara ek olarak teknolojiye hızlı gelişmeler, bilinçsiz ve problemlili teknoloji kullanımının sonucu ortaya çıkan teknoloji bağımlılığı kavramının da hayatımıza girmesine sebep olmuştur. Bağımlılıkların, "Madde Bağımlılığı ve Davranışsal Bağımlılıklar" başlıklarında ele alınması bu kavramların daha iyi anlaşılması açısından önem arz etmektedir.

"Madde Bağımlılığı" kapsamında; tütün, alkol, uyuşturucu ve uyarıcı madde bağımlılığının ve "Davranışsal Bağımlılıklar" kapsamında da teknoloji bağımlılığı ve teknoloji bağımlılığı ile ilintili olan internet bağımlılığı, dijital oyun bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, kumar bağımlılığı, alışveriş bağımlılığı, akıllı telefon bağımlılığı gibi başlıkların ele alınması bunlarla etkin mücadele açısından daha anlamlı olacaktır. Bağımlılık, bir maddenin amacı dışında ve o maddeye karşı gelişen tolerans sonucu, gittikçe artan miktarlarda alınması, kişinin yaşamında sorunlara neden olmasına rağmen kullanımının sürdürülmesi ve madde alımı azaltıldığında ya da bırakıldığında yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması ile devam eden bir tablodur (Uğurlu, Şengül ve Şengül, 2012). Diğer bir ifade ile bağımlılık; en genel anlamıyla kişinin kullandığı bir nesne veya bir eylem üzerinde kontrolü kaybetmesi ve yaşamını onsuz devam ettirememeye başlaması olarak tanımlanabilir.

Bireyleri fiziksel, zihinsel, ruhsal ve sosyal açıdan ciddi şekilde etkileyen bir problem olan bağımlılık aynı zamanda toplum için en büyük tehditlerden birisidir. Bağımlılıklar, sağlık üzerindeki olumsuz etkilerinin yanında aile içi şiddete, istismara, maddi sorunlara, aile huzurunun bozulmasına, en sonunda da ailenin dağılmasına sebep olmaktadır. Ayrıca bağımlılıklar bireylerin suça yönelmesine sebep olmakta, toplumsal huzur ve düzenin bozulmasına, çevre kirliliğine ve yüksek ekonomik kayıplara yol açmaktadır. Bağımlı bireyin madde arayışı ve bağımlılık sonrası tedavi süreci iş gücü kaybına neden olurken, sağlık, sosyal güvenlik, adalet ve ceza sistemleri üzerinde finansman ve iş yükü oluşturmaktadır. Tütün ürünlerinin, içerdikleri 4.000'den fazla kimyasal madde ve yol açtığı birçok sağlık problemleri ile dünyada ve ülkemizde önemli bir halk sağlığı sorunu olduğu bilinen bir gerçektir. Kalp hastalıkları, akciğer kanseri, gırtlak kanseri, mesane kanseri, yemek borusu kanseri, rahim kanseri, bronşit, amfizem gibi pek çok hastalığın sigaraya bağlı olarak geldiği bilimsel olarak kanıtlanmıştır. Önlenabilir hastalıkların ve ölüm sebeplerinin en önde gelenlerinden biri olan tütün kullanımı, uyuşturucu bağımlılığının aksine toplum tarafından kabul görmektedir. Birçok kurum ve kuruluşun çalışanlarına sigara molası vermesi bunun kanıtıdır.

2. MEVCUT DURUM

Üniversitemizde 2022-2023 ve 2023-2024 Akademik Yıllarında Bağımlılıkla Mücadele kapsamında gerçekleştirilen etkinliklerin listesi aşağıdadır.

