

پیشگیری و مقابله با اعتیاد نوجوانان

نویسنده:

معظمه السادات حسینی زیدآبادی



روان آگاه

محتوا

۹.....	فصل اول: کلیات و مفاهیم
۱۱.....	نقش مددکاری در کاهش رفتارهای پرخطر.....
۱۲.....	مددکاری اجتماعی.....
۱۳.....	طبق تعریف فدراسیون بین المللی مددکاران اجتماعی:.....
۱۵.....	اصول مددکاری اجتماعی.....
۱۶.....	مددکاری اجتماعی در مدرسه.....
۱۹.....	سوء مصرف مواد در نوجوانان.....
۲۱.....	خطر سوء مصرف مواد در کدام نوجوانها بیشتر است؟.....
۲۲.....	نشانه‌های سوء مصرف مواد در نوجوانان کدام اند؟.....
۲۴.....	والدین چگونه می توانند از سوء مصرف مواد توسط نوجوانان پیشگیری کنند؟.....
۲۷.....	فصل دوم: معضل اعتیاد در نوجوانان.....
۳۰.....	انکار.....
۳۱.....	اعتیاد و ماهواره.....
۳۴.....	مدرسه و اعتیاد.....
۳۵.....	رابطه‌ی اعتیاد با عزت نفس:.....

- سه رکن مهم عزت نفس: نگرش، اعتقاد، رفتار..... ۳۶
- علل گرایش به مواد مخدر:..... ۳۹
- راه‌های پیشگیری از مواد مخدر..... ۴۲

فصل سوم: راهبردهای پیشگیری و مقابله با اعتیاد نوجوانان در جامعه و

مدرسه ۴۵

- اهمیت و ضرورت پیشگیری از اعتیاد:..... ۴۷
- اصول شانزده گانه پیشگیری از اعتیاد:..... ۴۷
- نقش مدرسه در پیشگیری از اعتیاد و رفتارهای پرخطر..... ۵۲
- رفتارهای پرخطر چیست؟..... ۵۳
- عوامل محافظت کننده..... ۵۴
- عوامل فردی محافظت کننده:..... ۵۴
- عوامل محیطی - اجتماعی محافظت کننده:..... ۵۵
- چگونه می‌توانیم از کودکان و نوجوانان خود مراقبت کنیم؟..... ۵۷
- پیشگیری از اعتیاد در سایه آموزش پیشگیرانه..... ۵۷
- پیشگیری موثرترین شیوه مقابله با اعتیاد..... ۵۸
- دانستن چه مواردی به پیشگیری از اعتیاد کمک میکند؟..... ۵۸
- درک اینکه چرا افراد از مواد مخدر و الکل استفاده میکنند..... ۶۰
- درک تفاوت بین سوء مصرف مواد و اعتیاد به مواد مخدر..... ۶۱
- اصول اساسی پیشگیری از سوء مصرف مواد و جلوگیری از اعتیاد..... ۶۱

فصل چهارم: پیشگیری رشد مدار و توانمندسازی روانشناختی اعتیاد نوجوانان

..... ۶۵

- پیشگیری رشد مدار..... ۶۹

- ۷۳ ملزومات پیشگیری رشد مدار.....
- ۷۴ ویژگی های پیشگیری رشد مدار.....
- ۷۵ توانمندسازی روانی اجتماعی دانش آموزان در مدارس.....
- ۷۵ اهداف توانمندسازی روانی اجتماعی.....
- ۷۶ مدیریت و رشد روانی - اجتماعی.....
- ۷۶ احساس تعلق و وابستگی، عزت نفس و خودشکوفایی.....
- ۷۸ دارایی سازی.....
- ۷۹ رشد اخلاقی و اصول اخلاقی.....
- ۸۰ چالش ها و مشکلات مدیریت و رهبری با کمک دانش آموزان.....
- ۸۳ رهبری و مدیریت با دخالت و مشارکت دانش آموزان به چه معناست؟.....
- ۸۴ آیا دانش آموزان مقطع متوسطه (ازلحاظ رشدی) آمادگی دارند تا رهبر یا مدیر باشند؟.....
- ۸۵ ایجاد شرایطی برای مدیریت و رهبری فعال دانش آموزان.....
- ۸۸ تأثیرات عاطفی اجتماعی مدیریت و رهبری.....
- ۸۸ چالش ها و مشکلات اجتماعی رهبر.....
- ۹۰ ایجاد فرهنگ مشارکت.....
- ۹۰ تعریف رهبری از منظر مشارکت.....
- ۹۱ خلق مسیرهای مختلف در فرایند رهبری دانش آموزان.....
- ۹۱ آموزش مهارت های رهبری و مدیریت.....
- ۹۲ ترکیب رهبری با برنامه درسی.....
- ۹۳ استفاده از مراکز هدف برای رشد و پیشرفت رهبران.....
- ۹۳ مرحله بندی (سطح بندی) میدان بازی.....
- ۹۴ استفاده از الگوها و مربیان و مشاوران مثبت.....
- ۹۴ انتصاب رهبران ناراضی.....
- ۹۵ ریسک کردن و خطرپذیری.....

