

## İsviçre'nin Öteki Yüzü

(Röportaj: Suna Göll)

### Musub'tan psikolog Aynur Elibal Tandoğan sorularımıza yanıtladı Kendinizi tanıtır mısınız?

Ben Aynur Elibal-Tandoğan. MusuB (Multikültürelle Suchtberatungstelle)'da çok kültürlü olan bu kurumda psikolog olarak çalışıyorum. Burada 7 dilde terapi ve danışmanlık yapıyoruz. İtalyanca, Türkçe, Arapça, Portekizce, İngilizce Boşnakça ve Fransızca. Amacımız bağımlı insanlar kendi dillerinde terapi ve danışmanlık hizmeti sunmak. Çalışanların tamamı psikolog. Aynı zamanda burada eş ve aile terapisi de yapıyoruz. Bir sosyal danışmanımız, bir de doktorumuz var.

Buraya gelenlere eşit şekilde imkanlar sunuyoruz. Dil bilmeyen kişilerin tedavi olmasının imkanı da oluyoruz. Biz burada bunu sağlamaya çalışıyoruz.

### Uyuşturucu kullanımının nedenleri nelerdir?

Uyuşturucuya bağımlılık karmaşık bir sürecin neticesi olup, bu durum bugünden yarına meydana gelmez. Yani uyuşturucu bağımlılığının nedenleri diye bir tanım yapamayız. Bağımlılığın bir çok nedenleri vardır. Bağlımdan yarına ulaşan bir süreç. Önce keyif verici olarak kullanılmaya başlanıyor ve giderek bağımlılık haline geliyor. Transkültürel denilen bir kurumdur.

### Buraya gelenler hangi durumda ve nasıl geliyorlar?

Gelenleri iki gruba ayırmak gerekiyor. Zorunlu gelenler ve kendi istekleriyle gelenler. Her zaman gönüllü geliyorlar. Bazan ev doktorları da gönderiyorlar. Ceza mahkemesi de bize gönderiyor. Bunlar artık topluma zarar vermeye başladığı zaman mahkeme kararıyla bize gelmeleri zorunlu hale getiriliyor.

### Uyuşturucu ve alkol kullanan insanlarda şiddet eğilimi yüksek. Bu yüzden ceza almış yada bir çok suçta karışmış olan kişiler mahkeme kararıyla bize gönderiliyor. Şiddet, alkol, uyuşturucu bunlar birbirini tamamlayan durumdur. Tedavi amacıyla kliniğe katan hastalarda bize gönderiliyor.

### Buraya gelen Türkiye'li ve Kürdistanlı kişiler genellikle hangi bağımlılıktan dolayı geliyor?

1. Kuşak genellikle alkol ve kumar bağımlısı olarak bize tedavi amaçlı geliyor. 2. Kuşak ise madde bağımlısı. Şimdilerde daha çok esrar ve kokain ve bazı hap bağımlıları geliyor.

### Gelenler arasında kadınlar çok az durumda. Genellikle alkol bağımlısı oldukları için geliyorlar. Ayrıca ilaç bağımlısı olarak geliyorlar. Buraya yukarı ilaça mı?

5-6 yıl önce kokain ve eroin daha azdı ama şimdi bu daha yaygın olarak kullanılmaya başlandı. Esrar özellikle çok yaygın. Bazı kısıtlamalar olmasına rağmen yasal.

### Kontrol altına alınarak kullanımı yaygın. Yasal bir statüsü var.

16 yaşın altında çocuklarda devlet tedbir alıyor. Ve anne baba eğer bu konuda yeterli desteği ve ilgiyi vermediği durumunda elinden alınabiliyor. Aslında esrarı bulmak ve ulaşmak çok kolay.

### Bağımlılar arasında bana gelen kadınlar gizli kalmak istiyorlar. Kimliklerini gizliyorlar. Bu durum kadın olmasından kaynaklı. Benim 100 hastamdan 7-8 kadın hastam var. Bunların bir kısmında bağımlıların yakınıları olarak mağduriyetten gelenler. Fakat genç kızlarda %20 civarında esrar kullanma oranı var. 1. Kuşak kadınlarda ilaç bağımlılığı çok yaygın. Uyuşturucu ve temaste, geçici olarak rahatlatılan bir ilaç. Bunu kadınlar daha çok kullanıyor. Bunun da 1. kuşakta görmek mümkün.

