

دو اصل مهم در پیشگیری از اعتیاد فرزندان

7 دی 1402

خانواده در پیشگیری از اعتیاد فرزندان موثر است چراکه بهترین شیوه برای رشد کودک در خانواده اتفاق می‌افتد، در این میان برنامه‌های پیشگیری از اعتیاد باید به گونه‌ای طراحی شوند که «عوامل محافظت‌کننده» از قبیل جنسیت، خلق و خو، هوش و مهارت‌های کلامی و همچنین «عوامل مخاطره‌آمیز» همچون وضعیت پایین اجتماعی-اقتصادی، تاریخچه خانوادگی سوء مصرف مواد، پیوستگی با همسالان مصرف‌کننده مواد، روابط و مراقبت ضعیف والدین و شروع زودرس مصرف مواد به عنوان دو اصل مهم در این زمینه مورد توجه قرار گیرند.

«خانواده» اولین حوزه‌ای است که در جامعه در معرض آسیب‌های اجتماعی قرار می‌گیرد، زیرا هسته اصلی هر جامعه‌ای را خانواده تشکیل می‌دهد. پس با سلامت خانواده، جامعه رو به سلامت خواهد رفت.

بهترین شیوه برای رشد کودک نیز در خانواده اتفاق می‌افتد. بیشتر مردم تصور می‌کنند خانواده‌ای طبیعی دارند چراکه فرق زیادی با سایر خانواده‌ها ندارند و مانند بقیه زندگی می‌کنند، حال آنکه اغلب از روی عادت «طبیعی» بودن برای توصیف وضعیت‌هایی به کار می‌رود که عمومیت دارند و همگانی هستند؛ به طور مثال در جامعه‌ای که والدین از تنبیه بدنی به عنوان مهم‌ترین ابزار تربیت فرزندانشان استفاده می‌کنند، کتک زدن عملی طبیعی به نظر می‌رسد، زیرا این کار در آن جامعه عمومیت دارد.

جامعه‌ای را در نظر بگیرید که خانواده‌ها برای برخورداری از امکانات مختلف مثل ادامه تحصیل، جنس مذکر را در اولویت قرار می‌دهند. در چنین جامعه‌ای که به دختران اجازه تحصیل داده نمی‌شود، بی‌سواد نگه‌داشتن دختر امری طبیعی جلوه می‌کند و این خانواده‌ها خود را «خانواده‌هایی طبیعی» می‌دانند، اما آیا این خانواده‌ها خانواده‌های سالمی هستند؟

خانواده ناسالم:

خانواده ناسالم آن خانواده‌ای نیست که آشکارا غیرطبیعی، بد و ناکار آمد باشد، بلکه برعکس اغلب خانواده‌های ناسالم، ظاهری طبیعی و خوب دارند، در حالیکه فرزندان چنین خانواده‌هایی فقط به لحاظ جسمانی به شکل بزرگسالانی در می‌آیند که تنها نقش آدم بزرگ‌ها را بازی می‌کنند بدون اینکه به معنای واقعی و از درون رشد کرده و بزرگ شده باشند. چنین افرادی کودکانی بزرگسال و به عبارتی وابسته هستند، یعنی کسانی که از درون احساس خلاء و پوچی و تلاش می‌کنند این خلاء را به شیوه‌های ناسالم پر کنند.

ازدواج خانواده

دکتر کبری درویش پیشه

مشاوره تلفنی ۲۴ ساعته

۰۹۱۰۲۹۰۴۷۵۸



به طور کلی برنامه‌های پیشگیری از اعتیاد باید به گونه‌ای طراحی شوند که عوامل محافظت‌کننده از قبیل جنسیت، خلق و خو، هوش و مهارت‌های کلامی، کارکردهای عملی و حل مسئله، حمایت خانوادگی و روابط با افراد مهم، پیشرفت تحصیلی، مذهبی بودن، درک آسیب‌زایی مواد، ناخشنودی دیگران از مصرف مواد و عوامل مخاطره‌آمیز از قبیل وضعیت پایین اجتماعی-اقتصادی، تاریخچه خانوادگی سوء مصرف مواد، پیوستگی با همسالان مصرف‌کننده مواد، روابط و مراقبت ضعیف والدین، شروع زودرس مصرف مواد، ضعف در کنترل خود، ریسک‌پذیری و مخاطره‌جویی، خشم، خشونت و پرخاشگری، مقابله اجتنابی و بی‌پاورانه، ظرفیت انحراف، اختلال در سلوک و شخصیت ضداجتماعی و رخدادهای منفی زندگی را مورد توجه قرار دهند.

این برنامه‌ها باید تمام اشکال سوء مصرف مواد را در بر بگیرند. در صورتی که برنامه‌های پیشگیری نوجوانان به جای روش‌های آموزشی یک سویه در برگیرنده روش‌های تعاملی مانند گروه‌های مباحثه با همسالان باشد، موفق‌تر خواهد بود.

این برنامه‌ها باید تداوم داشته باشند؛ به طور مثال برنامه‌های مدرسه‌محوری که برای دوره‌های دبستان و راهنمایی طراحی و اجرا می‌شوند باید جلسه‌های پیگیری در دوره دبیرستان را نیز در خود جای دهند. هر چه مخاطبان بیشتر در معرض خطر باشند، برنامه باید فشرده‌تر باشد و زودتر شروع شود. این برنامه‌ها باید با توجه به دوره سنی خاص از نظر رشدی مناسب و از نظر فرهنگی حساس باشند.

برنامه‌های معطوف به خانواده از رویکردهای معطوف به والدین یا کودکان به تنهایی موثرتر است. این رویکرد به بهترین وجه عوامل خطرزا را کاهش داده و عوامل محافظت‌کننده را تقویت می‌کند.

فرزندپروری مثبت، عاملی محافظت‌کننده و قدرتمند در برابر آسیب‌ها

پژوهش‌ها نشان می‌دهد فرزند پروری مثبت یک عامل محافظ قدرتمند در تامین نیازهای اساسی فرزندان است. عوامل خانوادگی و والدینی نقشی بنیادین در تمام دوران کودکی و نوجوانی دارند و به عنوان عاملی مهم، در نحوه شروع مصرف مواد در نوجوانان موثر هستند.

گرچه دوستان و همسالان می‌توانند نقش مهمی در سوق دادن نوجوان به سوء مصرف مواد داشته باشند،

خانواده می‌تواند با ایجاد رابطه‌ای مثبت در جلوگیری از درگیری نوجوان با رفتارهای مشکل‌ساز از جمله سوء مصرف مواد، نقش مهمی در جلوگیری داشته باشد. زمانی که نوجوان رابطه خوبی با والدین خود دارد، به احتمال زیاد دوستانی را انتخاب می‌کند که آنان نیز تاثیر مطلوبی بر او بگذارند.