

علل گرایش نوجوانان به اعتیاد و راه های پیشگیری آن حاتم لطف علی

طلبه سطح ۳ تخصصی تبلیغ و دانشجوی ارشد رشته فقه و مبانی حقوق دانشگاه آیت الله العظمی بروجردی

چکیده:

علل گرایش نوجوانان به اعتیاد می تواند به دلایل مختلفی برگردد. این علل شامل فشارهای اجتماعی، تاثیر همسالان، ناکامی در مدرسه یا زندگی خانوادگی، فرار از مشکلات روانی یا اجتماعی، و دسترسی آسان به مواد مخدر و الکل می باشد. برای پیشگیری از گرایش نوجوانان به اعتیاد، اقدامات مختلفی می توان انجام داد. از جمله این اقدامات می توان به ارتقای آگاهی و اطلاعات نوجوانان در مورد اثرات منفی مواد مخدر و الکل، تقویت مهارت های اجتماعی و ارتباطی آنها، ارائه حمایت و راهنمایی مناسب از سوی خانواده، مدرسه و جامعه، و ایجاد فرصت های سرگرمی و فعالیت های سالم برای نوجوانان اشاره کرد. همچنین نظارت دقیق و مداوم بر رفتار و فعالیت های نوجوانان نیز می تواند به پیشگیری از گرایش آنها به اعتیاد کمک کند. اعتیاد به مواد مخدر جزو یکی از غلط ترین عادت های زندگی است که می تواند زندگی فرد مبتلا به مصرف مواد مخدر و حتی اطرافیانش را به شدت تحت تاثیر قرار بدهد. متأسفانه این عادت غلط هر روز بیشتر در جامعه رشد می کند و بیشترین افرادی که در دام اعتیاد می افتند قشر جوان هستند. از آنجایی که جوانان و نوجوانان در حساس ترین و آسیب پذیر ترین دوران زندگی خود قرار دارند به راحتی ممکن است دچار اعتیاد شوند.

کلمات کلیدی: اعتیاد، نوجوانان، اجتماع، خانواده، استرس.

مقدمه:

گرایش نوجوانان به اعتیاد یکی از مشکلات جدی جامعه است که به عنوان یک موضوع مورد توجه قرار گرفته است. اعتیاد به مواد مخدر، الکل، بازی های ویدیویی و اینترنت از جمله مواردی است که ممکن است نوجوانان را به سمت خود جلب کند. گرایش نوجوانان به اعتیاد می تواند برای آنها و خانواده هایشان آسیب های جدی ایجاد کند و بنابراین پیشگیری از این امر بسیار حائز اهمیت است.

یکی از عوامل مهم در گرایش نوجوانان به اعتیاد، شرایط اجتماعی و فرهنگی است. فرهنگ مصرف مواد مخدر و الکل در برخی جوامع به یک مسئله روزمره تبدیل شده است و این ممکن است تاثیر منفی بر روی نوجوانان داشته باشد. همچنین فشارهای اجتماعی و روانی، افسردگی و اضطراب، فقدان تحولات مثبت و مشکلات خانوادگی نیز می تواند باعث گرایش نوجوانان به اعتیاد شود.

بیان مسئله:

برای پیشگیری از گرایش نوجوانان به اعتیاد، باید از راه های مختلف استفاده کرد. اولین گام مهم، آموزش و پرورش صحیح و مناسب است. باید به نوجوانان آموزش داد که چگونه با فشارهای اجتماعی و روانی کنار بیایند و چگونه تصمیم های سالم و هوشمندانه بگیرند. همچنین باید فضای سالم و پر انرژی برای نوجوانان فراهم شود تا به جایگاه های مثبت تری کشیده شوند. در کنار آموزش و پرورش، باید خانواده ها نقش مهمی در پیشگیری از گرایش نوجوانان به اعتیاد داشته باشند. ارتباط صمیمانه و باز

کردن خطوط ارتباطی میان والدین و فرزندان بسیار اهمیت دارد. همچنین باید توجه و مراقبت مناسبی به خانواده ها داد تا از مشکلاتی مانند افسردگی، فقدان تحولات مثبت و مشکلات خانوادگی جلوگیری شود.

