

نقش خانواده در پیش‌گیری از اعتیاد فرزندان



پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی

پرتال جامع علوم انسانی

اسماعیل خیرجو

مقدمه:

می‌کنند. اعضای خانواده به حدی به هم وابسته‌اند که هر نوع مشکل یا مسئله یک عضو خانواده به‌طور مستقیم بر زندگی سایر اعضای خانواده تأثیر می‌گذارد، تا آن جا که اکثر روان‌شناسان بالینی در درمان یک فرد ترجیح می‌دهند همه اعضای خانواده را از نزدیک ملاقات کنند و گاهی رویکرد خانواده درمانی را اتخاذ کنند. امروزه روان‌شناسان می‌کوشند تا تأثیر خانواده را بر چگونگی رشد شخصیت روشن کنند.

مهم‌ترین عامل اجتماعی شدن در زندگی هر انسان، تجارب دوران کودکی وی در محیط خانواده است. کودکان در جریان اجتماعی شدن، عواطف مختلفی از قبیل مهر و محبت، فداکاری، گذشت، حسادت، کینه، خشم و... را در کنار والدین، خواهران و برادران خود تجربه

جریان اجتماعی شدن کودک فرایندی نیست که محدود به محیط خانواده باشد، بلکه همسالان، فضای مدرسه و نهادهای اجتماعی در این فرایند نقش بسزایی دارند. در بسیاری از کشورهای امروزی، فرایند اجتماعی شدن کودکان و نوجوانان را به دنیای همسالان مربوط می‌دانند.

در جریان اجتماعی شدن کودک است که هنجارها و نابهنجاری‌های رفتاری، عاطفی، اجتماعی و روانی در وی شکل می‌گیرند و اعتیاد نیز به عنوان یک نابهنجاری از این قاعده مستثنی نیست. بنابراین علل گرایش به اعتیاد را در کانون‌هایی باید جست که کودک در آنها فرایند اجتماعی شدن خود را طی می‌کند.

مشکل اعتیاد یک پدیده مهلک و مخرب جهانی است که اثرات سوئی در زمینه‌های مختلف اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی و سیاسی جامعه به جا می‌گذارد. نوجوانان و جوانان به عنوان گروه‌های در معرض خطر در برابر این پدیده خطرناک بیش از سایر گروه‌ها آسیب‌پذیرند. تمایل نوجوان به مصرف مواد مخدر علل متنوعی دارد. یکی از علل عمده‌ای که می‌تواند در افزایش آمار اعتیاد نقش داشته باشد، قابل دسترس بودن آن است. اکثر نوجوانان ماجراجویند و معتقدند که با مصرف مواد هرگز معتاد نخواهند شد. با توجه به این خصالت، در دسترس بودن مواد می‌تواند زمینه را برای افزایش اعتیاد هموار کند. از دیگر علل اعتیاد در نوجوانان می‌توان به فشار گروه همسالان اشاره کرد. منظور از همسالان لزوماً افرادی که سن کاملاً مشابهی دارند نیست، بلکه این مفهوم شامل کسانی است که از جهاتی به هم شبیه‌اند (مثل جنسیت، هم کلاس بودن،

داشتن شباهت طبقاتی و هم سن و سال بودن). همسالان در سوق دادن نوجوان به طرف مواد مخدر نقش مؤثری دارند. یکی از بهترین راهکارها در پیش‌بینی این که آیا نوجوان در آینده به دام اعتیاد خواهد افتاد یا نه، این است که بدانیم آیا دوستان او معتادند؟ و در صورت اعتیاد چه نوع ماده اعتیادآوری مصرف می‌کنند؟ وقتی همسالان مصرف مواد را تأیید نکنند، نوجوان نیز به چنین موادی کم‌تر گرایش نشان خواهد داد.

سایر علل اعتیاد در نوجوانان عبارت‌اند از: روابط خانوادگی، گریز از فشارهای زندگی، اختلالات هیجانی، از خود بیگانگی یا طرد اجتماعی.