### Bağımlı insanların sağlık problemleri var. Dişlerini dökmeleri vb. Bu insanların nerede yatıyorlar, ne yiyor, ne içiyorlar?

Uyuşturucu bağımlılarında merkezi sinir sisteminden ayaklarının topraklarına kadar zarar veriyor. Alkol, karaciğere zarar veriyor. Mide bağırsak ve algılamada problemlere yolu açıyor. Daha bir çok rahatsızlıklara yol açıyor. Bunun yanı sıra bağımlı olan insan kullandığı maddenin dışında başka bir şeyi ilgi göstermiyor. Yemiyor, yikanmıyor. Özellikle günlerce kokain kullanan insanın gündüdüğü yalnızca bağımlı olduğu maddede bulmak ve kullanmaktır. Başka şeyi düşünmez. Devlet bunlara sahip çıkmıyor. Evi olsa bile kimse onun ne yaptığını bilemez. Çünkü kendisinin haberi olmuyor bu insanların. Genellikle bu insanlar sokakta yaşıyorlar. Bu insanların zaten çalışabilecek durumda değiller.

### Hırsızlık, dilencilik vb. yaygın. Eskiden kadınlar arasında bedenini satan kadınlar çok fazla idi. Gastezimmer adıyla kurulan yerde bunlar azaldı.

### Uyuşturucu kullanan bağımlılarda aile olarak tanımladığımız bir ortamlarının olduğunu, içlerinde çocuklu olanlarda sokakta görmek mümkün. Bunların durumu nasıl? Çocuk yayındayken anne ve babanın krizi geldiğinde nasıl olacak. Çocuğa zarar vermeyeceğinin garantisini var mı?

Çocuklar aileleri ile birlikte kalıyor. Genellikle çocuklar yurtta kalıyor. Tabi bunu denetleyen görevliler var. Ama çocuklar yanındayken anne ve babanın kriz geçirmeyeceğinin garantisini yok. Bu yüzden bağımlıların çocuklarında bir çok psikolojik semptomlar görülüyor. Biz de genellikle büyükler torunlarına sahip çıkıyor. Karı koca kullanan çok az. Ama tek taraflı da olsa ebeveynler sahip çıkıyor. Tek taraflı kullandıcılarda aile bireyleri yine sorunu birlikte sahiplenme tutumu içerisinde oluyorlar. Ama İsviçre'de bu böyle değil.

### İsviçre'de neden yaygın?

Avrupa'da yapılan araştırmaya göre 16-17 yaş grubundaki gençler arasındaki esrar kullanımını sıralamasında İsviçre birinci sırada yer alıyor.

### Alkol kullanan ailelerde bu durum, bağımlılık nedeni olabilir. Kapalı toplum, çok olanak ve çeşitlilik var. Bunları kullanan gençler için çok zor. Meslek seçimleri konusunda, kendilerini bir mesleğe yönlendirmiyorsa, kendilerine bir ortam oluşturamadıkları durumda birey olmadıkça ağır. Bir insan başarılıysa kendi başını, başarısızsa kendi başarısızlığı olarak nitelendiriliyor. Bu da kapitalist toplumlarda çok yaygın.

Yani bir şey yaptığın zamanda başarılısın. Sosyal ve ben kimlik birlikte olması gerek. Dengeli olmalı ki dengeli bir yaşam kurabilmeli. Ben kimliği yada sosyal kimlik ağır bastığında bunu başaramayan gençler sistemin dışında tutuluyor. Göçmen gençlerin okul sisteminde onu dışına atan irki bir sistem var. Meslek yeri ve iş bulamadıkları için bunalmaya giriyor ve madde bağımlılığına itiliyor.

