

## معرفی کتاب

### اصول مربوط به کاهش تقاضا (اپیدمیولوژی، پیشگیری و درمان)

اغلب بررسی‌هایی که تاکنون در زمینه سه ستون اصلی برنامه‌های کاهش تقاضا، یعنی اپیدمیولوژی، پیشگیری و درمان به عمل آمده است، در کشورهای صنعتی یعنی کشورهای آمریکای شمالی، اروپای غربی و استرالیا بوده است. این امر بیشتر به این دلیل بوده که این کشورها، سهم بیشتری نسبت به کشورهای در حال توسعه در رابطه با اعتیاد به مواد مخدر و مشکلات مربوط به امراض ناشی از آن داشته‌اند. بنابراین، از آن جا که الگوی سوء مصرف مواد از یک کشور به کشور دیگر (و در اغلب مواقع در داخل یک کشور) متغیر است، طراحی و اجرای یک برنامه واحد در زمینه پیشگیری و درمان کارساز نخواهد بود. این امر درباره اجرای برنامه‌ای تبیین شده برای کشورهای صنعتی که در کشورهای در حال توسعه اجرا می‌شود، بیشتر عینیت پیدا می‌کند.

از آن جا که ایران به عنوان کشوری در حال توسعه از جامعه سنتی فاصله گرفته و به سوی جامعه‌ای صنعتی در حال گذار است، کتاب حاضر، اثری بسیار سودمند برای برنامه نویسان کنترل و پیشگیری از اعتیاد خواهد بود. در واقع، این کتاب که بر گرفته از آخرین گزارش‌های جهانی مواد مخدر است طی سه فصل به سه رکن اصلی کاهش تقاضا می‌پردازد. به عبارت دیگر، خواننده در فصل اول کتاب با جدیدترین روش‌ها و الگوهای مطالعات همه‌گیر شناسی آشنا می‌شود. در فصل دوم، بحث پیشگیری از سوء مصرف مواد با تأکید بر رویکردهای جدید مطرح است و، فصل سوم نیز از درمان به عنوان استراتژی کاهش تقاضا یاد می‌کند.

کتاب حاضر که در قطع رقعی آراسته شده، برای اولین بار توسط اداره کل روابط بین الملل دبیرخانه ستاد به فارسی روان برگردانده شده است، این اثر در ۱۱۳ صفحه به اساسی ترین مفاهیم اصول کاهش تقاضا پرداخته است. از این میان، جداول، نمودارها، آمار و اطلاعات جهانی از جمله مواردی است که به جذابیت بیشتر کتاب افزوده است.

به طور کل ، فصل اول تحت عنوان مطالعات اپیدمیولوژیک، ابتدا بیانیه راهنمای اصول کاهش تقاضای موادمخدر را طرح می‌کند؛ سپس، ضمن اشاره به جنبه‌های تمرین همه‌گیرشناسی روش‌های نوظهور را معرفی می‌کند و در خاتمه مشکلات نظارت بر سوء مصرف موادمخدر و چشم اندازه‌های آینده را بر می‌شمرد.

همان‌طور که گفته شد، فصل دوم تحت عنوان پیشگیری، ابتدایی‌ترین اقدامات پیشگیرانه را تا استفاده از رویکردهای مدرن مرور می‌کند. سپس اشاره ای به اساس برنامه های مؤثر پیشگیری دارد. در این زمینه آسیب ها و خطرات ناشی از مواد مخدر و عوامل حفاظتی مورد بررسی قرار می‌گیرد و در ادامه آن نیز به اهداف و انواع برنامه های پیشگیری اشاره می‌شود. در این فصل به بحث درباره محیط اجتماعی یا زمینه های پیشگیری نیز توجه شده است؛ که در این میان، به نقش و تأثیر والدین و خانواده، مدارس، برنامه‌های خارج از مدارس برای جوانان ، گروه های مذهبی، محل های کار و رسانه های جمعی بر پیشگیری از سوء مصرف مواد اشاره شده است.

فصل آخر نیز ابتدا درمان را به عنوان استراتژی کاهش تقاضا مورد بررسی قراردادده است که طی آن در سه قسمت، اثر بخشی درمان، درآمدهای ناشی از جرایم موادمخدر و تأثیر درمان بر تقاضای کلی برای مواد را توضیح می‌دهد. در قسمت دوم نیز اقدامات درمانی نظیر سم‌زدایی، دارودرمانی، درمان وابستگی به مواد افیونی، درمان اعتیاد به کمک سایر مواد به‌طور خلاصه مورد بررسی قرار گرفته‌است. در بخش آخر نیز اشاره‌ای مختصر به اقدامات غیردارویی همچون اقدامات زیست فیزیکی، اقدامات روان‌شناختی یا مشاوره، جوامع و انجمن‌های درمانی، درمان سنتی دارد.