با توجه به گستردگی موضوع مورد بحث، در این نوشتار سعی شده است نقش خانواده در پیش‌گیری از اعتیاد مورد بررسی قرار گیرد و در این مسیر آن چه والدین به عنوان سکان‌داران کشتی نجات خانواده در پیش‌گیری از اعتیاد فرزندان خود باید بدانند، عنوان گردد.

خانواده کانون اولیه شکل‌گیری شخصیت کودک

خانواده اولین و مهم‌ترین محیطی است که کودک در آن از کیفیت روابط انسانی آگاهی پیدا می‌کند. به اعتقاد اکثر روان‌شناسان تجارب سال‌های اولیه دوران کودکی که معمولاً در خانواده پی‌ریزی می‌شود، سازنده زیر بنای شخصیت و رفتارهای بعدی کودک است. حتی در این میان برخی از روان‌شناسان چون فروید اعتقاد دارند که تنها تجارب چند سال اول زندگی کودک، شخصیت او را شکل می‌دهد و تجارب بعدی در اساس این شکل‌گیری تغییر

چندانی نمی‌تواند ایجاد کند.

سایر عوامل چون محیط و خصوصیات فردی در شکل‌گیری شخصیت کودک نقش بسزایی دارد. خانواده سالم و رشد یافته با تربیت فرزندانی صالح ضامن سلامت و سعادت جامعه است. بنابراین برای رشد و تعالی جامعه باید به رشد و اعتلای خانواده اندیشید.

خانواده کانون اصلی پیش‌گیری از اعتیاد

استفاده از سیگار، الکل و سایر مواد و در یک کلمه اعتیاد یکی از بزرگ‌ترین مشکلاتی است که امروزه نسل جوان با آن روبه روست. پایه‌های پیش‌گیری از اکثر نابهنجاری‌های رفتاری به ویژه اعتیاد را باید در کانون اولیه شکل‌گیری شخصیت کودک یعنی خانواده، بنیاد نهاد. زیرا برای اولین بار در تعامل با دیگر اعضای خانواده است که هنجارها و نابهنجاری‌های رفتاری در کودک شکل می‌گیرد. از طرف دیگر و مطابق با الگوی یادگیری مشاهده‌ای، در چند سال اول زندگی، والدین از مهم‌ترین الگوهای سرمشق‌گیری برای کودک به شمار می‌روند. لذا والدین به عنوان یکی از بی‌غلی و غش‌ترین دوستان نوجوان در امر پیش‌گیری از اعتیاد به مواد مخدر فرزندان خود نقش مهمی را می‌توانند ایفا کنند و لازمه ایفای این نقش آن است که بدانند چه باید بکنند.

پیش‌گیری از اعتیاد توسط والدین آغاز

می‌شود

بسیاری از والدین فکر می‌کنند که فرزند آن‌ها از مصرف سیگار و سایر مواد مخدر مصون است و همیشه بچه‌های دیگران را در معرض این خطر می‌بینند. گمان آنان این است که نوجوانان گروه‌های محروم‌تر یا فرزندان

فروید می‌گوید: کودک پدر آدم بزرگسال است. یعنی همان‌گونه که رشد و نمو فرزند آدمی و صفات اساسی او در حدود صفات و خصوصیات است که او از پدر و مادر خود به ارث برده است، شخصیت آدم بزرگسال هم بر پایه‌هایی است که در کودکی نهاده شده است و بنایی که روی این پایه می‌آید متناسب با درجه استحکام یا سستی، راستی و کژی آن پایه خواهد بود. این گفته وی بیت زیر را از شاعر معروف صائب تبریزی به یاد می‌آورد:

چون گذارد خشت اول بر زمین معمار کج
گر رساند بر فلک باشد همان دیوار کج
در نظریه روان‌شناسانی چون بندورا، یادگیری اجتماعی و رشد شخصیت مطرح است. بندورا معتقد است که رفتار و شخصیت آدمی اکتسابی است، یعنی بر اثر یادگیری شکل می‌گیرد. او بر الگوی یادگیری مشاهده‌ای تأکید دارد و عنوان می‌دارد که یادگیری‌های پیچیده انسان غالباً از طریق مشاهده مستقیم رفتار دیگران نظیر والدین، همسالان، معلمان و نیز صحنه‌های فیلم و کارتون شکل می‌گیرد. بندورا معتقد است که انسان موجودی اجتماعی است و رفتار او باید در پرتو روابط اجتماعی بررسی شود و خانواده اولین کانونی است که اجتماعی شدن فرد از آن جا شروع می‌گردد.