### Toplumun kendisi bağrında üretiyor bağımlıları. Ailenin tek başına sorumlu tutulması gerekiyor. Aile içinde şiddete uğramış, otoriter baba ya da annenin durumu itebilir. Yada aşırı şımartılma veya tersi. Kısacası eğitimde dengelinin tutulmaması bu ilerde böyle çocukların bu yönelim içerisinde olma ihtimali çok yüksek. Bir çok riziko nedenler bağımlılığı yol açıyor.

### Gastzimmer'lerle(misafirodası) sizin bağlantınız var mı?

Evet onlarla bizim ilişkimiz var. Onlar tedavi olmayı kabul edenleri bize gönderiyorlar. Ama biz onlara gitmiyoruz.

### Peki siz gidip oraya biz böyle bir kurumuz, size tedaviniz konusunda yardım edebiliriz. Yada basın, yaygın kuruluşlarıyla böyle bir olanagan olduğunu duyurabiliriz misunuz?

Yani siz insanlara gidiyor musunuz? Hayır. Biz kimseye gitmiyoruz. Ama biz çağrıldık zaman dernek, kurum veya okullarda bilgilendirme toplantıları yapıyoruz. Önümüzdeki gün içkiyle mücadele gününde bildiri dağıtacağız. Onun dışında insanların bize gelmesini bekliyoruz.

### -Peki okullarda kullanımı yaygın mı? Denetim olmasına rağmen kullanımı çok yaygın. Yasak olmasına rağmen kullanımı yaygın. Liseye giden çocuklarda çok kullan-

dıkları konusunda bir istatistik yok ama onlar çok çalışmak zorunda oldukları için böyle bir tehlike var. Tipta okuyan öğrencilerin arasında Ritalin ilacının kullanımını çok yaygın olduğu basına yansdı. Bu ilaç hiperaktif çocuklarda, konsantrasyonu yeri- ne getiren bir ilaç olarak kullanılıyor. Oysa bu ilaç bu hastalarda bile tartışılmalara yol açmasına rağmen tip öğrencilerinin kullanması insanı düşündürüyor. Bunların sınavlarda başarılı ve okulda başarılı olmak için kullandıkları ortaya konmuş durumda.

### Bize verdığınız bilgiler için size teşekkür ederiz.

### SORULARLA UYUŞTURUCU VE BAĞIMLILIK

#### Bağımlılık nedir?

Bağımlılık gerçek bir kölelik. Eğer birşeyi idare edemiyorsak yavaş yavaş onun kölesi haline gelebiliriz. Kaldı ki bu şey eroin, kokain, esrar, tütün, alkol ya da sakince işi ilaç olsun farketmez. Her ne kadar sonuçları farklı olsa da, bu kölesi olduğumuz nesnelere; oyun, yiyecek, bilgisayar, televizyonu da örnek verebiliriz.

#### Uyuşturucu nedir?

Uyuşturucu maddeleri, bedenini doğal fonksiyonlarını, ruh halini, algılayışı ve hislerini etkiler. Bu bağlamda uyuşturucu maddenin yasal ve yasadışı olması önemli değildir. Alkol, nikotin ve belirli ilaçlar sonuçta eroin ve esrar gibi uyuşturucudur.

#### Nasıl bağımlı hali geliyor?

Kişi uyuşturucuya iki şekilde bağımlı hale geliyor. Psikolojik bağımlılık insanda öyle bir etki gösterir ki, bir anlamda insan uyuşturucusuz bir yaşamı düşünemez hale gelir ve onsuz, gelebilecek bir sıkıntıyı önleyebilmek için onu yeniden kullanmak üzere karşı konulmaz bir istek duyma şeklinde gelişmişlerdir.

#### Fiziki bağımlılık nedir?

Fiziki bağımlılığa ise uyuşturucu, kişinin vücut organizmasının bir parçası haline gelmiştir ki, onu kestiginiz taktirde, vücutta dayanılmaz ağrılar ortaya çıkar ve buna boşlukta olma durumu da diyebiliriz. Bu tür şikayetler, tekrar uyuşturucu alırmaz kaybolur. Bu durum öyle bir kısır döngü haline gelir ki, bu kısır döngü çoğunlukla dışardan bir yardım almaksızın kırılmaz.

