

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

طراحی آموزش مهارت‌های مقابله با اعتیاد و آسیب‌های اجتماعی

ترتیبی و تألیف:

مازیه دهقان منشلی، غریب زارع، محمود شهامت

سرشناسه	: دهقان منشادی، ماریه، ۱۳۶۳
عنوان و نام پدیدآور	: کتاب کار طرح آموزش مهارت‌های مقابله با اعتیاد و آسیب‌های اجتماعی / مؤلفان ماریه دهقان منشادی، غریب زارع، محمود شهامت.
مشخصات نشر	: شیراز: تخت جمشید، ۱۳۹۵
مشخصات ظاهری	: ۸۰ص.؛ ۲۱/۵×۱۴/۵ س.م
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۲۸۳-۱۷۷-۴
وضعیت فهرست‌نویسی	: فیپا
موضوع	: اعتیاد -- درمان
موضوع	: اعتیاد -- پیشگیری
موضوع	: اعتیاد -- ایران -- جنبه های اجتماعی
شناسه افزوده	: غریب، ماریه، ۱۳۴۵
شناسه افزوده	: شهامت، محمود، ۱۳۴۸
رده‌بندی کنگره	: HV ۱۷۵/۲۰۱ ۱۳۹۵
رده‌بندی دیویی	: ۳۶۲/۲۸
شماره کتابشناسی ملی	: ۴۱۹۰۴۷۳



کتاب کار طرح آموزش مهارت‌های مقابله با اعتیاد و آسیب‌های اجتماعی

ماریه دهقان منشادی: کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی، دانش‌جو، برای مشاوره خانواده

غریب زارع: کارشناس ارشد روان‌شناسی تربیتی، مشاور، مدرس آموزش خانواده، عضو هیأت مدیره نظام روان‌شناسی و مشاوره

محمود شهامت: کارشناس ارشد روان‌شناسی عمومی، مشاور، عضو سازمان نظام روان‌شناسی و مشاوره

ناشر: انتشارات تخت جمشید ■ شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۸۳-۱۷۷-۴ ■ شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

ویراستار: داراب زارع ■ صفحه‌آرا: مریم رعیتی ■ طرح جلد: مؤگان رضایی

چاپ و صحافی: فخر ایران ■ نوبت چاپ: اول ۱۳۹۵

قیمت: ۶۰۰۰ تومان

مرکز نشر: شیراز، خیابان پیروزی، انتشارات تخت جمشید، تلفن: ۰۷۱-۳۲۲۴۵۴۰۱

مرکز پخش: انتشارات قشقایی، تلفن: ۰۷۱-۳۲۲۲۶۲۷۰

Web Site: www.parsnashr.ir

E-mail: nashershiraz@yahoo.com

به سفارش اداره کل آموزش و پرورش استان فارس (اداره مراقبت در برابر آسیب‌های اجتماعی)

کلیه حقوق برای اداره کل آموزش و پرورش فارس محفوظ است.

مهارت‌های حل مسئله

۴	مقدمه
۵	درس ۱: مهارت حل مسئله
۱۷	درس ۲: مهارت تصمیم‌گیری
۲۹	درس ۳: مهارت تفکر انتقادی
۳۷	درس ۴: تنظیم هیجان
۶۴	درس ۵: آشنایی با رفتارهای پر خطر
۷۹	منابع

سالانه میلیون‌ها نفر دانش‌آموز در مدارس مشغول به تحصیل هستند و تقریباً حدود شش ساعت از عمر خود را در طول روز با معلمان، همکلاسی‌ها، دوستان و... می‌گذرانند. مابقی ساعات روز را هم در خانواده و جامعه سپری می‌کنند.

علی‌رغم فعالیت‌ها و تلاش‌های برنامه‌ریزان، معلمان و والدین، شاهد خبرهای نگران‌کننده‌ای در مورد وضعیت اخلاقی، عاطفی، تحصیلی و اجتماعی دانش‌آموزان هستیم. دانش‌آموزانی که به دلایل مختلف قادر به استفاده از آموخته‌های خود نیستند. توانایی‌های لازم برای حل مسایل خود را ندارند، قادر به تصمیم‌گیری صحیح در مورد مسائل شخصی و اجتماعی خود نمی‌باشند، تک‌رو و خودمحور هستند، ارزش‌ها و فرهنگ جامعه خود را خوب نمی‌شناسند، به راحتی تحت تأثیر برنامه‌ها و تبلیغات مخرب قرار می‌گیرند.

در حال حاضر همه دانش‌آموزان، خودکام و نوجوانان) ما نیاز به یادگیری بیشتر در زمینه مهارت‌ها و رشد توانایی‌های روانی - اجتماعی خود دارند که در این میان نوجوانانی که یکی از بستگان آن‌ها مصرف‌کننده مواد مخدر می‌باشند، چالش بیشتری مواجه هستند که ماندن در آن چالش‌ها و عدم توانایی در حل آن‌ها ممکن است آسیب‌های جدی‌تر و بیشتری را برای نوجوانان در پی داشته باشد. به همین دلیل آموزش مهارت‌های مقابله با اعتیاد و مهارت‌هایی از این دست و به کارگیری آن‌ها در زندگی روزمره از ضروریات اساسی آموزش به دانش‌آموزان است.

یکی از جنبه‌های کم‌نظیر این کتاب آن است که مشکلات و چالش‌های نوجوانان را پوشش می‌دهد. این کتاب، کنار آمدن با وضعیت‌هایی همچون طرد شدن و کنار آمدن با وضعیت‌های دشوار زندگی و اتخاذ تدابیر منطقی برای مقابله با وسوسه امتحان کردن مواد مخدر، پوشش می‌دهد. بسیاری از تمرین‌های این کتاب مهارت‌های تفکر انتقادی برای پذیرش خود، کنترل هیجانات مشکل‌ساز و غلبه بر رفتارهای ناکام‌کننده را آموزش می‌دهد.

این کتاب با بهره‌گیری از پژوهش‌های انجام شده و کارهای مطالعاتی برای این منظور تهیه گردیده، امید است بتوانیم به نحوی شایسته به این مهم بپردازیم و در آموزش مهارت‌های لازم به دانش‌آموزان و نوجوانان نقشی ایفا نماییم.