

نقش خانواده

در

پیشگیری

و

درمان

اعتیاد

محمد ناصری

حسن قربانی

امین بیانی

ناصری، مسعود، ۱۳۶۶ -	سرشناسه
نقش خانواده در پیشگیری و درمان اعتیاد / مسعود ناصری، حسن قربانی، امین بیانی.	عنوان و نام پدیدآور
گرگان: انتشارات نوروزی، ۱۳۹۸.	مشخصات نشر
۱۲۴ ص.	مشخصات ظاهری
978-622-02-0353-7	شابک
فیبا	وضعیت فهرست نویسی
کتابنامه: ص. ۱۲۳ - ۱۲۴.	یادداشت
Drug addicts -- Iran -- Family relationships	موضوع
معتادان به مواد مخدر -- ایران -- روابط خانوادگی	موضوع
Children of drug addicts -- Iran -- Family relationship	موضوع
فرزندان اعتیاد -- ایران -- روابط خانوادگی	موضوع
Drug addiction -- Iran -- Prevention	موضوع
اعتیاد -- ایران -- پیشگیری	موضوع
Drug addiction -- Iran -- Treatment	موضوع
اعتیاد -- ایران -- درمان	موضوع
Parenting-- Iran	موضوع
رفتار والدین -- ایران	موضوع
قربانی، حسن، ۱۳۶۳ -	شناسه افزودن
بیانی، امین، ۱۳۶۷ -	شناسه افزودن
۵۸۴/۱۷، ۱۳۹۸، ۲۱۷، ۹/ف	رده بندی کنگره
۳۹۳۰۹۵۵/۳۶	رده بندی دیویی
۸۰۰۰۳۷	شماره کتابشناسی ملی

نقش خانواده در پیشگیری و درمان اعتیاد

تالیف: مسعود ناصری - حسن قربانی - امین بیانی

صفحه آرا و طراح جلد: بهاره عزت تبار

نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۸

مشخصات ظاهری: ۱۲۴ ص

قطع: وزیری

شمارگان: ۱۰۰

شماره شابک: ۷-۰۳۵۳-۰۲-۶۲۲-۹۷۸

چاپ و نشر: نوروزی - ۰۱۷۳۲۲۴۲۲۵۸

قیمت: ۲۲۰۰۰ تومان

حق چاپ برای نویسنده محفوظ می باشد.



نشانی: گلستان، گرگان، خیابان شهید بهشتی، بازار رضا (ع)، ۰۱۷-۳۲۲۴۲۲۵۸

دورنگار: ۰۱۷-۳۲۲۴۰۰۴۷ آدرس الکترونیکی: Entesharate.noruzi@gmail.com

سایت انتشارات: www.Entesharate-noruzi.com

فهرست

۹	 مقدمه
۱۱	 دیدگاه‌های موجود در زمینه اعتیاد
۱۶	 سه مرحله استعمال مواد مخدر
۱۸	 علل گرایش به اعتیاد در نوجوانان و جوانان
۲۳	 خانواده و دوران قبل از تولد
۲۵	 فصل اول: خانواده
۲۶	 نقش خانواده در اعتیاد
۲۶	- همه چیز با شما شروع می‌شود
۲۸	- پدر یا مادر به عنوان نقش نمونه
۲۸	- رفتار خود را کنترل و تصحیح کنید
۲۸	- پاسخ به پرسشهایی درباره رفتارشان
۳۱	- آموزش با نمونه
۳۲	- رهنمودهایی برای شرکت در میهمانی‌ها
۳۵	- خلاصه رهنمودهایی برای پدران و مادران فعال و دلسوز
۳۶	- پدر و مادری کردن برای ایجاد عزت نفس
۴۲	- عناصر ضروری
۴۳	- آیا با فرزندانان صحبت می‌کنید؟
۴۵	 عوامل خانوادگی
۴۵	- زمینه‌های خانوادگی
۴۵	- فقر مادی خانواده
۴۶	- تیرگی رابطه والدین
۴۶	- رفاه اقتصادی خانواده (رفاه زدگی)
۴۷	- طلاق