#### Piyasada kullanılan uyuşturuculara gelince, bunların bir çok çeşidi bulunmakta. Uyuşturucu denince akla ilk gelen esrar ve eroin'dir. Oysa bu konu araştırıldığı zaman bazı tedavi amaçlı kullanılan ilaçlar, uyku hapları da sürekli kullandıkları aynı işi gördüğünü söylemek yanlış olmayacaktır. Esrar ve Marihuana. Bunlar hafif halüsinasyon(kabus) gördürücüler olarak tanımlanır. Genellikle sigara şeklinde içilmekte veya pek nadir olarak yemeklere karıştırılmaktadır. Esrarın aşırı dozda kullanımı fiziki ve ruhsal bağımlılığa yolaçmaktadır. Eroin, aifon ürünüdür ve bu ürünler haşhaş çiçeğinin çizilmesi ile elde edilir. Eroin, uyuşturucu dünyasında en yaygın olan aifon türüdür. Genellikle folye ve iç çekme şeklinde veya vücuda şırınga edilmesi şeklinde kullanılır. Ne şekilde kullanılırsa kullanılırsa vücutta çok zararlı bir maddedir. Eroin bağımlılığının sonuçları gerek sağlık gerekse sosyal ve hukuksal açıdan bağımlı kişi için çok ağır sonuçlar doğurur. Kokain, koka yapraklarından üretilir. Kullanımı genellikle sigara olarak içilir. Damara şırınga edilir veya burundan çekilir. Yüksek dozda kullanılması durumunda kişi halüsinasyonlar, sayıklamalar gibi ruhsal problemlerle karşılaşabilir. Ecstasy, mutluluk hapi

#### olarak tanımlanıyor. Tamamı kimyasal bir maddir. Genellikle diskolarda, dans partilerinde kullanılır. Yoğun kullanılması halinde bazı davranış bozukluklarına yol açtığı gibi beyin fonksiyonlarını bir daha tedavi edilemeyecek bir şekilde tahrip edebilir. Alkol, en sık kullanılan yasal bir uyuşturucudur. Vücutta ve sosyal yaşantıda ağır darbeler indirir. 16-17 yaş grubundaki gençlerin esrar kullanımında Avrupa ülkelerinin arasında 1. sırada yer alması nedeniyle, bu ülkede uyuşturucu ve bağımlılık sorunlarını irdelemeye yöneltti. Bern 2, Basel 3, Zürich 3, Cenevre'de ise 1 tane olmak üzere devlet tarafından kurulmuş misafirhaneler var. Bunlar öyle bildiğimiz misafir evleri değil. Kokain, eroin vb. bağımlılar için devlet tarafından kurulmuş evler. Buralar da evin girişi olarak adlandırılan ilk bölüme, gelen bağımlılar için kokain veya eroin satışı yapıyor. Daha sonra kişiler işine odası olarak adlandırılan odaya alınarak görevliler denetiminde kendilerini zehirlemeleri sağlanıyor. Ama buranın iyi tarafları da var. Yiğidi öldür hakkını yeme misali. Sigara içme odaları, kafeteryaları da mevcut. Kafeteryasında bedava çorba, ya da içecek veriliyor. Bu da devletin ikramiyesi. İçeri girebilmek için neler yapmak gerektiği konusunda ise sözde katı bir uygulama var. Önce 18 yaşını doldurmuş ve en az 2 yıl bağımlı olmanız gerekiyor. Yani elinizi kolunuzu sallayarak oraya gidip zehirinizi alamazsınız. Yukarıda iki şıkka uygunsanız tabiki mesale yok.