در نهایت، باید از سوی دولت و جامعه نیز تلاش هایی برای پیشگیری از گرایش نوجوانان به اعتیاد انجام شود. ایجاد فضاهای سالم و امکانات تفریحی ورزشی برای نوجوانان، افزایش آگاهی های عمومی در مورد اعتیاد و ارائه خدمات بهداشتی و درمانی مناسب، می تواند به پیشگیری و کاهش گرایش نوجوانان به اعتیاد کمک شایانی کند.

پیشینه پژوهش:

در این پژوهش به طور کلی، گرایش نوجوانان به اعتیاد یکی از مسائل جدی جامعه است که نیازمند توجه و تلاش های جدی برای پیشگیری و کاهش آن است. از آنجایی که پیشگیری از اعتیاد از هزینه ها و مشکلات اجتماعی بسیار بیشتری جلوگیری می کند، باید تلاش های بیشتری برای این موضوع صورت بگیرد.

گرایش نوجوانان به اعتیاد یکی از مسائل مهم و نگران کننده ای است که در جامعه های مختلف وجود دارد. اعتیاد به مواد مخدر، الکل، سیگار و حتی اعتیاد به بازی های رایانه ای از جمله مسائلی است که می تواند جوانان را به سمت این مشکل بزرگ کشاند. این موضوع نه تنها برای نوجوانان بلکه برای خانواده ها و جامعه نیز منجر به مشکلات جدی می شود.

یکی از دلایل اصلی گرایش نوجوانان به اعتیاد، فشارهای اجتماعی و روانی است که آن ها با آن مواجه هستند. فشارهای دوستانه، فشارهای تحصیلی، فشارهای خانوادگی و حتی فشارهای رسانه ای می تواند باعث شود که نوجوانان به راه های فرار و یافتن آرامش

در مواد مخدر یا سایر اعتیادآورها بپردازند. همچنین، فرار از مشکلات روانی و اضطراب نیز می تواند دلیلی دیگر برای گرایش نوجوانان به اعتیاد باشد.

برای پیشگیری از گرایش نوجوانان به اعتیاد، باید اقدامات مؤثری انجام شود. یکی از راه های مهم پیشگیری از اعتیاد، افزایش آگاهی و دانش نوجوانان درباره این مسئله است. باید آن ها را آموزش داد تا بتوانند خطرات اعتیاد را درک کرده و راه های مقابله با آن را بشناسند. همچنین، ایجاد فضاهای امن و پشتیبانی برای نوجوانان، به ویژه ایجاد ارتباط نزدیک با والدین و افراد معنی دار دیگر در زندگی آن ها، می تواند به کاهش گرایش آن ها به اعتیاد کمک کند.

علاوه بر این، برنامه های تفریحی سالم و فعالیت های ورزشی و هنری می توانند نقش مهمی در پیشگیری از اعتیاد نوجوانان داشته باشند. ایجاد فرصت هایی برای شرکت در فعالیت های سازنده و خلاقانه، می تواند از وقوع اعتیاد جلوگیری کرده و به تقویت روحیه و اعتماد به نفس نوجوانان کمک کند.

در نهایت، باید به خصوص به نقش والدین در پیشگیری از اعتیاد توجه کرد. والدین باید به عنوان نمونه و الگوی سالم برای فرزندان عمل کنند و از ایجاد ارتباط نزدیک و باز بودن در مورد مسائلی مانند اعتیاد و خطرات آن، خودداری نکنند. ایجاد یک فضای باز و صادقانه برای صحبت کردن در مورد این موضوع و ارائه حمایت و کمک به فرزندان، می تواند به پیشگیری از اعتیاد نوجوانان کمک کند.

در نهایت، گرایش نوجوانان به اعتیاد یک مسئله جدی است که نیازمند توجه و اقدام فوری است. با ارائه آموزش ها و ایجاد فضاهای سالم و پشتیبانی برای نوجوانان، می توان از وقوع اعتیاد آن ها جلوگیری کرده و زندگی های سالم تری برای آن ها فراهم کرد.

گرایش نوجوانان به اعتیاد یکی از مسائل جدی و مهمی است که نیازمند توجه و پیشگیری فوری است. اعتیاد به مواد مخدر، الکل، بازی های اینترنتی و سایر عوامل مضر، می تواند زندگی نوجوانان را تحت تأثیر قرار دهد و اثرات منفی بسیاری بر روی آنان داشته باشد. به همین دلیل، اهمیت پیشگیری و آگاهی از علل این گرایش بسیار زیاد است.

