

علل گرایش جوانان و نوجوانان به سوء مصرف مواد اعتیاد

تا به حال به این مسئله فکر کردین که چطور یک نفر به مواد مخدر معتاد میشه؟ آیا به نتیجه خاصی هم رسیدین یا نه؟ در این جزوه علل مختلف گرایش جوانها را به مواد اعتیاد آور بررسی می کنیم.

بسیاری از جوانها و حتی پدر و مادر ها فکر می کنن که دلیل اعتیاد فرد، اصرار دوستان بوده است. در حالی که این تنها انگیزه سوء مصرف مواد در جوانان نیست. اگر بخواهیم انگیزه های مصرف مواد مخدر جوانها را بشناسیم، فهرست بلند بالایی میشه، نگاه کنین:

کنجکاوی، کسب لذت، تسکین درد، فراموش کردن مشکلات، شوخی و خنده، هیجان طلبی یا میل به خطر کردن، احساس بزرگ شدن، پیوستن به گروهی خاص و ... این علل با وجود این که چندان مهم به نظر نمی رسند، باعث اعتیاد میلیونها انسان شده اند. بیشترین علت اعتیاد جوانان در ایران دو عامل کنجکاوی و کسب لذت است.

امروزه متخصصین، یک عامل را زمینه ساز اعتیاد نمی دانند و معتقدند عوامل مختلف دست به دست هم میدن و فرد را معتاد می کنن. این عوامل تشکیل شدن از عوامل فردی (عوامل روانی، زیستی، و بیولوژیک)، عوامل خانوادگی و عوامل

اجتماعی، هر کدام از این سه عامل به تنهایی نیز قادرند تا موجب گرایش فرد به اعتیاد شوند.

یکی از مهمترین عوامل گرایش جوانان و نوجوانان به مصرف مواد اعتیاد آور کنجکاو و هیجان طلبی است.

عوامل فردی

فشار های عصبی و بیماریهای روحی: کسانی که دائماً در معرض فشار های عصبی و محیطی قرار دادن، بیشتر از دیگران در معرض خطر گرایش به اعتیاد هستند. موقعیت هایی همانند کنکور، ازدست دادن نزدیکان، شکستهای عاطفی، مالی، شغلی، تحصیلی، انتخاب همسر و ... ممکن است در زندگی هر جوانی پیش آید و اگر شما راه صحیح مقابله با آنها را ندانید، امکان دارد برای دست یابی به تسکین و آرامش مقطعی، به مواد اعتیاد آور روی آورید. از آن جایی که امروزه رابطه بین بیماریهای روانی و اعتیاد به اثبات رسیده، خیلی خوب است که جوانها به جای راه حلهای مقطعی و نادرست (توسل به مواد اعتیاد آور ...) به فکر یافتن راه حلهای مناسب برای رفع مشکلات خود باشند.

سن بحرانی: سنین شانزده تا بیست و چهار سال، سنین پر خطری برای جوانان محسوب میشوند.

شخصیت های خاص: بعضی از افراد با خصوصیات شخصیتی خاص خودشان، بیشتر در معرض خطر اعتیاد قرار می گیرن، به طور مثال کسی که به خاطر خجالت و رو در بایستی ، توان نه گفتن به دوستش را نداره، ممکنه با هر تعارف ساده به مصرف مواد آلوده بشه. ممکنه یک نفر در نتیجه کمبود اعتماد به نفس سراغ مواد بره و یا بر عکس اعتماد به نفس بالایی داشته باشه و فکر کنه که با مصرف مواد به هیچ وجه معتاد نمی شه. حالا فردی را تصور کنید که دائماً تو خودشه و با کسی حرف نمی زنه. این فرد بدنبال مصرف مواد، اخلاش عوض میشه و فکر میکنه می تونه مشکل رفتاری خودش را تا آخر عمر با مصرف مواد بر طرف کنه. در صورتیکه اعتیاد به مرور زمان مشکلات او را چندین برابر و چند برابر خواهد کرد. جوانی که دائماً نظرش عوض میشه و در تصمیم گیری ضعیفه، در آن لحظه خاص که باید برای یک عمر زندگیش تصمیم بگیره، اشتباه می کنه و همه چیز خراب میشه.

