

تجربه های

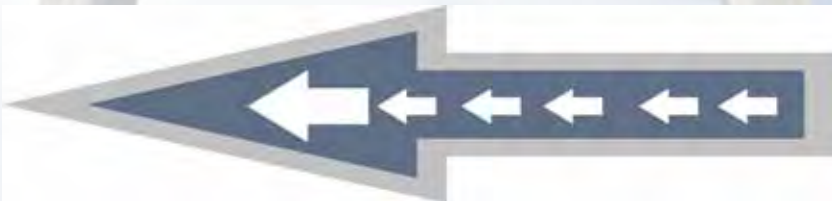
یک درمانگر اعتیاد



دلیل اساسی برای ترک اعتیاد

دکتر هومان نارنجی ها

برخی معتادان برای آغاز درمان خود نیاز به انگیزه‌های قوی دارند. به همین دلیل در منابع علمی به این نکته اشاره شده که با مصاحبه‌های انگیزشی در آغاز درمان، می‌توان افراد معتاد را برای ترک اعتیاد دارای انگیزه کرد. در این میان برخی از دلایل مهم و اساسی زیر در ایجاد این انگیزه در معتادان برای شروع درمان نقشی کلیدی دارد. بهتر است این را هم بدانیم که هر چه انگیزه بیشتر باشد، نتایج درمان بهتر و امیدوار کننده‌تر خواهد بود.



در هر موقعیتی که هستیم بدون مواد بالاتر خواهیم بود (۱)

برخی بر این باورند که مواد برای زندگی لازم و مفید است و آنچه در زندگی به دست آورده اند حاصل تأثیرهای مفید و معجزه آسای مواد است! اما این افراد باید بدانند که در هر مرتبه و پله ای در زندگی قرار دارند، بدون مواد می توانستند صدها پله بالاتر و موفق تر باشند. فرد معتادی که با مصرف تریاک الان یک مدیر است، در غیاب تریاک می توانست ریاست آن مجموعه را به عهده بگیرد. فرد مصرف کننده ای که الان یک کارگاه کوچک دارد در صورت مصرف نکردن مواد می توانست چند کارخانه بزرگ داشته باشد. پس اگر این افراد یک بار دیگر به خودشان نگاه کنند، می بینند در غیاب موادمخدر خیلی موفق و توانمندتر بودند. یادمان باشد مواد همیشه ما را پایین تر می برد و ضعیف تر می کند و هیچ ارتقایی در کار نیست.

کارم را از دست ندهم (۲)

مصرف مواد و کار با هم جور نیستند. فرد معتاد به تدریج کارش را از دست می دهد. این اتفاق امروز نیفتد، فردا حتمی است. فرد معتاد یواش یواش غیبت هایش زیاد می شود، رفتارش غیر قابل تحمل می شود، در محیط کار دعوا و برخورد ایجاد می کند، کیفیت کارش به شدت افت می کند و یک روز هم اخراج می شود. بسیاری از معتادان در طول مصرف، کارشان را از دست می دهند و شروع عوارض اعتیاد، گرفتاری ها، بی پولی و بهم خوردن چرخه زندگی شروع می شود. با ترک سریع تر موادمخدر، باید قبل از اینکه کار از کار بگذرد، فرصت های باقیمانده را حفظ و از ضرر بیشتر جلوگیری کرد.



حمایت و دوستی خانواده را حفظ کنیم (۳)

هر خانواده‌ای ظرفیتی دارد و عضو خود را در دردسرهایی که به‌طور عمد درست می‌کند، یاری می‌رساند، اما بالاخره یک روز همه خسته می‌شوند و از او قطع امید می‌کنند. بسیاری از افراد معتاد زمانی دیر شده است. از خانواده طرد شده‌اند یا همسرشان طلاق گرفته، فرزندان آن‌ها را قبول ندارند و... بعضی آن‌قدر در مراجعه برای درمان تأخیر دارند و آسیب ایجاد کرده‌اند که مادرشان هم آرزوی مرگشان را دارد. برادر و خواهرها نبود این عنصر بر هم زنده‌ی نظم و آرامش را از خدا می‌خواهند.