۹۶ جشن موفقیت
۹۶ نقش خانواده‌ها در پیشرفت رهبری
۹۶ سرمایه‌گذاری روی ارتباطات اجتماعی
۹۹ منابع

فصل اول

کلیات و مفاهیم

دوره نوجوانی از دوره‌های بحرانی زندگی است. مشکلات رفتاری از دوره کودکی شروع می‌شود و در ایام نوجوانی و جوانی به اوج خود می‌رسد. طبق آمار، در ایران نوجوانان و جوانان درصد قابل توجهی از جمعیت را به خود اختصاص داده‌اند. بر اساس آمارهای سرشماری سال ۱۳۹۵ حدود شش میلیون نفر از جمعیت ایران را نوجوانان ۱۴-۱۹ ساله تشکیل داده‌اند که تقریباً معادل ۷ درصد از جمعیت کل کشور است. با توجه به جوان بودن جمعیت ایران و ناآماده بودن نوجوانان از نظر ابزارهای مورد نیاز برای برخورد با مسائل یا ویژگی‌های دوره نوجوانی که در بسیاری از موارد وی را به سوی رفتارها و کارهای خطرناک و پردردسر می‌کشاند، مسئله سلامت اجتماعی و روانی نوجوانان به عنوان گروه‌های در معرض خطر از اولویتهای اصلی کشور محسوب می‌شود. اگر رفتارهای انسان را برحسب سود و زیانی که برای فرد و جامعه دارد در یک پیوستار در نظر بگیریم در یک سر آن، رفتارهای بهنجار و سازگار با محیطی است که فرد در آن زندگی می‌کند و سر دیگر پیوستار به رفتارهایی ختم می‌شود که برای فرد و جامعه مضر بوده و خطراتی در پی دارد. رفتارهای پرخطر مهمترین عامل به خطر افتادن سلامت جامعه‌اند. رفتارهای پرخطر، رفتارهایی هستند که سلامت و بهزیستی نوجوان، جوانان و سایر افراد جامعه را در معرض خطر قرار می‌دهد. رفتارهای پرخطر به دو گروه تقسیم می‌شوند، گروه اول شامل رفتارهایی می‌شوند که بروز آنها سلامت خود فرد را به

خطر می‌اندازد و گروه دوم رفتارهایی هستند که سلامت و تندرستی دیگر افراد جامعه را تهدید می‌کند. از آنجایی که میزان خطرپذیری نوجوانان و جوانان نسبت به دیگر گروه‌های سنی بالاتر است، گرایش بیشتری به این نوع رفتارها در آنان دیده می‌شود. مطالعات نشان می‌دهند که اغلب رفتارهای پرخطر از جمله مصرف سیگار، الکل، مواد و رفتارهای جنسی نایمن در سنین قبل از ۱۸ سالگی آغاز می‌شود، امروزه شیوع رفتارهای پرخطر بخصوص در نوجوانان و جوانان به یکی از مهمترین و گسترده‌ترین دل‌نگرانی‌های جوامع بشری تبدیل شده است. رفتارهای پرخطر سنین جوانی و نوجوانی عمدتاً در شش دسته هستند که عبارتند از: استعمال دخانیات، اعتیاد و سوءمصرف مواد، رفتارهای جنسی ناسالم، کم‌حرکی جسمی، تغذیه ناسالم و رفتارهای مرتبط با صدمات و جراحات. رفتارهای پرخطر شناخته شده در بین جوانان ایرانی عبارتند از: خشونت، خودکشی، بی‌ملاحظگی در رانندگی، مصرف دخانیات، الکل و مواد، رفتارهای پرخطر جنسی که احتمال ابتلا به ایدز یا بیماریهای مقاربتی را به دنبال داشته باشد، رفتارهای تغذیه‌ای ناسالم و عدم انجام فعالیت‌های بدنی و ورزشی (نظری، ۱۳۹۹).