مشکلات جسمانی: بعضی ها برای تسکین درد از مواد مخدر استفاده می کنن. در صورتی که پزشکان با بهره گیری از داروهای مسکن، میتونن طوری درد رو کنترل کنن که فرد به آن داروها وابسته نشه.

عدم آگاهی از خطرات مصرف مواد مخدر:

گروهی دائماً در حال تبلیغ برای مواد مخدر هستن، برای این که یا رفتار خودشون رو توجیه کنن و یا مواد شون رو بفروش برسونن. ولی اگر جوانها از خطرات و

عوارض مصرف مواد واقعاً اطلاع درستی داشته باشن، محاله که هر گونه ماده اعتیاد آوری را مصرف کنن.

نگرش مثبت به مواد مخدر: مجموع اطلاعات غلط و باورهای نادرست، موجب میشه که فرد، نگرش و دیدگاه مثبتی نسبت به مصرف مواد مخدر پیدا کنه و زشتی مصرف برایش از بین بره. اینکه ببینیم اطلاعات درست را از کجا بگیریم و از کی بشنویم، اهمیت زیادی داره.

مشاغل خاص: بعضی از مشاغل خاص که فعالیت جسمی سنگین و تغییر ساعتهای خواب و بیداری را به دنبال دارن، فرد را مستعد ابتلا به اعتیاد می کنن، کسانی که این مشاغل رو دارن، باید بیشتر مراقب خودشون باشند.

اضطراب، افسردگی شدید، پرخاشگری و رفتارهای ضد اجتماعی، زمینه ساز بروز اعتیاد هستند.

عوامل خانوادگی

ممکنه همه خانواده ها، در همه زمینه ها، کاملاً موفق نباشن. ساختار خانواده ها همیشه یکسان نیست. بعضی از خانواده ها، بی سرپرست و یا تک سرپرست هستن. این چنین خانواده هایی، معمولاً با مشکلاتی مواجه می شوند. مشکلات و دشواریهای خانوادگی، در شرایط دیگری نیز پیش می آید. مثلاً وقتی که در بین افراد خانواده، فردی معتاد است، تعداد افراد خانواده زیاد هستن و یا روابط خانوادگی متشنج است.

اگر چه همه این عوامل مشکل آفرین هستند، اما باید بدانی که برای هر مشکلی یک راه حل درست و منطقی وجود دارد. استفاده از مواد اعتیاد آور ، قطعاً راه حل این مشکلات نیست و بر این دشواری ها خواهد افزود.

چنانچه تو با یکی از این مشکلات مواجه هستی به چگونگی رفع آن ها فکر کن، با مشاور مدرسه یا یک بزرگتر مورد اعتماد مشورت کن. مطمئناً راه حل مناسبی برای حل مشکلات خودت پیدا می کنی.

اعتیاد راه حل مشکلات نیست.

در خانواده های پرتنش روابط عاطفی بین اعضا کاهش می یابد و احتمال گرایش آنان به اعمال بزه کارانه و مواد اعتیاد آور بسیار بیشتر است.

اوقات فراغت و فعالیتهای جایگزین

آیا در زندگی برنامه ریزی داری؟ اوقات بیکاری ات را چگونه می گذرونی؟ اگر برای زندگی برای اوقات کاری و اوقات بیکاری ات برنامه نداری، مواظب باش، چون این خودش یک زنگ خطر.

به چیزهایی که علاقه داری فکر کن، استعدادهای خودت را بشناس و سعی کن زندگی را با چیزهایی که تو را سرگرم می کنه و دوستشون داری، پر کنی. مثلاً

عده ای از بچه ها به ورزش روی میارن، عده ای دیگه مطالعه در کتابخانه ها و فرهنگسرا ها را ترجیح میدن، بعضی از جوانان به کارهای هنری مثل تئاتر، موسیقی... می پردازن و یا به کلاسهای مختلف میرن. تو چکار می کنی؟ پرداختن به کوه نوردی، شنا، اردو و مسابقات فرهنگی، ورزشی و مطالعه.. می تونه تو را از خطر اعتیاد حفظ کنه.