#### Buraların kurulmasının amacı da çok güzel formüle edilmiş. Birincisi, burada satılmaması amacı araçları ortadan kaldırmak, bu işi yapanların zengin olmasını önlemek. İkincisi ise, daha da ilginç, dezenfekte bir şekilde zehirlemelerini sağlamak. Buraya gelen bağımlılar önce ellerini dezenfekte ediyor bu çok önemli, ayrıca dozaj ayarlanıyor ölmeleri önleniyor ki, sürekli gelip buradan alış veriş yapabilsinler. Yapsınlar ki devlet para kazansın ve hem de uyuşturucuyu ve bağımlılığı denetim altına alsın. Ayrıca bu yolla yapıldığında hepatit hastalığı başta olmak üzere AIDS gibi bulaşıcı hastalıklarında sözüm ona önüne geçilmiş olunuyor. Sözde hırsızlık, şiddet gibi durumlarında önüne geçildiği iddialar arasında. Sokaklarda 1 frank dlenen insanlarla o kadar çok karşılaşılıyor. Bağımlılar dlenenmek, yada çalmak veya da şiddet yoluyla para bulmak zorunda. Bu evlerde de sonuçta parayla zehiri almak durumu. Parası olmayan buraya dezenfekte bir şekilde girip zehiri vücutuna akıtımayacak. Devlet eliyle de olsa parası olmayan kendini zehirleyemeyecek.

#### Buralarda şiddet kullanılmıyor. Devlet bu yönüyle de kendini koruma altına almış. Fakat öyle yandan görevliler (ki burada doktor, ekip olarak adlandırılan çalışma grubu, همیشه hazır bulunmak zorunda.) insanların tedavileri yönlendirme gibi bir tutum içerisinde girmiyorlar. Ancak kendileri için tehlike oluşturuyorsa, oraya gelenler şiddete başvurdukları durumlarda tedavide gönderdiklerini söylüyorlar.

#### Bu evlerin dışında İsviçre'de esrar satan dükkanlar geçen yıllarda yasaştı. Fakat öyle bir duruma geldiki adım başı bu dükkanları görmek mümkündür. Kamuyu baskısı sonucu bazı kısıtlamalarla dükkanlar sınırlandırılmış. Fakat hala yaygın bir şekilde varılmaları sürdürmektedirler. Bunun yanı sıra uyku ilacı kullanımını yaygın olan bir ülke. Doktor reçetesi ile satın alınıldığı gibi yasal olmayan yollarla satılıp ve kullanımı yaygın olan bir uyuşturucu. 2002 verilerine göre 15 ile 39 yaş grubundaki insanlarda 25 000 kişi Amphetamin isimli uyuşturucu ilaattan kulllanmış. Yine 2002 yılında 15 ile 16 yaş grubundaki öğrencilerinde ise %3 bu uyuşturucuya başlamış. Bu ilacın vücutta kalma süresi ise 6 saat ile 32 saat olarak değişmekte. Yine 2002 yılı verilerine göre eroin ve kokain gibi bağımlıların sayısı resmi rakamlara göre 30.000 kişi. 2004 yılında yalnızca 1280 kişi tedavi olmayı kabul etmiş yada ettirilmiştir. 2004 yılı verilerine göre eroin, kokain gibi uyuşturucudan ölenenlerin sayısı ise 182 kişi olarak istatistiklere yansımış.

#### İsviçre'de bağımlı olanların çocuklarının da ailesi azımsanmayacak kadar çok. Bağımlı hamile annenin çocuğunu erken doğurma, sakat doğum, düşük gibi risklerle karşılaşma olasılığına rağmen bağımlılar çocuk doğurmaktadır. Hiç bir sivil kurum yada devlet bu konuda önem almamakta. Bağımlı olan anne ve babaların çocuklarında değişik psikolojik sorunların olduğu, ciddi depresyon, aşırı şiddet yanlısı, agresif gibi sorunlar yaşandığı gözlenmekte. Bağımlı ailelerin çocuklarıyla birlikte kalmalarına izin verilmiyor. Bu çocuklar devlet kurumları olarak adlandırılan çocuk yuvalarına bindiriliyor. Hafta sonları yada tatillerde belirli gün ve saatte almalarına izin veriliyor. Anne babanın bağımlılık derecesine göre çocuğu almalarına izin veriliyor. Bu bağımlılık neye göre ölçülüyor biliniyor. Çünkü çocuğu yarındayken anne ya da babanın uyuşturucu kizine girmeyeceğinin, çocuğuna zarar vermeyeceğinin garantisini yok.