بازگشت به جامعه، مراقبت های پس از درمان و کاهش عواقب منفی بهداشتی و اجتماعی سوء مصرف مواد نیز دو موضوع چالش برانگیز است که با چشم اندازی از آینده درمان مورد بررسی قرار گرفته‌است.

در نهایت، به نظر می‌رسد خواندن کتاب ” اصول مربوط به کاهش تقاضا (اپیدمیولوژی، پیشگیری و درمان)“ برای هر متخصص یا کارشناسی که در حوزه پیشگیری و درمان و یا به نوعی در برنامه‌ریزی کاهش تقاضا فعالیت دارد، مفید و مؤثر است. همچنین،

بسیاری از دانش آموختگان رشته‌های روان‌شناسی، جامعه‌شناسی، روانپزشکی، سنجش و اندازه‌گیری و مدیریت و برنامه‌ریزی نیز می‌توانند از این کتاب بهره‌گیرند.

### پیشگیری و کنترل اعتیاد

سوء مصرف مواد و الکل، یک معضل بین‌المللی است که تقریباً تمام کشورهای دنیا را (چه توسعه یافته و چه در حال توسعه)، تحت تأثیر قرار داده است. مشکلات متعدد بهداشتی و حتی مرگ و میرهای ناشی از سوء مصرف مواد نتیجه یک سری تداخل‌های پیچیده میان عوامل مختلف دارویی (خصوصیات دارویی یا سمی آن)، فردی (وضعیت شخصی و سلامتی او) و در نهایت، موقعیت و حالت سوء مصرف مواد است. تعیین دقیق کل خسارت‌های وارده بر جامعه، که در اثر مصرف هر کدام از گروه‌های دارویی ایجاد می‌شود کار بسیار مشکلی است؛ اما، با وجود این نقص اطلاعاتی، بدون شک می‌توان گفت که همه کشورهای دنیا متحمل مخارج ناشی از مصرف مواد و الکل به طور مستقیم یا غیر مستقیم می‌شوند.

در این کتاب، چکیده‌ای از فعالیت‌های سازمان جهانی بهداشت در طی سال‌های اخیر عرضه می‌شود. هدف از انجام این کار، مروری بر شواهد و مدارک موجود در زمینه پیشگیری از اعتیاد و همچنین، پیدا کردن بهترین و مؤثرترین راهبردها به منظور کاهش تقاضای مصرف‌کنندگان مواد اعتیاد آور است. برای رسیدن به این هدف، در کتاب حاضر روند فعلی پیشگیری از مصرف داروهای وابستگی‌زا و مواد مخدر در کشورهای جهان و زمینه‌های مختلف رشد و ادامه این روند در سال‌های آینده مرور شده است. در حال حاضر، سوء مصرف مواد در بسیاری از کشورهای جهان حتی در کشورهایی که قبلاً این معضل وجود نداشت، در حال افزایش است. بنابراین، لازم است اقدامات مؤثری در زمینه پیشگیری، برنامه‌ریزی شود و هرچه سریع‌تر به مرحله اجرا درآید. بدون شک، دولت‌های همه کشورهای جهان، تلاش خود را زمینه کنترل و محدود کردن روند تهیه و توزیع مواد (قاچاق مواد)، مضاعف خواهند کرد؛ اما نیاز به یک راه حل بلندمدت در زمینه کاهش تقاضای مصرف‌کنندگان احساس می‌شود. لذا این کتاب به منظور کمک به این روند تهیه شده است.

