



عوامل محافظت کننده در برابر اعتیاد

نرگس احمدی

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
رتال جامع علوم الانسانی

۲. حمایت کافی اطرافیان
۳. ضدارزش بودن مصرف مواد
۴. دسترسی به خدمات حمایتی و مشاوره‌ای و درمانی
۵. عدم دسترسی به مواد

عوامل شخصیتی

داشتن اعتماد به نفس بالا و مهارت‌های اجتماعی، علاوه بر کاهش استرس‌های

عوامل محافظت کننده:

- الف) عوامل فردی
۱. عوامل شخصیتی
۲. باورها و ارزش‌ها
۳. موفقیت‌ها

ب) عوامل محیطی و اجتماعی

۱. خانواده سالم و همبسته

کمتر دچار انحرافات شخصیتی می‌شوند و مهارت‌های گوناگونی را که لازمه برقراری روابط سالم بین فردی و اجتماعی است، می‌آموزند و با داشتن حس تعلق و وابستگی، کمتر احساس تنهایی و انزوا می‌کنند و به دامن اعتیاد کشیده نمی‌شوند.

هوشیاری و حمایت خانواده، مدرسه و اطرافیان

هوشیاری و آگاهی والدین از خطر احتمال اعتیاد فرزندان، کنترل و مراقبت کافی و تأمین حمایت و راهنمایی لازم از طرف خانواده، مدرسه، اطرافیان و دوستان سالم و حتی کارفرمایان، احتمال مصرف یا سوءمصرف و اعتیاد را کاهش می‌دهد. البته لازمه این هوشیاری داشتن اطلاعات لازم و به‌روز راجع به موادمخدر، روش‌های مصرف و حالت‌ها و تأثیرهای آن‌ها، راه‌های دسترسی و نیز شناسایی اماکن و افراد آلوده کننده به مواد است.

دسترسی به خدمات حمایتی و بهداشتی و درمانی

دسترسی به خدمات حمایتی (هنگام بروز مشکلاتی مانند بی‌سرپرستی یا بی‌کاری) خدمات مشاوره‌ای (هنگام بروز مشکلات عاطفی یا اتخاذ تصمیم مهم یا موقعیت مخاطره‌افزا) و خدمات درمانی (برای بیمارانی که تمایل به ترک اعتیاد دارند) و اقدام‌های فرهنگی و ورزشی برای ایجاد انگیزه برای عدم اعتیاد یا ترک اعتیاد و همچنین ارائه آمار و اطلاعات مربوط به موادمخدر و خطرهای ناشی از مصرف

محیطی ناشی از ارتباط با دیگران، باعث توانایی مقاومت در مقابل خواسته‌های خلاف دیگران و اصرار دوستان برای مصرف مواد می‌شود. همچنین مهارت‌های انطباقی موجب می‌شود که فرد هنگام برخورد با استرس، برای حل مشکلات و تطابق با آن‌ها از شیوه‌های مناسبی استفاده کند و نقش خانواده در تقویت این عوامل مذکور فوق‌العاده مهم و سرنوشت‌ساز است.

باورها و ارزش‌ها

بسیاری از ارزش‌ها و باورهای مورد پسند جامعه، می‌تواند از کجروی‌های اعضای آن جامعه جلوگیری کند و درخصوص مصرف موادمخدر، اگر به‌صورت یک ضدارزش توسط خانواده یا نهادهای فرهنگی اعلام و تبلیغ شود، می‌تواند عامل مهمی در جلوگیری از گرایش افراد به موادمخدر باشد.

موفقیت‌ها

موفقیت‌های تحصیلی، شغلی و اجتماعی با افزایش اعتماد به‌نفس، ایجاد ثبات و هدفمندی در مسیر زندگی و کسب حمایت‌های لازم، می‌تواند فرد را در برابر گرایش به مصرف مواد، محافظت کند و البته اولین نهاد اجتماعی که باید در این خصوص احساس مسئولیت کند، خانواده است.