خیلی خوبه که برای هر روزمان، یک برنامه مشخص داشته باشیم و آن را همان روز انجام بدهیم.

طبق تحقیقات کارشناسان امور اجتماعی و روان شناسان ، علل و انگیزه های گرایش به اعتیاد بسیارند و ما در اینجا به اجمال به برخی از آنها اشاره می کنیم .

۱- بلوغ و نوجوانی

دوران بلوغ و نوجوانی یکی از حساس ترین دوره های زندگی به شمار می رود. در این دوره ی سنی خصوصیتی از قبیل تشخیص طلبی ، اعلام استقلال ، مخالفت جویی ، خودنمایی ، تبعیت از گروه های مرجع و ده ها صفت دیگر بروز می کند. دوره جوانی زمان بحران و شورش است. جوان با دارا بودن ویژگی خاص خود به دنبال هیجان است و در این راه اغلب به بیراهه کشیده می شود.

نتایج بررسی ها نشان می دهد که نوجوانان و جوانان ، بیشتر از گروه های سنی دیگر در معرض خطر اعتیاد قرار می گیرند.

۲- اختلافات خانوادگی و تضاد و کشمکش بین والدین

درگیری های خانوادگی بین والدین موجب می شود که فرزندان از مراقبت و کنترل لازم برخوردار نباشند. این وضعیت و فضای نامناسب و نامساعد خانوادگی و عدم صمیمیت بین افراد خانواده موجب می گردد که فرزندان چنین خانواده ای برای خود دوستانی بیابند و با اهمال و غفلتی که در پرورش آنها شده، به سوی اعتیاد سوق داده شوند.

۳- دوستان ناباب و معتاد

برخی از افراد سست عنصر و بی اراده وقتی می بینند دوستانشان با مصرف مواد مخدر نگرانی ها و گرفتاری های روحی خود را " خاموش می کنند " ، و حالت " آرامش " و " شادی موقتی " به دست می آورند، از روی کنجکاوی ترغیب می شوند تا با چند بار مصرف ، حالتی مانند آنان به دست آورند. اما همین گرایش موقت موجب اعتیاد می گردد و یک عمر بدبختی و پشیمانی را در پی می آورد.

۴- نابسامانی های زندگی و بیکاری

بیکاری و فرار از مشکلات زندگی و عدم توانایی فرد در روبرو شدن با مسائل اجتماعی از دیگر عواملی هستند که موجب می شوند شخص، مواد مخدر را پناهگاهی برای خود تلقی کند و به آن پناه ببرد.

۵- تنهایی، احساس بی پناهی، نداشتن دوستان خوب

تنهایی و بی کسی و شکست های اجتماعی و نداشتن دوستانی صالح، امین، دلسوز و مهربان نیز ممکن است فرد را به طرف اعتیاد سوق دهد.

۶- فشارهای عصبی و روانی

در اکثر اوقات عوامل روانی و فشارهای عصبی، کششی برای اعتیاد در فرد به وجود می آورد. مشکلات و نیازهای روانی و عاطفی برآورده نشده و عوامل نامساعد و ناراحت کننده ی زندگی، شخص را به طرف مواد مخدر سوق می دهد.

۷- لذت های نفسانی زودگذر

گروهی نیز با تصویری نادرست برای پیدا کردن آرزوهای گمشده خود به مصرف مواد مخدر روی می آورند و آن را منبع لذت و خوشحالی و رفع نیازمندی های خود می پندارند.

۸- فراوانی و در دسترس بودن مواد مخدر

نمی توان انکار کرد که فراوانی مصرف مواد مخدر و در دسترس بودن و تهیه آسان آن، افراد معتاد و توزیع کنندگان را بر می انگیزاند و تأثیر بسیاری در معتاد کردن افراد زودباور به ویژه نوجوانان و جوانان دارد.