اثر حاضر، تحت نظارت دکتر آونی آریف<sup>۱</sup> و دکتر گریفیت ادواردز<sup>۲</sup> از کشورهای مختلف جمع‌آوری شد و طی یک سری جلسات مشاوره‌ای، با دقت مورد بازبینی قرار گرفت. سپس از دکتر ژان کارولز نگریت<sup>۳</sup> خواسته شد تا گزارشی مقدماتی در زمینه پیشگیری از معضلات ناشی از سوء مصرف مواد تهیه کند و در این گزارش به نتایج مشورت‌ها و تبادل نظرها اشاره کند. گزارش‌های او در ژوئن ۱۹۸۵ توسط گروهی از متخصصان مورد بازبینی قرار گرفت و بالاخره تجدید نظر نهایی در مورد این گزارش‌ها انجام شد. صندوق کنترل سوء مصرف مواد (وابسته به سازمان ملل) تا اندازه‌ای از این موضوع حمایت کرد. به طور کل، بخش اعظم مطالب کتاب، قبل از شناخت کافی نشانگان نقص ایمنی اکتسابی (AIDS) یا به اثبات رسیدن ارتباط میان استفاده تزریقی از مواد با انتقال ویروس ایدز، تهیه شده بود. نویسندگان کتاب تصمیم گرفتند بدون این‌که کل کتاب را در یک اقدام گذشته نگر، مورد بازبینی قرار دهند و منابع و مآخذ مربوط به ایدز را در آن وارد کنند، به طور کلی از ارائه هر گونه مبحث خاصی در ارتباط ایدز با سوء مصرف مواد خودداری کنند.

در واقع، کتاب پیشگیری و کنترل اعتیاد که توسط یکی از کارشناسان زبده حوزه درمان اعتیاد به فارسی روان برگردانده شده، از جمله آثاری است که تا چندی بعد توسط مرکز مطالعات، پژوهش و آموزش به چاپ خواهد رسید. این کتاب در ۹ فصل به مباحث عمده پیشگیری و کنترل اعتیاد می‌پردازد. به عبارت بهتر، در فصل اول بیشتر به مشکلات رفتاری، بهداشتی و اجتماعی اعتیاد و هزینه‌های ناشی از آن پرداخته شده‌است. فصل دوم نیز به بافت اجتماعی - فرهنگی جامعه و استفاده‌های غیرقانونی از مواد اشاره دارد. اما در سومین فصل کتاب به موضوع اثر حاضر، یعنی پیشگیری پرداخته شده‌است. در این فصل پس از تعریف پیشگیری و اهداف آن، به سطوح و روش‌های آن پرداخته شده‌است. در فصل چهارم نیز، بحث کنترل تولید، توزیع و دسترسی به مواد و ارتباط بین جرم و جنایت با مصرف مواد مورد بررسی قرار گرفته‌است. کاهش تقاضای مصرف مواد نیز عنوان فصل پنجم است که بیشتر موضوعات اقدامات لازم برای

۱-Awni Arif

۲-Griffith Edwards

۳-Jvan carlos negrete

پیشگیری از سوء مصرف مواد و آموزش اطلاع رسانی در این زمینه را شامل می‌شود. در فصل ششم، درمان و نحوه شناسایی افراد معتاد مورد بررسی قرار گرفته است. سه فصل آخر کتاب نیز به ترتیب، بحث آمار و اطلاعات (ارزیابی سطوح مصرف، نیازهای درمانی و دسترسی به مواد)، نیروی انسانی که شامل کارکنان نظام بهداشتی - درمانی، رفاه اجتماعی، آموزش دهندگان و مأموران مبارزه با مواد را در بر گرفته است. همچنین به طراحی، اجرا و ارزشیابی برنامه‌های پیشگیری (اعم از اهداف و سیاست‌ها) پرداخته است.

یقیناً این کتاب ۲۵۰ صفحه‌ای، مجموعه‌ای غنی از منابع مربوط به پیشگیری و کنترل اعتیاد را برای مدیران و دست‌اندرکاران امر مبارزه با موادمخدر، پزشکان، روان‌شناسان جامعه‌شناسان و دانشجویان رشته‌های وابسته به علوم رفتاری و مسؤولان آموزشی جامعه است. از طرفی دیگر با توجه به فقدان تحقیقات در زمینه معضل اعتیاد در کشور، مطالعه آن می‌تواند زمینه‌ساز صدها طرح تحقیقاتی باشد.

### معتادان گمنام: چگونگی عملکرد برنامه معتادان گمنام

هر روز هزاران نفر معتاد در سراسر جهان با مراجعه به مراکز درمانی اقدام به قطع مصرف مواد مخدر می‌کنند و پس از تحمل چند روز ناراحتی، مصرف مواد را کنار می‌گذارند. در اغلب موارد سعی معتاد در دراز مدت، مؤثر باقی نمی‌ماند و به دلایلی که برای خودش و حتی درمانگر او مشخص نیست بدون توجه به رنجی که متحمل شده است به مصرف مجدد رو می‌آورد. از آنجا که بیماری اعتیاد در سه بعد جسمی، روانی و اجتماعی شکل گرفته است، بدون درمان خاص هر یک از ابعاد، بهبودی «معتاد تازه ترک»، مقطعی و ناپایدار خواهد بود.