#### Görüşüğümüz gerek misafir evlerindeki, gerekse tedavi merkezindeki yetkililer, devlet denetiminde uyuşturucu verilmemesi onaylayan bir yaklaşım içerisinde olduklar. Bunun nedeni ise yukarıda da formüle edildiği gibi, bazı hastaların önüne geçilebilirliği, ölümlerin azaltıldığı, daha sağlıklı ortamlarda istedikleri uyuşturucuyu kendilerine enjekte ettikleri yönlü açıklamalarda bulunuldu. Fakat buraların açılması aynı zamanda teşvik olduğunun söylememizi kabul etmediler. Aynı zamanda zorunlu tedavilerin dışında gönüllü olarak bırakılan bir tedavinin dışında hiç bir çabanın olmamasını ise sessizlikle karşıladılar. Zorunlu tedavilerde ise bağımlı suç işliyorsaydı yani hırsızlık yapma, şiddet uygulama, giderek çevresine zarar verme gibi durumların dışında tedavi olanakları sunulmuyor.

#### Bağımlılarda bir çok rahatsızlık oluşmakta; Uyuşturucu kullananlarda yaygın olarak bir çok hastalık oluşmakta ve bunu başkalarına bulaştırmaktadır. Bunlardan bazıları şöyle sıralamak

#### 2. Erkek: 32 yaşındayım. Şu anda kaynak çıkı eğitimi alıyorum. Yaklaşık olarak 5 yıldır buraya tedavi amaçlı geliyorum.

#### Neler kullanyordunuz buraya gelmeden önce?

Eroin ve kokain kullandım. Son altı yıldır hiç bir şey kullanmıyorum.

#### Neden başladınız?

Vallahi nedenlerini bilmiyorum. Ama arkadaş grubuna dahil olmak, onlarla birlikte istediği ağır bastı sanırım. Evde bizimkilerde güzel bir dıyalog yoktu. Bağımlı olduktan sonra yaşamım üst üste oldu. Eğitimimi yarım bıraktım. Eroin bulmak için hırsızlık, soygun yaptım. Sonunda hapishaneye düştüm.

#### Peki nasıl çıktın cezaevinden?

Cezaevinden erken çıkabilmek için zorunlu terapi görmem gerekiyordu. Bu yüzden 1,5 yıl yatılı terapi gördüm. Sonra bir Wohngemeinschaft'ta (bekarevi) 6 ay kaldım. Bu süre içerisinde beni Türkiye'ye gönderceklerdi. Eski suçlardan dolayı (eroin ve kokain bağımlılığında dolayı yaptığım suçlar). Türkiye'ye gidiz hazırlığı içinde MUSUB'a terapi için gönderildim. Sonra bir hukuksal yanlışlıktan dolayı burada kalabileceğimi söylediler. O günden beri burada terapideyim ve kullanmıyorum. Ve çok memnunuz. Yeni baştan şekilleniyorum. Yeni bir eğitim alıyorum.

#### Uyuşturucusuz bir yaşamdan mutluyum.

3. Erkek: 16 yaşındayım. Okula gidiyorum. Ve esrar kullanıyorum. Nasıl geliyorum. Arkadaşlarım kullandıkları onlarla başladım. Zaten okulda çok kişi kullanıyor. Ve 14 yaşında başladım. Ayrıca benim bir takım başka sorunlarımda vardı. Yani psikolojik sorunlarım (korku, panik atak vb.). Esrar içerek bu sorunlarımı daha da azaltıyordum. Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum. Evde aileme pek yardım edemiyordum. Cep harçlığımı hep esrara veriyordum. Sonra öğretimim bana bir takım adresler verdi. Babamın doktorunda MUSUB'un adresini vermiş. İlk kez annem ve babamla birlikte buraya geldik. Ve sonra yalnız gelmeye başladım. Memnunuz ama kendimin çok şeyi değiştirmesi lazım.

#### Derslere daha az konsantre oluyordum.