۹- توهم لذت جنسی بیشتر

برخی از افراد، ریشه اعتیاد را در رابطه با امور جنسی می دانند و تصور می کنند مصرف مواد مخدر لذت جنسی را افزایش می دهد، اما واقعیت این است که مصرف مواد مخدر نه تنها توانایی جنسی را زیاد نمی کند، بلکه موجب اختلال در تعادل هورمون های جنسی و عقیمی در مردان و نازایی در زنان می شود.

۱۰- روی آوردن به کارهای خلاف شرع، عقل و عرف جامعه

در نزد فرد معتاد، ترس، وحشت و بزدلی جانشین شجاعت و شهامت و از خودگذشتگی می شود و چون فرد معتاد به کار و شغل شرافتمندانه بی اعتنا می گردد، ناچار برای به دست آوردن مواد مخدر و توهم درآمد بیشتر به کارهای خلاف شرع، عقل و عرف اجتماع مانند تکدی و دزدی روی می آورد یا واسطه فروش مواد مخدر می شود.

اصولی ترین راه پیشگیری اعتیاد و درمان معتادان

باید دانست تا زمانی که مصرف کننده مواد مخدر داشته باشیم، موادمخدر از راه های مختلف به داخل کشور راه می یابد. بنابراین با اقدامات مؤثر در برخورد با

قاچاقچیان مواد مخدر در داخل کشور و مناطق مرزی، راه حل های زیر نیز جهت کاهش، پیشگیری و درمان معتادان ارائه می گردد:

۱- تحقیقات وسیع علمی به منظور شناسایی دقیق علل روی

آوردن افراد، به ویژه جوانان به اعتیاد

باید زمینه برای تحقیقات مراکز پژوهشی فراهم شود تا زمینه رشد این بلای خانمانسوز از میان برود و دیوار نامریی نیز در برابر اعتیاد به وجود آید. در بسیاری از کشورهای جهان، کارشناسان پس از سال ها تجربه به این نتیجه رسیده اند که اصلی ترین راه مبارزه با مواد مخدر و خشکانیدن ریشه اعتیاد، برچیدن زمینه و انگیزه اعتیاد در نسل جوان است.

۲- آموزش عمومی درباره علل و پیامدهای اعتیاد

آموزش عمومی و پیشگیری از اعتیاد باید به عنوان یک فرهنگ در جامعه همگانی شود.

۳- شناخت دقیق نیازهای جوانان

اساسی ترین نیازهای جوانان، تحصیل، اشتغال، ازدواج، مسکن، امکانات سالم تفریحی و ورزشی و... می باشد. با شناخت دقیق نیازها و تصمیم جدی برای برطرف نمودن این نیازها در حد توان توسط خانواده ها، جوانان، مسئولین و... می توان امید جدی به پیشگیری از اعتیاد و درمان معتادان داشت.

۴- نقش رسانه ها و وسایل ارتباط جمعی

برنامه های مفید آموزشی، تربیتی، تفریحی و سرگرمی، وسایل ارتباط جمعی، بخصوص صدا و سیما می تواند در این زمینه، نقش مؤثری داشته باشد. زیرا برنامه های تلویزیونی جذاب و آموزنده، زمینه ساز گرایش جوانان به زندگی سالم و دوری از اعتیاد خواهند بود.

۵- نقش بهداشت

در تمام جهان، «بهداشت» مقدم بر «درمان» است. در اعتیاد نیز پیشگیری از طریق آموزش و تشویق مردم بخصوص نسل جوان باید در صدر کارهای ستاد مبارزه با مواد مخدر قرار بگیرد.

۶- مبارزه قاطع و پیگیر با سوداگران مرگ

۷- نقش نهادها، مؤسسات و مراکز فرهنگی

واضح است که برای دور نگهداشتن جوانان از این بلای خانمان سوز، نهادهایی چون مدرسه، مؤسسه های فرهنگی و ورزشی، نیروهای انتظامی، مؤسسه های مذهبی و... می توانند بسیار مفید و ثمربخش باشند، اما اهمیت هیچ کدام از آنها به پای خانواده نخواهد رسید. خانواده به عنوان اساسی ترین واحد جامعه نقش به سزایی در دور نگهداشتن فرزندان از مواد مخدر دارد.