انواع خانواده‌ها.....	۵۲
- داشتن خانواده آسیب پذیر.....	۵۲
- خانواده پر تنش.....	۵۲
- خانواده‌های تک سرپرست و بی سرپرست.....	۵۲
- خانواده بد سرپرست.....	۵۳
- خانواده‌های دارای مشکل ارتباطی.....	۵۳
- خانواده‌های دارای مشکلات تربیتی.....	۵۴
- خانواده از هم گسیخته.....	۵۴
- خانواده رخت گیر و مستبد.....	۵۵
- خانواده‌های سهل انگار.....	۵۵
- خانواده‌های معتاد.....	۵۵
- خانواده‌های منحل.....	۵۶
- خانواده متزلزل.....	۵۶
- خانواده متعادل.....	۵۷
دوران نوجوانی، انحرافات و بزهکاری.....	۶۱
علل و عوامل بزهکاری.....	۶۴
پیشگیری از بزهکاری.....	۶۹
فصل دوم: پیشگیری.....	۷۱
مهم‌ترین عوامل در پیشگیری از گرایش فرزندان به اعتیاد.....	۷۲
- اعتماد به نفس.....	۷۲
- ناتوانی در ابراز وجود.....	۷۴
- عدم توانایی " نه " گفتن در مقابل همسالان و دوستان.....	۷۴
- عدم مسئولیت پذیری.....	۷۵
- عدم تحمل ناکامی و شکست.....	۷۵
- باورهای نادرست در مورد مصرف مواد.....	۷۵
- دوستان فرزندان را بشناسید.....	۷۶
- در منزل قانونگذاری کنید.....	۷۶
- با فرزندان بی پرده و صریح در مورد مواد مخدر و روانگردانها صحبت کنید.....	۷۶
- با فرزندان پیوند عمیق ایجاد کنید.....	۷۷

- فرزند خود را به انجام فعالیتهای ورزشی ترغیب کنید..... ۷۷
- احترام گذاشتن ۷۷
- به فرزندانمان اعتماد کنیم ۷۸
- کارهای خوب فرزندانمان را تشویق کنیم ۷۸
- کاری کنیم که فرزندانمان از بودن در کنار ما لذت ببرند ۷۸
- در صورت بروز بحران برای فرزندان برخورد مثبت داشته باشیم ۷۹
- از تکرار بیش از حد حرفها جلوگیری کنیم ۷۹
- از تحویلهای روز آگاه باشیم..... ۷۹
- از مخوی پرهیز کنیم وقدرت نفوذمان را افزایش دهیم..... ۷۹
- از اظهار نظر عجولانه پرهیز کنیم ۸۰
- از فعالتهای سازنده، رفت و آمد فرزندانمان آگاه باشید..... ۸۰
- فنون مقاومت را فرزندان خود آموزش دهید..... ۸۱
- کاوش و تشخیص سازها را آگاهانها..... ۸۳
- عدم پابندی مذهبی ۸۳
- راهکارهایی که والدین باید برای پیشگیری از اعتیاد فرزندان آگاه باشند:..... ۸۷
- دادن اطلاعات در مورد مضرات مصرف مواد مخدر..... ۸۷
- تغییر نگرشهای مثبت و تثبیت نگرشهای منفی نسبت به مواد مخدر..... ۸۷
- اولویت دادن به ارزشهای اجتماعی ۸۹
- ارزش سلامت فردی ۸۹
- هر مصرفی ممکن است منجر به اعتیاد شود..... ۸۹
- عادی نبودن مصرف مواد مخدر..... ۹۰
- استفاده از ارزش دادن نوجوانان به ظاهر خود و پذیرفته شدن از طرف دیگران..... ۹۰
- قابل اعتماد نبودن افراد معتاد..... ۹۰
- بر دانش خود بیفزایید..... ۹۱
- از وقایع جاری و روزمره آگاه باشید..... ۹۱
- در دسترس باشید، دخالت کنید، گوش دهید..... ۹۱
- حمایت پدر و مادر..... ۹۲
- قوانین و مقررات مستحکمی برقرار کنید و پیامدهایی را برای شکستن این قوانین ایجاد کنید..... ۹۳
- آمر و مقتدر باشید..... ۹۳

- ممتاز بودن در امور درسی و تحصیلی را ترغیب کنید..... ۹۴
- دوستان و آشنایان فرزندان را بشناسید..... ۹۴
- از ناپسند شمردن و رد دوستان فرزندان نترسید..... ۹۴
- ایمن کردن اینترنت برای فرزندان..... ۹۵
- راهبردها و اندیشه‌هایی زیرکانه برای پرورش فرزندان آزاد از اعتیاد..... ۹۶
- کسب اطلاعات (اطلاع رسانی)..... ۹۷
- صحبت کردن (مشاوره)..... ۹۷
- الگوی مناسب بودن..... ۹۸
- خوب گوش کردن..... ۹۸
- خواندن نامه‌ها..... ۱۰۰
- نشانه‌های رفتار..... ۱۰۱
- نشانه‌های فیزیکی..... ۱۰۳
- راهکارهایی که می‌تواند فرزندان را از مرز مخدر دور نگه دارد..... ۱۰۵
- ایجاد خود ارزشمندی در کودکان..... ۱۰۵
- آموزش مقررات و رفتار اجتماعی..... ۱۰۶
- تأثیر مدل شخصیتی والدین..... ۱۰۷
- تأثیر تعدیل خواسته‌های فرزندان..... ۱۰۸
- تأثیر ارتباط عاطفی با فرزندان..... ۱۰۸
- تأثیر گروه‌های همسن بر روی نوجوانان..... ۱۰۹
- فصل سوم: درمان..... ۱۱۱**
- نقش خانواده در درمان اعتیاد..... ۱۱۲
- تکنیک‌هایی که خانواده می‌تواند جهت درمان افراد وابسته به مواد به کار گیرد..... ۱۱۴
- توجه به انگیزه درونی..... ۱۱۴
- تأکید بر زود گذر بودن علائم ناخوشایند (عوارض جسمی)..... ۱۱۴
- تأکید بر زشت و ناپسند بودن اعتیاد..... ۱۱۵
- یافتن دوستان جدید..... ۱۱۵
- بیان تجربیات افراد موفق در درمان..... ۱۱۵
- بیان عواقب و خطرات مصرف مواد اعتیاد آور..... ۱۱۵
- برقراری رابطه عاطفی..... ۱۱۶