در کتاب چگونگی عملکرد برنامه معتادان گمنام، جنبه‌های روانی و روحی بیماری اعتیاد به تفصیل مورد بررسی قرار گرفته است. در این اثر، خواننده به خوبی متوجه می‌شود که چه عواملی موجب عود بیماری و بازگشت به مصرف مواد خواهد شد و در نتیجه قادر می‌شود با شناخت این عوامل تا حد امکان از آنها اجراز کند. در واقع،

محور اصلی کتاب آن است که هر معتاد به منظور بهبود یافتن باید برنامه ای مرتب و دراز مدت برای خود انتخاب کند و آن را به نحو احسن دنبال کند.

از سوی دیگر، با توجه به اهمیتی که ماده مخدر برای معتاد دارد ترک پایدار، تنها پس از ایجاد تغییرات بنیادی در تفکر و برداشت معتاد از زندگی مسیر خواهد شد. کتاب حاضر تا حد زیادی مبانی این دگرگونی را در اختیار افرادی که علاقمند به رهایی از دام اعتیاد هستند، می‌گذارد.

به طور کل، کتاب «معتادان گمنام؛ چگونگی عملکرد برنامه معتادان گمنام» طی دو بخش کلی به بررسی ۱۲ قدم و ۱۲ سنت برای معتادان گمنام می‌پردازد. این اثر که نسخه درمانی دقیقی برای بهبودی معتادان از بیماری اعتیاد و حاصل تجربیات شصت ساله میلیون ها معتاد بهبود یافته (معتادانی که توسط خودشان سلامتی را باز یافته اند) است، برای معتادانی که طالب بهبودی هستند، کتابی مناسب و کاربردی است. در واقع کتاب حاضر سعی دارد در قالب حدود ۲۵۰ صفحه، درک جدیدی از بهبودی (بدون استفاده از روش های رایج درمان پزشکی) برای معتاد فراهم سازد. به همین منظور، در بخش اول کتاب (کتاب اول) قدم های دوازده گانه را شرح می‌دهد و در بخش دوم (کتاب دوم) به بررسی سنت های دوازده گانه می‌پردازد.

اولین قدم از قدم های دوازده گانه بر این اعتقاد استوار است که می‌گوید: «ما اقرار کردیم که در مقابل اعتیاد خود عاجز بودیم و زندگیمان آشفته شده بود». در قدم دوم «ما به این باور رسیدیم که نیرویی برتر از خودمان می‌تواند سلامت عقل را به ما بازگرداند»، قدم سوم می‌گوید: «ما تصمیم گرفتیم که اراده و زندگی خود را به خداوند، بدان گونه که او را درک می‌کردیم، بسپاریم»؛ در قدم چهارم «ما یک ترازنامه اخلاقی بی‌باکانه و جستجوگرانه از خود تهیه کردیم». قدم پنجم نیز می‌گوید: «ما چگونگی دقیق خطاهای خود را به خداوند، به خودمان و به یک انسان دیگر اقرار کردیم». این باور که «ما کاملاً آماده شده ایم که خداوند تمام این نواقص شخصیتی ما را برطرف کند»، ششمین قدم از مراحل دوازده گام است. معتادان گمنام در قدم هفتم به آنجا می‌رسند که می‌گویند: «ما با فروتنی از او خواستیم کمبودهای اخلاقی ما را برطرف کند».

!!!! !! !!!

این مرحله از قدم ها، معتادان را در قدم هشتم به این اعتقاد می رساند که: «ما یک فهرست از تمام کسانی که آزار دیده بودیم تهیه کردیم و خواستار شدیم تا از تمام آنان جبران خسارت کنیم». قدم نهم آنان نیز بر این باور استوار است که «ما به طور مستقیم در هر جا که امکان داشت از این افراد جبران خسارت کردیم، مگر در مواردی که اجرای این امر به ایشان یا دیگران زیان وارد کند». در قدم دهم، آنان روی این اعتقاد کار می کنند که «ما به تهیه تراز نامه شخصی خود ادامه دادیم و هر گاه در اشتباه بودیم سریعاً بدان اقرار کردیم». در قدم یازدهم می گویند «ما از راه دعا و تفکر جویای بهتر کردن رابطه آگاهانه خود با خداوند، بدان گونه که او را درک می کردیم شدید و دعا کردیم، فقط برای آگاهی از اراده او برای خودمان و قدرتی که آن را به انجام رسانیم». معتادان گمنام در آخرین قدم نیز با طی کردن مراحل روحانی یاد شده، همه با هم جمله زیر را زمزمه می کنند: «ما با یک بیداری روحانی که در نتیجه این قدم ها یافتیم، سعی کردیم این پیام را به معتادان برسانیم و این اصول را در تمام امور خود به اجرا در آوریم.»