اعتیاد و رفتارهای پرخطر جنسی از مهمترین رفتارهای مخاطره‌آمیز هستند که فرد و جامعه را در معرض ابتلاء به بیماریهای عفونی خطرناکی مانند ایدز و هپاتیت‌های ویروسی قرار می‌دهد. ایدز یک بحران بهداشتی، اجتماعی و روانی است ناشی از رفتارهای پرخطر است که نه تنها بزرگسالان بلکه کودکان و نوجوانان را نیز تحت تاثیر قرار می‌دهد. بطوری که می‌توان گفت در حال حاضر بیماری ایدز مشکل گروه جوانان است که ۸۵ درصد این بیماران در کشورهای در حال توسعه زندگی می‌کنند. ۵۰ درصد موارد جدید آلودگی به ویروس ایدز به سنین ۱۰-۲۴ سال اختصاص دارد و در هر دقیقه ۵ جوان به این ویروس آلوده می‌شوند بیماری ایدز چنان گسترش یافته است که در حال حاضر چهارمین قاتل و اولین عامل معلولیت زای جهان سوم است. بر اساس آمارهای جهانی حدود ۸۰٪ عفونت‌های ویروسی ایدز از راه تماس جنسی منتقل می‌شود (فرامرزی، ۱۳۹۹).

مطالعات متعدد نشان می‌دهد که مصرف موادمخدر و شیوع رفتارهای پرخطر از سال ۱۹۹۰ به طور ثابت در میان نوجوانان رو به افزایش بوده است. پیش‌بینی می‌شود تا سال ۲۰۳۰ میزان بیماری‌ها و مرگ‌ومیر ناشی از مصرف دخانیات به رقم هشت میلیون نفر در سال برسد. اگر پیامدهای جسمانی، روانی و اجتماعی سایر رفتارهای پرخطر مانند سوءمصرف مواد، خشونت و ایدز نیز به حساب آورده شود، آسیب‌های وارده چندین برابر می‌شود. نتایج پژوهش‌های ملی در آمریکا در سال ۲۰۱۵ نشان داد که بسیاری از دانش‌آموزان دبیرستانی در اولویت رفتارهای پرخطر قرار می‌گیرند که علل اصلی مرگ‌ومیر در بین افراد ۱۰ تا ۲۴ ساله در ایالات متحده را تشکیل می‌دهند (بروک و همکاران^۱، ۲۰۲۰). پژوهش‌های انجام شده در ایران نیز بیانگر شیوع رفتارهای پرخطر مانند مصرف سیگار، قلیان، الکل، مواد مخدر در بین نوجوانان ۱۴-۱۹ ساله است. از سوی دیگر، پرداختن به مسئله رفتارهای پرخطر به دلیل منجر شدن به مشکلات شخصی، اجتماعی، اقتصادی و احتمالاً مرگ‌ومیر ناشی از حوادث، خشونت و جنایت اهمیت زیادی دارد. مشارکت در یک رفتار پرمخاطره ممکن است فرد را به سمت سایر رفتارهای خطرناک نیز سوق دهد؛ بنابراین احتمال آسیب رساندن به خود، قربانی شدن توسط دیگران و سایر عواقب منفی ناشی از این رفتارها را افزایش می‌دهد. رفتارهای پرخطر در سطوح مختلف دارای چندین عامل تعیین‌کننده هستند. در میان این عوامل خانواده، همسالان و مدرسه و برخی از کفایت‌های فردی و اجتماعی مهم هستند (بخشی و درودی، ۱۴۰۲).

نقش مددکاری در کاهش رفتارهای پرخطر

شیوع رفتارهای پرخطر، یکی از موضوع‌های جدی تهدید کننده سلامت است که در سالهای اخیر با توجه به تغییرات سریع اجتماعی، از سوی سازمانهای بهداشتی، مجریان قانون و سیاستگذاران اجتماعی به عنوان یکی از مهمترین مشکلات موجود در جامعه مورد توجه قرار گرفته است. و علیرغم فعالیتهای سه دهه گذشته رفتارهای مخاطره