- چندین نکته کلیدی برای والدین ۱۱۷
- فرزند شما به امنیت روحی احتیاج دارد: ۱۱۷
 - برای فرزندان خود شخصیت قائل شوید و با او درست صحبت کنید: ۱۱۸
 - به فرزندتان آزادی بدهید: ۱۱۸
 - کودکان به یک الگوی واقعی احتیاج دارند: ۱۱۹
 - فرزند شما به تحرک و تغذیه صحیح احتیاج دارد: ۱۲۰
 - فرزند شما به دوست احتیاج دارد و محیطی که او را درک کند: ۱۲۰
 - فرزند شما در زندگی به هدف و انگیزه احتیاج دارد: ۱۲۱
- منابع ۱۲۳

مقدمه

خانواده اولین مکان رشد شخصیت تشکیل باورها و الگوهای رفتاری فرد است. خانواده علاوه بر اینکه محل حفظ رشد افراد و کمک به حل استرس است. منبعی برای تنش مشکل و اختلال نیز می باشد.

نا آگاهی والدین، ارتباط ضعیف والد و کودک، فقدان انضباط در خانواده، خانواده متشنج یا آشفته و از دست دادن گریخته احتمال ارتکاب به انواع بزهکاری ها مانند سوء مصرف مواد را افزایش می دهد. همچنین والدینی که مصرف کننده مواد هستند باعث می شوند فرزندان با الگو برداری از رفتار آنان صرف مواد را یک رفتار بهنجار تلقی کرده و رفتار مشابهی پیشه کنند.

پیوند و تعامل مثبت بین فرد و والدین از سنین کودکی موجب ارضای نیازهای عاطفی - روانی کودک می شود. این افراد با تجربه روابط منطقی و قابل پیش بینی، کمتر دچار انحرافات شخصیتی می شوند و مهارت های کونایونی را که لازم برقراری روابط سالم بین فردی و اجتماعی است می آموزد و با داشتن حس تعلق و وابستگی کمتر احساس تنهایی و انزوا نموده و به دامن اعتیاد کشیده نمی شوند.

محققان اجتماعی معتقدند که جامعه از خانواده تشکیل شده است و هرگاه افراد به وظایف خانوادگی خویش عمل نکنند جامعه دچار مشکل می شود. از طرفی خانواده اولین محیطی است که افراد در آن آموزش می بینند و طبق نظریه های روانشناختی تأثیری که محیط خانواده در شکل گیری شخصیت کودک دارد منحصر به فرد است.

خانواده کوچکترین واحد اجتماعی است که بر اساس تشکیل جامعه، حفظ عواطف انسانی را بر عهده دارد. در خانواده هریک از اعضای دارای نقش خاص بوده و درعین حال این نقشها مکمل یکدیگر می باشند. در درون خانواده است که فرد الگوی رفتاری عاطفی و

هیجانی خود را با دیگر اعضا دادوستد نموده و به انتقال حالات و نشانه و سیاست های خود می پردازد.

از دیگر وظایف مهم خانواده برقراری روابط عاطفی بین زن و شوهر و فرزندان می باشد و به همین دلیل فرزندی که از خانواده هایی با روابط عاطفی سالم پرورش می یابد بسیار کمتر دچار آسیب و انحراف می شوند لذا یکی از علل گرایش جوانان و نوجوانان به سمت مواد مخدر داشتن خانواده های آسیب پذیر و نابسامان است.

شیوه برقراری ارتباط اجتماعی از سوی والدین تأثیر بسیار مهمی دارد زیرا نشان می دهد چگونه می توان وقایع خوب را با دوستان سپری کرد. و از اهمیت ویژه ای برخوردار است که آیا والدین با برگذری همسایه های فراوان مهمان نوازی خود را با تعارف مواد مخدر والکل نشان نمی دهند یا برعکس کاهش فشار محیط و همچنین سرگرم کردن جمع از مواد مخدر استفاده می کند.

با تشکر

م. ناصری

Masoooud.naseri@yahoo.com