دیگر روان‌شناسان چون واتسون و جان لاک عقیده داشتند که ذهن کودک مانند لوح سفیدی است که تجارب محیطی به راحتی بر آن نقش می‌بندد.

از آن چه عنوان گردید چنین نتیجه می‌گیریم که خانواده به عنوان اولین کانون در تعامل با

در مجموع هیچ تضمینی نیست که فرزند ما به مواد مخدر معتاد نشود، اما به عنوان راهکار پیش‌گیری، والدین می‌توانند به طرق زیر در تصمیم‌گیری فرزندشان در ارتباط با شروع استفاده از مواد مخدر تأثیرگذار باشند:

● خودشان از سیگار، الکل و سایر مواد استفاده نکنند.

● راهنمایی‌ها و قواعد روشنی دربارهٔ عدم استفاده از مواد را فراهم آورند.

● اوقات بیش‌تری را با فرزندانشان بگذرانند و در خوشی و ناخوشی‌های آنان سهیم باشند.

برای آن‌که فرزند شما با مسائل و مشکلات استفاده از مواد روبه‌رو نشود رعایت مسائل بالا کمک‌کننده خواهد بود.

باید به این نکته اذعان داشت که درصد زیادی از آن‌چه بچه‌ها دربارهٔ مواد یاد می‌گیرند، به نحوی به والدین بر می‌گردد. در نقش یک پدر و مادر دقیقی چند را به پاس‌گویی به سؤالات زیر اختصاص دهید و احساس خود را در این باره بیان دارید:

● آیا سیگار می‌کشید؟

● آیا مشروبات الکلی مصرف می‌کنید؟

● آیا معمولاً به دوستان یا خویشاوندانی که به خانه شما می‌آیند، سیگار و مشروبات الکلی تعارف می‌کنید؟

● اگر الکلی هستید آیا نسبت به این

موضوع احساس غرور می‌کنید؟

● آیا سیگار و مشروبات الکلی در منزل

نگه می‌دارید؟

● اگر احساس غمگینی و عصبانیت بکنید،

آیا به دارو یا مواد مخدر پناه می‌برید؟

● آیا برای به خواب رفتن از قرص‌های



خانواده‌های از هم گسیخته دچار اعتیاد می‌شوند. اما این تصور همیشه درست نیست.

خواب آور استفاده می‌کنید؟

● و...

به طور مسلم مضامین جواب‌های شما به سؤال‌های بالا در شکل‌دهی رفتار فرزند شما و نحوه مقابله او با پدیده شوم اعتیاد تأثیرگذار خواهد بود.

راهکارهایی که والدین در پیش‌گیری از اعتیاد فرزندان خود می‌توانند به کار گیرند به عنوان پدر و مادر می‌توانند نقش مهمی در پیش‌گیری از اعتیاد فرزندان داشته باشید. شما می‌توانید از استراتژی‌های زیر در هدایت افکار و رفتار فرزندان نسبت به مواد اعتیادآور استفاده کنید.

۱) صادقانه با فرزندان گفت‌وگو کنید:

- منتظر نباشید تا مواد مخدر با فرزندان به گفت‌وگو بنشینند.

- در مکالمات روزانه بحث‌هایی درباره سیگار، الکل و سایر مواد اعتیادآور، نحوه ارتباط با همسالان، نیاز به پذیرش توسط همسالان و... داشته باشید.

- حقایق را درباره این که مواد مخدر می‌تواند به فرزندان آسیب برساند، دریابید و به فرزند خود متذکر شوید نوجوانانی که واقعیات را درباره مواد نمی‌دانند، نسبت به آزمایش و مصرف آن در معرض خطر بزرگی قرار دارند.