داشتن خانواده سالم و همبسته

پیوند و تعامل مثبت بین فرد و والدین از سنین کودکی، موجب ارضای نیازهای عاطفی روانی کودک می‌شود. این افراد با تجربه روابط منطقی و قابل پیش‌بینی،



نوجوانان که کم تجربه‌اند، تأثیر مهم و قابل توجهی دارد. با توجه به اینکه محل سکونت یکی از عوامل خطر ساز است، خانواده باید از انتخاب محل سکونت در مناطقی که موادمخدر به وفور و قیمت ارزان عرضه می شود، خودداری کند. خانواده باید راه‌های دسترسی اعضای خود به مواد را شناسایی و شرایطی را ایجاد کند تا دسترسی به مواد سخت و تقریباً غیرممکن باشد.

مواد موجب می‌شود تا فرد در مواجهه با موقعیت‌های پرمخاطره مانند فرصت یا پیشنهاد مصرف موادمخدر، عاقلانه تصمیم بگیرد و آلوده نشود.

عدم دسترسی به مواد

هر چقدر مواد در محیط زندگی فرد نایاب‌تر یا گران‌تر باشد، احتمال مواجهه و مصرف کاهش می‌یابد. هر چند این عامل تأثیر زیادی در ترک مصرف مواد ندارد، ولی در گرایش و شروع به مصرف در رده

برنامه‌های علمی و کارشناسی شده را برای پیشگیری، مبارزه و درمان با این بلای خانمان‌سوز به‌دقت بررسی، اجرا و تأثیرهای آن‌را پیگیری و رصد کنند.

سخن آخر اینکه، موادمخدر پس از قاچاق سلاح، پرسودترین تجارت غیرقانونی دنیاست و آمار زیان‌ها و کشته‌های آن از آمار جنگ‌های جهان کمتر نیست. موادمخدر یک اهرم بسیار قوی برای از بین بردن هویت و پویایی و نشاط در سطح جوامع است. البته، مبارزه‌ها و اقدام‌های حقوقی، قضایی، انتظامی و نظامی گسترده‌ای در کشور ما علیه موادمخدر این موضوع انجام شده و در حال انجام است، ولی آنچه مهم است، احساس مسئولیت همه ما به‌عنوان اعضای جامعه و خانواده‌هاست. زیرا موفقیت نهایی در مقابله با مواد مخدر، به میزان احساس مسئولیت هر یک از ما بستگی دارد.

منابع

راهنمای مقدماتی شناخت و پیشگیری از اعتیاد در محیط‌های دانشگاهی - گروه مؤلفین - ۱۳۸۲ - وزارت علوم تحقیقات فنی آوری - دانشگاه تهران

با توجه به توضیح‌های بالا، به‌طور خلاصه می‌توان گفت، اگر خانواده نقش اصلی خود را در پناه دادن به فرزندان و حمایت واقعی از آن‌ها به خوبی ایفا کند و والدین علاوه بر نقش پدر و مادری، دوست و رفیق فرزندان خود باشند، فرزندان احساس خلاء نمی‌کنند و بعید است که به طرف اعمال خلاف مقررات و قوانین حاکم بر زندگی، از جمله اعتیاد بروند. البته این خود نیز منوط به این است که والدین اولاً، خود درگیر مشکلات انحرافی مانند اعتیاد نشده باشند. ثانیاً، برنامه مشخص و مدونی برای رشد و تعالی خانواده و نیز تقویت رابطه بین اعضای خانواده داشته باشد. ثالثاً، راه‌های برون‌رفت از موقعیت‌های مخاطره‌آمیز را بدانند و به آن‌ها عمل کنند.

والدین باید برای جلوگیری از انحراف‌های فرزندان در چگونگی روابط خانوادگی خود، حساس باشند و در روابط با فرزندان خود نهایت کوشش را داشته باشند. بهترین، مهم‌ترین و اصلی‌ترین نقش خانواده در مقوله پیشگیری از گرایش جوانان و نوجوانان به اعتیاد، ایجاد یک محیط صمیمی و سالم در درون خانواده، آموزش صحیح، مطالعه و آموزش حل مسئله و افزایش امکانات رشد و ترقی برای نوجوانان است که در کاهش گرایش آنان به موادمخدر بسیار مهم و قابل توجه است.

در کنار رعایت اصل پیشگیری توسط خانواده، نهادهای فرهنگی و خانواده‌ها باید با تعامل مثبت و سازنده با یکدیگر