| Tarih | Etkinlik Adı | Konular |
|--------------------------------|--|---|
| 26-27 Nisan 2022 | 3. Psikoloji Günleri "Bağımlılıklarımız" | Bağımlılık Psikolojisine Bakış Teknoloji ve Sosyal Medya Bağımlılığı Alkol-Madde Bağımlılığı Yeme Bağımlılığı Psikanaliz ve Bağlanma Psikopatoloji ve Bağlanma Bağımlılığa Psikanalitik Bakış |
| 22 Nisan 2022 29 Nisan 2022 | İçimdeki Sen | Kimyasal ve Davranışsal Bağımlılık Sosyal Medya ve Ben |
| 12 Ekim 2023 14 Mart 2024 | Bağımlı İlişkiler Bağımlı Kişilikler | İlişkilerde Bağlılık – İlişkilerde Bağımlılık Teknolojiyle İlişkiler Maddeyle İlişkiler Tütün Bağımlılığı Bireylerle İlişkiler |
| 4 Aralık 2023 | Yeşilay Kulübü Stant Çalışması | Bağımlılıklar Hakkında Bilgilendirme |
| 18 Aralık 2023 | Mailing Çalışması | Uyuşturucu Bağımlılığı |
| 6 Aralık 2023 | Mailing Çalışması | Alkol Bağımlılığı |
| 30 Kasım 2023 | Mailing Çalışması | Tütün Bağımlılığı |
| 14 Ekim 2023 14 Mart 2024 | Bağımlı İlişkiler Bağımlı Kişilikler | İlişkilerde Bağlılık – İlişkilerde Bağımlılık Teknolojiyle İlişkiler Maddeyle İlişkiler Tütün Bağımlılığı Bireylerle İlişkiler |
| 15 Ekim 2023 14 Mart 2024 | Bağımlı İlişkiler Bağımlı Kişilikler | İlişkilerde Bağlılık – İlişkilerde Bağımlılık Teknolojiyle İlişkiler Maddeyle İlişkiler Tütün Bağımlılığı Bireylerle İlişkiler |
| 16 Ekim 2023 14 Mart 2024 | Bağımlı İlişkiler Bağımlı Kişilikler | İlişkilerde Bağlılık – İlişkilerde Bağımlılık Teknolojiyle İlişkiler Maddeyle İlişkiler Tütün Bağımlılığı Bireylerle İlişkiler |
| 17 Ekim 2023 14 Mart 2024 | Bağımlı İlişkiler Bağımlı Kişilikler | İlişkilerde Bağlılık – İlişkilerde Bağımlılık Teknolojiyle İlişkiler Maddeyle İlişkiler Tütün Bağımlılığı Bireylerle İlişkiler |

| | | |
|------------------------------|--------------------------------------|--|
| 18 Ekim 2023 14 Mart 2024 | Bağımlı İlişkiler Bağımlı Kişilikler | İlişkilerde Bağımlılık – İlişkilerde Bağımlılık Teknolojiyle İlişkiler Maddeyle İlişkiler Tütün Bağımlılığı Bireylerle İlişkiler |
|------------------------------|--------------------------------------|--|

3. TEMEL ALAN, AMAÇLAR ve EYLEMLER

Yükseköğretim kurumları, öğrencileri için bilimsel ve mesleki bilgiyi sağlayacak mekanizmaları oluşturmanın yanı sıra onları yaşam becerileri ve çeşitli donanımlarla mezun etmek durumundadırlar. Üniversiteler Yükseköğretim Kanunu'nun 47. maddesinde; "Yükseköğretim kurumlarının, Yükseköğretim Kurulu'nun yapacağı plan ve programlar uyarınca, öğrencilerin beden ve ruh sağlığının korunması, barınma, beslenme, çalışma, dinlenme ve boş zamanlarını değerlendirme gibi sosyal ihtiyaçlarının karşılanması" yönünde yükümlülüklerine vurgu yapılmıştır. Bu kapsamda yükseköğretim kurumlarının bağımlılık konusunda bilimsel bilgi üretmenin yanı sıra, bağımlılığa ilişkin riskleri önlemeye yönelik olanakları sunarak öğrencilerin azami düzeyde yararlanmalarını sağlama sorumlulukları bulunmaktadır.

Bu kapsamda İstanbul Kültür Üniversitesi Senatosu, Bağımlılıkla Mücadele Eylem Planı kapsamında aşağıda belirtilen alanlar ve amaçlar doğrultusunda Üniversite genelinde çalışmalar yapılacağını taahhüt eder.