- اطلاعات غلطی چون: " همه سیگار می‌کشند" یا " سیگار به من آسیبی نمی‌رساند" و... را از ذهن فرزندان پاک کنید. اگر گفت‌وگو با فرزندان را مشکل یافتید با مراجعه به یک روان‌شناس متخصص کلیده‌های ارتباط با فرزند خود را پیدا کنید.

۲) واقعاً به حرف‌های فرزندان گوش دهید:

- فرزندان را در مطرح کردن سؤالات تشویق کنید.

- او را در با اهمیت تلقی کردن موضوع مواد مخدر تشویق کنید.



- گفت و گو را یک جانبه رهبری نکنید.

کودکان بیشترین تأثیر را از اعمال و کردار ما می‌پذیرند.

- به وسیلهٔ اجتناب از مصرف مواد مخدر نقش خوبی ایفا کنید. شما بهترین الگو برای فرزندان هستید.

۶) به فرزندان کمک کنید تا مواظب فشار همسالان باشد:

- دربارهٔ دوستی واقعی با او صحبت کنید.
- به فرزندان کمک کنید تا بفهمند که او نباید کارهای غلطی را برای مورد پذیرش واقع شدن از طرف همسالان انجام دهد.
- به او متذکر شوید که یک دوست واقعی خواهان این است که او به دام اعتیاد نیفتد.

۷) قواعد و قوانینی را در خانواده حاکم کنید که به فرزندان کمک کند تا او به مواد مخدر نه بگوید:
- به فرزندان بگویید که انتظار دارید او به مواد مخدر نه بگوید.

- به او یادآور شوید که اگر او این قوانین را رعایت نکند چه اتفاقی خواهد افتاد (مثلاً به او بگویید: اگر سیگار بکشد از رانندگی محروم است).

۸) فعالیت‌های خلاقانه و سالم را تشویق کنید:
- به کارها و فعالیت‌های فرزندان در اوقات فراغت توجه کنید.

- تعاملات رفتاری وی را زیر نظر بگیرید.
- علایق و فعالیت‌های مثبت وی را تشویق کنید.

۹) با سایر والدین، گروه‌هایی برای مشاوره و همکاری تشکیل دهید:

۳) به فرزندان کمک کنید تا حس اعتماد به نفس را در خود تقویت کند:

- به جنبه‌های مثبت در فرزندان توجه کنید و سپس از احساس افتخارتان برای او بگویید.
- اگر لازم می‌بینید فرزند خود را تشویق کنید، برای این کار عملکرد او را مورد انتقاد قرار دهید نه خود او را.

- از تلاش‌های وی تمجید کنید، همان‌گونه که موفقیت‌های وی را مورد ستایش قرار می‌دهید.
- احساس قوی خودارزشمندی به فرزندان کمک خواهد کرد که به سیگار، الکل و... نه بگویند.

۴) به فرزندان کمک کنید تا ارزش‌های مثبت را در خود تقویت کند:
- در ارتباط با ارزش‌های خانواده با او سخن بگویید.

- به فرزندان آموزش دهید که تصمیمات خود را بر اساس این ارزش‌ها اتخاذ کند.
- به او توضیح دهید که این ارزش‌ها برای خانوادهٔ شما مهم است و نباید دیدگاه‌های دیگر خانواده‌ها را مهم تلقی کرد.

۵) مثال عینی خوبی باشید:
- عادات و افکار خودتان را نسبت به مواد اعتیادآوری چون سیگار، الکل و... مورد بررسی مجدد قرار دهید.

- عملکرد شما بهتر از زبان شما سخن می‌گوید. مطابق ضرب‌المثل فارسی که می‌گوید: دو صد گفته چون نیم کردار نیست،



- با سایر اولیا برای ساختن محیطی عاری از مواد مخدر همکاری داشته باشید. همکاری والدین با یکدیگر اثر بخش تر است.