در بخش دوم کتاب معتادان گمنام (کتاب دوم)، اصول روحانی نهفته در هر سنت - نه قواعد خشک - مورد بررسی قرار می گیرد. به عبارت دیگر، با طرح کردن هر یک از سنت های زیر طی مراحل دوازده گانه زمینه ای برای تبادل عقاید در جلسات فراهم می شود:

سنت اول) منافع مشترک ما باید در رأس قرار گیرد؛ بهبودی شخصی ما به اتحاد معتادان گمنام بستگی دارد.

سنت دوم) در رابطه با هدف گروه ما، فقط یک مرجع نهایی وجود دارد - خداوندی مهربان که به گونه ممکن، خود را در وجدان گروه ما بیان می کند. رهبران ما خدمتگزاران مورد اعتماد هستند. آنان حکومت نمی کنند.

سنت سوم) تنها شرط عضویت، تمایل به قطع مصرف است.

سنت چهارم) هر گروه باید مستقل باشد، به استثناء مواردی که بر گروه های دیگر یا معتادان گمنام در کل اثر می گذارد.

سنت پنجم) هر گروه فقط یک هدف اصلی دارد، رساندن پیام به معتادی که هنوز در عذاب است.

سنت ششم) یک گروه معتادان گمنام هرگز نباید هیچ موسسه مرتبط یا سازمان انتفاعی خارجی را مورد تایید قرار دهد، در آنها سرمایه گذاری مالی کند یا نام معتادان گمنام را به آنها به عاریت بدهد، زیرا ممکن است مشکلات پولی، مالکیت یا شهرت، ما را از هدف اصلی خود منحرف سازد.

سنت هفتم) هر گروه معتادان گمنام، باید کاملاً متکی به خود باشد و کمک های مالی از خارج دریافت نکند.

سنت هشتم) معتادان گمنام باید برای همیشه غیر حرفه ای باقی بمانند، مراکز خدماتی ما می توانند کارمندان مخصوص استخدام کنند.

سنت نهم) معتادان گمنام تحت این نام هرگز نباید سازماندهی شوند، اما می توانیم هیأت های خدماتی و کمیته هایی ایجاد کنیم که مستقیماً در برابر کسانی که به آنها خدمت می کنند مسؤؤل باشند.

سنت دهم) معتادان گمنام هیچ عقیده ای در مورد موضوعات خارجی ندارد؛ بنابراین نام معتادان گمنام هرگز نباید به بحث اجتماعی کشیده شود.

سنت یازدهم) خط مشی روابط عمومی ما بر اصل جاذبه است تا تبلیغ. ما همیشه نیاز داریم گمنامی شخصی را در سطح مطبوعات، رادیو و فیلم حفظ کنیم.

سنت دوازدهم) گمنامی، اساس روحانی تمام سنت های ما است و همیشه یادآور ماست که اصول را به شخصیت ها ترجیح دهیم.

کتاب حاضر یکی از اثر های کاربردی برای معتادانی است که دوره ترک اعتیاد (وابستگی جسمی) را پشت سر گذارده اند و تصمیم دارند در مرحله ترک باقی بمانند. از آنجایی که مشکل اکثر معتادان، پس از ترک وسوسه های مصرف مجدد مواد است، اثر یاد شده می تواند در آشنایی آنان با گروه های معتادان گمنام، دستور العمل ها و



!!!! !! !!!

---

چگونگی فرایند بهبودی در گروه بسیار موثر باشد. این کتاب که توسط انجمن معتادان گمنام (جمعی از نویسندگان با تجربه و صاحب نظر) تألیف شده، توسط هوتن گلسرخی که سال‌ها در آمریکا با انجمن معتادان گمنام همکاری داشته است، به فارسی روان برگردانده شده است. هر چند که تمامی روان‌شناسان، مددکاران اجتماعی، جامعه‌شناسان، روانپزشکان، مشاوران و سایر رشته‌های علوم رفتاری نیز می‌توانند از آن برای درمان معتادان استفاده کامل ببرند.