İKÜ Bağımlılıkla Mücadele Eylem Planı aşağıdaki sekiz temel alanı kapsar:

1. Bağımlılıkla Mücadele Eylem Planının kurumsal kültüre entegrasyonu
2. Farkındalık Artırıcı Eğitim Programlarının Düzenlenmesi
3. Bağımlılıkla Mücadelede Akademik Kapasitesinin Geliştirilmesi
4. Öğrenci Kulüpleri ve Sosyal Etkinlikler
5. Bağımlılık Danışmanlık Hizmetleri
6. Kurumsal İşbirliklerinin Geliştirilmesi
7. Kampüste Güvenli Yaşamın Sağlanması İçin Gereklilikleri Tespit Etmek ve Düzenlemeleri Yapmak
8. İzleme ve Değerlendirme Süreçlerinin Oluşturulması

Bu çerçevede İKÜ Bağımlılıkla Mücadele Eylem Planının amaçları şöyledir:

AMAÇ 1: Bağımlılıkla Mücadeleye dayalı bir kurumsal kültür ve organizasyonel yapının oluşturulması

AMAÇ 2: Akademik ve idari kadro personel ile öğrencilerin bağımlılıklar konusunda bilinçlendirilmesi

AMAÇ 3: Akademik kadronun bağımlılık ve ilişkili konular üzerine akademik araştırmalar yapılmaya teşvik edilmesi

AMAÇ 4: Öğrenci Kulüpleri ve Sosyal Etkinlikler aracılığı ile öğrencilerin sosyal, kültürel ve spor faaliyetlerine katılımını teşvik ederek, bağımlılık riskinin azaltılması

AMAÇ 5: Üniversitemiz Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Uygulama ve Araştırma Merkezinin, bağımlılık sorunu yaşayan öğrencilere bireysel terapiler, grup terapileri ve destek gruplarını içeren ücretsiz danışmanlık hizmeti sunmasının sağlanması

AMAÇ 6: Bağımlılık ile mücadelede, üniversitenin diğer eğitim kurumları, kamu kuruluşları, sivil toplum örgütleri ve sağlık hizmetleri ile ilgili kurumlar ile işbirliklerinin geliştirilmesi

AMAÇ 7: Kampüste güvenli yaşamın sağlanması için gerekliliklerin tespit edilmesi ve düzenlemelerin yapılması

AMAÇ 8: İzleme ve değerlendirme çalışmalarının yürütülmesi

| ALAN | AMAÇ | EYLEMLER | SORUMLU BİRİM |
|--|---|---|--|
| 1. Bağımlılıkla Mücadele Eylem Planının Kurumsal Kültüre Entegrasyonu | AMAÇ 1: Bağımlılıkla Mücadeleye dayalı bir kurumsal kültür ve organizasyonel yapının oluşturulması | 1.1.Bağımlılıkla mücadele komisyonunun kurulması 1.2.Bağımlılıkla mücadele kapsamında hak ihlallerine karşı sıfır tolerans politikasının yaygınlaştırılması 1.3.Bağımlılıkla mücadeleye yönelik kurumsal politikanın oluşturulması 1.4. Bağımlılıkla mücadele politika belgesinin hazırlanması | -Rektörlük -Genel Sekreterlik |
| 2. Farkındalık Artırıcı Eğitim Programlarının Düzenlenmesi | AMAÇ 2: Akademik ve idari kadro personel ile öğrencilerin bağımlılıklar konusunda bilinçlendirilmesi | 2.1.Madde bağımlılığı (tütün, alkol, uyuşturucu uyarıcı madde) konusunda seminer ve atölyeler yapılması 2.2.Davranışsal Bağımlılık (teknoloji bağımlılığı ve teknoloji bağımlılığı ile ilintili olan internet bağımlılığı, dijital oyun bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, kumar bağımlılığı, alışveriş bağımlılığı, akıllı telefon bağımlılığı) konusunun seminer ve atölyelerin yapılması | -Bölümler Programlar -Öğrenci Dekanlığı (ÖD) -Psikolojik ve Rehberlik Araştırma ve Uygulama Merkezi (PDRUAM) |
| 3. Bağımlılıkla Mücadelede Akademik ve İdari Personel Kapasitesinin Geliştirilmesi | AMAÇ 3: Akademik kadronun bağımlılık ve ilişkili konular üzerine akademik araştırmalar yapılmaya teşvik edilmesi | 3.1. Konuya yönelik tez ve projelerin desteklenmesi 3.2. Akademik kadronun bu alandaki bilgi birikiminin artırılması 3.3. Üniversite güvenlik personelinin bağımlılıkla mücadele konusunda bilgilendirilmesi | -Rektörlük -Bölümler Programlar -ÖD -PDRUAM |
| 4. Öğrenci Kulüpleri ve Sosyal Etkinlikler | AMAÇ 4: Öğrenci Kulüpleri ve Sosyal Etkinlikler aracılığı ile öğrencilerin sosyal, kültürel ve spor faaliyetlerine katılımını teşvik ederek, bağımlılık riskinin azaltılması | 4.1. Sosyal ve kültürel etkinliklerin çeşitlendirilmesi ve yaygınlaştırılması 4.2. Spor etkinliklerinin teşvik edilmesi ve genişletilmesi 4.3. Sosyal sorumluluk ve gönüllülük projelerini desteklenmesi 4.4. Sağlıklı yaşam tarzlarının benimsenmesi ve yaygınlaştırılması 4.5. Kampüs içi sosyal alanların iyileştirilmesi ve erişilebilir kılınması 4.6.Mentorluk programlarının geliştirilmesi 4.7. Bağımlılık konusunda bilinçlendirme ve eğitici etkinliklerin düzenlenmesi 4.8.Kulüp temsilcileri (sorumlu öğretim elemanı/kulüp başkanı) ile işbirliği toplantılarının yapılması | -Rektörlük -ÖD -PDRUAM |