- یک شکل همکاری تشکیل گروه‌هایی با والدین دوستان فرزندان است.

- به یاد داشته باشید که بهترین روش برای پایان دادن به اعتیاد فرزندان، پایان دادن به اعتیاد دوستان آن‌هاست.

۱۰) اگر فرزند شما اعتیاد داشته باشد یا به اعتیاد فرزندان شک داشته باشید، بدانید چه کاری باید انجام دهید:

- این حقیقت را بپذیرید که هیچ فرزندی از خطر اعتیاد مصون نیست.

- علایم و نشانه‌های آگاهی دهنده استفاده از مواد مخدر را یاد بگیرید. تعدادی از این علایم عبارت‌اند:

● استشمام بوی الکل، سیگار یا سایر مواد در تنفس یا لباس‌های فرزندان.

● مستی آشکار، سرگیجه یا رفتارهای نامأنوس.

● چشمان قرمز و پراشک، مردمک‌های بزرگ‌تر یا کوچک‌تر از حد طبیعی.

● تهوع، استفراغ یا عرق کردن بیش از حد.

● تغییر در ظاهر و نحوه آراستن و لباس پوشیدن.

● تغییر در انتخاب دوستان.

● رفتارهای مرموز و تغییرات ناگهانی خلق.

● تغییر در الگوهای تغذیه و خواب و کاهش وزن غیر قابل انتظار.

● افت نمرات درسی، کاهش علاقه به مدرسه، ورزش و سایر فعالیت‌های تفریحی.

● کاهش انگیزش عمومی، انرژی و عزت

نفس.

● رفتارهای بزهکارانه و گریزان.

● نیاز به مقدار زیاد پول.

● بیرون ماندن از خانه تأدیر وقت.

● تمایلات خودکشی.

- هر آن‌چه را که در ارتباط با امکان مصرف

مواد توسط فرزندانتان از دوستان، معلمان و... می‌شنوید، جدی بگیرید.

- به ظن خود اعتماد کنید. اگر شما واقعاً احساس می‌کنید که موردی در ارتباط با فرزندتان غیرعادی و غلط به نظر می‌رسد، احتمال دهید که درست باشد.
- از متخصصین امر کمک بطلبید.

به فرزندتان یاد دهید که به مواد نه بگوید:

یکی از راه‌های پیش‌گیری از اعتیاد این است که والدین به فرزندشان یاد دهند، زمانی که مواد مخدر از طرف دیگران به او تعارف می‌شود به این اشخاص و مواد نه بگوید. در این مسیر والدین باید انتظارات خود را به فرزندشان تفهیم کنند و شیوه برخورد صحیح با مواد را به او بیاموزند. برای این کار نوجوان باید در هنگام تعارف مواد به او:

● سؤالاتی را پرسد (آن چیست؟، آن را از کجا تهیه کرده‌اید؟ و...)

● محکم و به طور استوار نه بگوید.

● برای عدم قبول مواد دلیلی را ارائه دهد (نه متشکرم، من علاقه‌ای به این قبیل چیزها ندارم، من اهل این کارها نیستم و...).

● محل را ترک کند (به خانه برگردد، به دوستان دیگری ملحق شود و...)

راه‌نمایی‌های والدین برای برگزاری مهمانی‌های نوجوانان:

امروزه برگزاری انواع مهمانی‌ها یا به اصطلاح مرسوم پارتی‌ها در بین نوجوانان امری بدیهی و گاه اجتناب‌ناپذیر است. افراد شرکت‌کننده در این مهمانی‌ها اغلب از گروه

همسالان‌اند. همسالان برای یکدیگر الگوهای اجتماعی محسوب می‌شوند، به طوری که از طریق یادگیری مشاهده‌ای و سرمشق‌گیری، از رفتارهای یکدیگر در زمینه‌های مختلف اخلاقی، تحصیلی، نگرش‌های اجتماعی و سیاسی تقلید می‌کنند و حتی‌گاه رفتارهای نابهنجار یکدیگر را ملاک یا الگو قرار می‌دهند. لذا والدین می‌توانند در قضاوت خود با اتکای بیش‌تر به جنبه‌های مثبت و مفید معاشرت با گروه همسال و به کارگیری روش‌های مناسب از ضررهای احتمالی آن بکاهند.