متأسفانه افراد معتاد دوست و دشمن را نمی‌شناسند و درحالی که به مواد فروش محل احترام می‌گذارند، مادر و پدرانشان را به بدترین و تلخ‌ترین زبان می‌رنجانند. پس ضروری است تا دیر نشده و همه درها بسته نشده به آغوش گرم خانواده برگردند که هیچ دلسوزی بهتر از خانواده برای افراد نیست.

فرزندانم معتاد نشوند (۴)

حدود ۱۴ تا ۲۰ درصد معتادان والدین معتاد دارند. افراد مصرف کننده، برای خود نزد خانواده ارزشی باقی نگذاشته‌اند تا بچه‌ها حرفشان را گوش کنند. فرد مصرف کننده اگر بداند این امکان وجود دارد که یک روز فرزندش هم مثل خودش مصرف کننده می‌شود، قاطع‌تر به ترک مواد فکر می‌کند.

خانواده بسیاری از معتادان ساختار از هم پاشیده‌ای دارد. هر چند ممکن است به‌ظاهر همه چیز سر جای خودش باشد، اما در باطن ساختار خانواده از هم پاشیده و این خانواده به ندرت فرزندان موفق تربیت می‌کند. بسیاری از آدم‌های موفق و تحصیل کرده پدر یا مادر معتاد نداشته‌اند. پس اعتیاد والدین نه تنها نقش مهمی در پسرقت زندگی خودشان بازی می‌کند، بلکه نقش اساسی در جلوگیری از رشد فرزندان دارد. بنابراین با درمان اعتیاد می‌توانید هم به خودتان کمک کنید، هم مانع اعتیاد و نابودی فرزندان‌تان شوید.

گرفتار پلیس و زندان نشوم (۵)

معتادانی که هنوز برای خود و خانواده‌شان ارزش قائل‌اند و تا به حال پایشان به کلانتری، پلیس و دادگاه و زندان باز نشده است، باید بدانند، هر لحظه ممکن است هنگام خرید مواد یا حمل آن در مسافرت یا مصرف در مغازه، باغ یا به هر دلیل دیگری لو بروند و موضوع اعتیادشان نه تنها برای خانواده، بلکه همه موضوع را بفهمند. مرگ همیشه مال همسایه نیست. بسیاری از افراد آبرومند، ناگهان به علت جرم بودن مصرف مواد مخدر، در چنگال قانون گرفتار شده‌اند و آبروی خود و خانواده‌شان نزد همسایه و فامیل و... رفته است. جرائم سنگین مصرف یا حمل مواد مخدر برای هیچ خانواده آبرومندی قابل تحمل و پذیرش نیست و باید از الان جلوی آبروریزی را در آینده گرفت.

۱۶ به بیماری‌های روحی و روانی غیر قابل درمان مبتلا نشوم

قبل از هر چیز باید جلوی ورود سم را به بدن گرفت. موادمخدر از تریاک گرفته تا مواد صنعتی و شیمیایی برای بدن انسان سم محسوب می‌شوند و واسطه‌های شیمیایی مغز را دچار اختلال می‌کنند. موادمخدر برای بدن انسان دارو نیست و روز به روز به مغز را دچار اعصاب و روحیه فرد مصرف کننده را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

افسردگی، اضطراب و بی‌قراری پایدار، اختلال‌های روان‌پزشکی، فراموشی، توهم، کندی حرکت، سستی و تیک‌های عصبی، سوغات نامیمون مصرف طولانی‌تر، مقدار ماده و انواع مواد مصرفی رابطه مستقیم دارند.

به‌طور مثال، فرد معتاد به شیشه که با وجود بارها شوک مغزی و درمان‌های دارویی، هنوز توهم شدید دارد و به اطرافیانش بدبین است، متأسفانه دیگر قابل درمان نیست و این توهم غیر قابل درمان تا آخر عمر با او خانواده‌اش همراه است. بنابراین، باید قبل از اینکه بیماری روحی مزمن و غیر قابل درمان بشود مواد را ترک کرد.