| | | | |
|---|--|--|--|
| 5. Bağımlılık Danışmanlık Hizmetleri | AMAÇ 5: Üniversitemiz Psikolojik Danışmanlık Rehberlik Uygulama ve Araştırma Merkezinin, bağımlılık sorunu yaşayan öğrencilere bireysel terapiler, grup terapileri ve destek gruplarını içeren ücretsiz danışmanlık hizmeti sunmasının sağlanması | 5.1. Üniversitemiz Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Uygulama ve Araştırma Merkezini (PDRUAM) bağımlılık sorunu yaşayan öğrencilere ücretsiz danışmanlık hizmeti sunması. Bu hizmetlerin bireysel terapileri, grup terapilerini ve destek gruplarını içermesi 5.2. Bağımlılık Sıcak Hattı: Üniversite bünyesinde öğrencilerin gizlilik esasına dayalı olarak ulaşabilecekleri bir bağımlılık danışma hattının kurulması | -PDRUAM |
| 6. Kurumsal İşbirliklerinin Geliştirilmesi | AMAÇ 6: Bağımlılık ile mücadelede, üniversitenin diğer eğitim kurumları, kamu kuruluşları, sivil toplum örgütleri ve sağlık hizmetleri ile ilgili kurumlar ile işbirliklerinin geliştirilmesi | 6.1. Eğitim kurumları ile işbirliği yapılması 6.2. Kamu kuruluşları ile işbirliği yapılması 6.3. Sivil Toplum Örgütleri (STK'lar) ile işbirliği yapılması 6.4. Sağlık hizmetleri ile işbirliği yapılması 6.5. Medya ve iletişim kanalları ile işbirliği yapılması | -Rektörlük -ÖD -PDRUAM |
| 7. Kampüste Güvenli Yaşamın Sağlanması İçin Gereklilikle Tespit Etmek ve Düzenlemeleri Yapmak | AMAÇ 7: Kampüste güvenli yaşamın sağlanması için gerekliliklerin tespit edilmesi ve düzenleme yapılması | 7.1. Bağımlılıkla mücadele kapsamında bağımlılıkları önlemeye yönelik politika belgesinin düzenlenmesi 7.2. Öğrencilere yönelik önleyici ve koruyucu hizmetler kapsamında (kendini koruma hayır diyebilme, akran ve siber zorbalığa karşı etme ve problem çözme vb.) becerileri kazanmalarını sağlayacak çalışmaların yapılması | -Rektörlük -ÖD -PDRUAM |
| 8. İzleme ve Değerlendirme Süreçlerinin Oluşturulması | AMAÇ 8: İzleme ve değerlendirme çalışmalarının yürütülmesi | 8.1. Bağımlılıkla Mücadele eylem planı kapsamında belirlenen ana temalar ve amaçlar çerçevesinde yıllık durum değerlendirmesinin yapılması ve raporun hazırlanması | -Rektörlük -Bölümler Programlar -ÖD -PDRUAM |