همان‌طور که گفته شد، برگزاری میهمانی‌ها و متعاقب آن ارتباط تنگاتنگ با گروه همسالان می‌تواند اثرات هتجار یا نابهنجاری بر نوجوان داشته باشد.

راهکارهایی که والدین در برخورد صحیح با این به اصطلاح پارتی‌ها می‌توانند داشته باشند عبارت‌اند از:

الف) اگر فرزند شما میزبان باشد:

● برای برگزاری میهمانی برنامه‌ریزی کنید: - با فرزندتان برنامه‌های میهمانی را مرور کنید.

- فرزندتان را تشویق کنید تا بازی‌ها و فعالیت‌های از قبل سازمان یافته را در مراسم میهمانی به کار گیرد.

● در میهمانی اصل گروه‌بندی را به کار گیرید:

- برای هر ۱۰ تا ۱۵ نوجوان حاضر در میهمانی یک سرگروه بزرگسال (ترجیحاً از والدین) قرار دهید.

- اطمینان حاصل کنید که حداقل یک بزرگسال در همه اوقات حاضر باشد.

- در صورت نیاز از سایر والدین کمک بگیرید.

● فهرستی از میهمانان تهیه کنید:

- در میهمانی فقط مدعوین شرکت جویند.
- از پذیرش میهمان‌های ناخوانده خودداری کنید.

رعایت موارد بالا از ایجاد حالت میهمانی آزاد جلوگیری خواهد کرد.

● زمان مشخصی را برای میهمانی در نظر بگیرید:

- زمان شروع و خاتمه میهمانی را مشخص کنید.

- برای تعیین زمان پایان میهمانی حتماً هنگام غروب آفتاب را در نظر بگیرید.

- برای میهمانی قوانینی را معین کنید و در ارتباط با قوانین اتخاذ شده برای میهمانی با فرزندان صحبت کنید.

این قوانین باید حداقل شامل موارد زیر باشد:

- عدم استعمال سیگار، الکل و سایر مواد.
- هیچ کس حق ندارد میهمانی را ترک کند و سپس برگردد.

- چراغ‌ها باید در تمام اوقات میهمانی روشن باشد.

- ورود به سایر اتاق‌ها در محل ساختمان میهمانی ممنوع باشد.

● مسئولیت‌های خود را بدانید:

- به خاطر داشته باشید که شما در مقابل هر حادثه‌ای که در طول میهمانی اتفاق می‌افتد، مسئول هستید.

- به فرزندان بیاموزید که او نیز این مسئولیت را احساس کند.

- از میهمانانی که سیگار، الکل و سایر مواد

به همراه دارند بخواهید محل را ترک کنند.

ب) اگر فرزند شما به میهمانی دعوت می‌شود:
- با والدین میزبان دربارهٔ صحت و سقم میهمانی تماس بگیرید.

- مطمئن باشید که یکی از والدین در آن جا حضور دارند.

- از عدم استعمال سیگار، الکل و سایر مواد اطمینان حاصل کنید.

● بدانید فرزند شما کجا می‌رود:

- شمارهٔ تلفن و نشانی محل میهمانی را داشته باشید.

- از فرزندان بخواهید در صورت تعویض محل میهمانی به شما اطلاع دهد.

- مطمئن باشید فرزند شما از موقعیت و محل شما در طول برگزاری میهمانی آگاه است.

● اطمینان حاصل کنید که فرزند شما راه بازگشت از میهمانی را می‌شناسد:

برای بازگشت فرزندان از میهمانی در صورت نبودن سرویس، امکانات استفاده از تاکسی تلفنی را فراهم کنید.

- در ارتباط با اهمیت استفاده از تاکسی تلفنی و سرویس با او به گفت و گو بنشینید.

● سعی کنید در زمان بازگشت فرزندان به خانه حضور داشته باشید و به او سلام کنید.