آمیز در سطح جهان دارای رشد تصاعدی بوده است و پیشگیری، تنها راه مقابله تشخیص داده شده است. با توجه به رشد روز افزون رفتارهای پرخطر در بین نوجوانان و جوانان کشور لازم است که آموزش و پرورش در راستای رسالت خود و تعلیم و تربیت دانش‌آموزان گام‌های اساسی بردارد و برای آگاه ساختن دانش‌آموزان و والدین آنها نسبت به پیامدهای ناگوار رفتارهای پرخطر برنامه‌های آموزشی کوتاه مدت، میان‌مدت و بلندمدت تدوین کند و برای اجرای این برنامه‌ها از نیروهای متخصص مددکاری اجتماعی بهره گیرد، چرا که مددکاران اجتماعی بعنوان متخصصین حوزه آسیب‌های اجتماعی می‌تواند در آگاه ساختن دانش‌آموزان در حیطه رفتارهای پرخطری مانند گرایش به مصرف مواد مخدر و رفتارهای جنسی ناپایمن نقش بسزایی داشته باشند و با ریشه‌یابی علل گرایش دانش‌آموزان به این نوع رفتارهای پرخطر می‌توانند در تدوین و پیشنهاد برنامه‌های آموزشی و حمایتی در سطح منطقه، شهرستان و کشور نقش بسزایی ایفا کنند چرا که مددکاران اجتماعی معتقد هستند که صرف آگاه ساختن افراد کافی نیست و باید با علت‌یابی گرایش افراد به این رفتارها، زمینه را برای گرایش به رفتارهای پرخطر با رویکردهای مددکاری اجتماعی و نه رویکردهای صرف قضایی و اخلاقی کاهش داد (ابویی‌مه‌ریزی، ۱۴۰۲).

مددکاری اجتماعی

تعاریف زیادی از مددکاری اجتماعی شده است که به نمونه ای از آن می‌پردازیم:

«مددکاری اجتماعی یک خدمت حرفه‌ای است که بردانش و مهارت‌های خاص برای کمک به افراد و گروه‌ها یا جامعه قرار گرفته است، تا بتوانند استقلال شخصی واجتماعی و رضایت خاطر فردی واجتماعی بدست آورند». درمقابل مددکار اجتماعی مفهوم مددجو قرار می‌گیرد که در بیان کلی می‌توان گفت مددجو: «عبارت است از فرد، خانواده، گروه، جامعه که به دلایلی نیازمند خدمات حرفه‌ای مددکار اجتماعی است. مددجو به مددکاری اجتماعی معنی می‌بخشد و زمینه فعالیت‌های حرفه‌ای مددکار را مهیا می‌سازد» (زاهدی، ۱۳۸۷: ۳۰). مددکاری اجتماعی حرفه‌ای است مبتنی بر استعدادها،

مهارت‌ها و تخصص، به منظور فراهم آوردن شرایط مادی و معنوی برای افراد و اقشار نیازمند جامعه به گونه‌ای که در جهت شناخت و رفع مشکل خود برانگیخته شوند. هدف مددکاری اجتماعی این است که بین بهزیستی بیمار و رفاه اجتماعی سازگاری و وفاق ایجاد کند. مهمترین بحثی که در اهداف مددکاری مطرح است «قادرسازی»، «استقلال» و «خوداتکایی» بیمار است.

طبق تعریف فدراسیون بین‌المللی مددکاران اجتماعی^۱:

«مددکاری اجتماعی یک حرفه مبتنی بر عمل و یک رشته دانشگاهی است که توسعه و تغییر اجتماعی، انسجام اجتماعی و توانمندسازی و آزادسازی افراد را ارتقا می‌دهد. اصول عدالت اجتماعی، حقوق بشر، مسولیت جمعی و احترام به تفاوت‌ها^۲ جایگاه مرکزی برای مددکاری اجتماعی دارند. مددکاری اجتماعی با تکیه بر نظریات مددکاری اجتماعی، علوم اجتماعی، علوم انسانی و دانش بومی، افراد و ساختارها را در بررسی چالش‌های زندگی و تقویت بهزیستی^۳ درگیر می‌کند» (فرانسیس و رول^۴، ۲۰۱۵). مددکاری اجتماعی یک خدمت حرفه‌ای است که بر دانش و مهارت‌های خاص برای کمک به افراد، گروه‌ها و یا جامعه قرار گرفته است تا بتواند استقلال شخصی و اجتماعی و رضایت خاطر فردی و اجتماعی بدست آورند. «هریس پرلمن» در کتاب خود تعریف زیر را از مددکاری اجتماعی ارائه داده است: مددکاری اجتماعی پدیده‌ای است پیچیده، پرتحرک و در عین حال متغیر و در حال تکامل، که از دانش‌های گوناگون بهره می‌گیرد و قواعد و اصول اخلاقی خاص در آن رعایت می‌شود. مددکاری اجتماعی فعالیت ویژه‌ای است که برخی از مؤسسات رفاه اجتماعی آن را به مراجعان خود عرضه می‌دارند و به آنان یاری می‌دهند تا با کارآیی بیشتری با مشکلات خود مقابله کنند. «مددکار اجتماعی» می‌بایست از یک طرف دارای حس نوع دوستی قوی، عشق به انسان‌ها و

^۱ The International Federation of Social Workers (IFSW)

^۲ diversities

^۳ well-being

^۴ Francis, Roll