این کار می‌تواند روش خوبی برای کنترل زمان بازگشت او و صحبت دربارهٔ چگونگی میهمانی باشد.

نتیجه:

در خاتمه باید عنوان کرد که: خانواده اساسی‌ترین نقش را در تربیت کودک بر عهده دارد. پس بایستی آموزش و تربیت کودک را از

آلوده را در مسیر زندگانی کودکان مسدود کند. خانواده می‌تواند با کنترل و در دست گرفتن بنض رفتارهای کودکان خود حیات پربار آن‌ها را تعادل بخشد.

خانواده نباید با بی‌محتبی و بی‌اعتنایی به فرزندان زمینه‌ساز خلاءهای عاطفی جبران‌ناپذیری باشد که متعاقب آن فرزندان از بین بردن این خلاءها را در رو آوردن به معضلاتی چون اعتیاد و دوستان ناباب جست‌وجو کنند. از وظایف والدین است که نسبت به دوستان فرزندان حساس و کنجکاو باشند تا هرگز شاهد گرفتاری دل‌بندانشان در دام مرگبار اعتیاد نباشند.

دقت در تربیت، رعایت محبت، دوستی و صداقت، حمایت و درایت، کنترل و نظارت و... توسط والدین می‌تواند از عوامل مؤثر در پیش‌گیری از ابتلا به اعتیاد باشد.

بچه‌ها گل‌های زندگی‌اند و می‌توانند گل باقی بمانند، به شرط آن‌که باغبانان خوبی داشته باشند. بیایید با یادگرفتن و یاد دادن نگذاریم گل‌های زندگی‌مان در دام اعتیاد به پژمردگی بگرایند.

به امید آن روز

خانواده و از خودمان به عنوان پدر و مادر شروع کنیم. در کانون خانواده پدر و مادر نقش یک معلم و مربی را بر عهده دارند. لذا ارتباط صحیح بین والدین و کودکان در فضای خانواده از اهمیت بسزایی برخوردار است، چرا که کودکان آن طوری رفتار می‌کنند که با آن‌ها رفتار می‌شود. بنابراین باید طرز رفتار صحیح با کودکان را آموخت و این امکان ندارد جز با آموزش. با آموزش صحیح می‌توان از به وجود آمدن انواع ناهنجاری‌ها پیش‌گیری کرد.

کاهش تقاضا برای مصرف مواد مخدر مستلزم ایجاد و تقویت نگرش‌ها، ارزش‌ها و مهارت‌های اجتماعی مغایر با استفاده از مواد مخدر به عنوان وسیلهٔ مقابله با مشکلات و رسیدن به احساس آرامش و لذت از طریق آن در همهٔ افراد جامعه به‌خصوص نسل جوان می‌باشد. نیل به این اهداف ممکن نیست مگر از طریق آموزش، تغییر نگرش و بالا بردن میزان آگاهی مردم از خطرهای و مضرات سوء مصرف مواد.

در مجموع:

خانواده می‌تواند با ایجاد دیوارهای محکم ایمان و اعتقاد و آموزش و اعتماد، جاده‌های

منابع:

- احدی، حسن و جمهوری، فرهاد: روان‌شناسی رشد، انتشارات پردیس، ۱۳۷۸.
شولتز، دوان: روان‌شناسی شخصیت، ترجمهٔ یوسف کریمی، فرهاد جمهوری و همکاران، انتشارات ارسباران، ۱۳۷۸.

- به پژوه، احمد: اصول برقراری رابطهٔ انسانی با کودک و نوجوان، نشر رویش، ۱۳۷۵.

- SUBSTANCE ABUSE PREVENTION FROM ACADEMY OF PEDIATRICS . YEAR 2001 .
WEB. WWW. AAP / FAMILY / SUBABUSE. HTM.
- SIGNS AND SYMPTOMS OF DRUG USE FROM YAHOO . HEALTH DISEASES AND
CODITIONS . YEAR 2001. WEB. WWW. ACDE. ORG / COMMON / SYMPTOM . HTM.