یکی از علل اصلی گرایش نوجوانان به اعتیاد، فرار از مشکلات و فشارهای زندگی است. برای بسیاری از نوجوانان، مواجه شدن با مشکلات اجتماعی، خانوادگی یا تحصیلی می تواند منجر به جستجوی راه فرار و راه های غیرسالم برای تسکین دادن این فشارها شود. همچنین، نوجوانانی که از خانواده یا محیط اجتماعی خود حمایت کافی ندارند، بیشتر دچار این گرایش می شوند. برای پیشگیری از گرایش نوجوانان به اعتیاد، باید از راه های مختلفی استفاده کرد. اولین گام مهم، افزایش آگاهی و دانش نوجوانان در مورد عواقب و اثرات منفی اعتیاد است. برگزاری کارگاه ها، نشست ها و بحث های آموزشی در مدارس و مراکز مرتبط با جوانان می تواند به افزایش آگاهی و دانش نوجوانان در این زمینه کمک کند.

همچنین، ایجاد فضاهای سالم و پشتیبانی از نوجوانان در خانواده و محیط اجتماعی آنان نیز می تواند به پیشگیری از اعتیاد کمک کند. حمایت از سوی والدین و افراد محیط اجتماعی می تواند نقش مهمی در افزایش استقلال و اعتماد به نفس نوجوانان داشته باشد.

علاوه بر این، ارائه خدمات مشاوره و راهنمایی به نوجوانان و خانواده ها نیز از دیگر راه های پیشگیری از اعتیاد است. ارتباط با مشاوران و روانشناسان می تواند به شناسایی مشکلات نوجوانان و ارائه راه حل های مناسب برای آنان کمک کند.

در نهایت، همکاری و هماهنگی بین مدارس، خانواده ها و مراکز جوانان نیز از اهمیت بالایی برخوردار است. ایجاد یک شبکه

پشتیبانی و همکاری برای پیشگیری از گرایش نوجوانان به اعتیاد، می تواند به بهبود وضعیت اجتماعی و روانی نوجوانان کمک کند.

به طور کلی، پیشگیری از گرایش نوجوانان به اعتیاد نیازمند تلاش و همکاری همه افراد مربوطه است. افزایش آگاهی، حمایت از

نوجوانان و ارائه خدمات مشاوره و راهنمایی می تواند به کاهش این گرایش و بهبود وضعیت نوجوانان کمک کند.

گرایش نوجوانان به اعتیاد یکی از مسائلی است که به طور جدی برای جامعه ما مطرح است. اعتیاد به مواد مخدر، الکل، بازی های

رایانه ای و دیگر اعتیادها می تواند اثرات زیان باری بر روی سلامتی و زندگی اجتماعی افراد داشته باشد. بنابراین، پیشگیری از

گرایش نوجوانان به اعتیاد از اهمیت بسیاری برخوردار است.

یکی از علل گرایش نوجوانان به اعتیاد، فشارهای اجتماعی است. نوجوانان در دوره ی بلوغ خود با فشارهای زیادی از سوی

همسالان، خانواده و محیط اجتماعی خود روبه رو می شوند. برای پرهیز از استرس و فشارهای روانی، برخی از آن ها به مصرف مواد

مخدر یا الکل متوسل می شوند.

عامل دیگری که موجب گرایش نوجوانان به اعتیاد می شود، نبود اطلاعات صحیح در مورد این مسئله است. بسیاری از نوجوانان به

دلیل نداشتن اطلاعات کافی در مورد خطرات و اثرات منفی مواد مخدر و الکل، به سادگی به این موارد روی می آورند. برای

پیشگیری از گرایش نوجوانان به اعتیاد، باید اقداماتی انجام شود. یکی از راه های مهم در این زمینه، آموزش های بهداشتی و

روانشناختی به نوجوانان است. ارائه اطلاعات صحیح و کامل در مورد خطرات مواد مخدر و الکل و نحوه ی پیشگیری از آن ها می تواند به کاهش گرایش نوجوانان به اعتیاد کمک کند.

علاوه بر این، ایجاد فضایی سالم و پشتیبانی از نوجوانان توسط خانواده، مدرسه و جامعه نیز می تواند در این زمینه موثر باشد. به نوجوانان باید این امکان را داد که در مواجهه با فشارهای روانی، به دیگران مراجعه کنند و از حمایت آن ها استفاده کنند. در نهایت، باید توجه داشت که پیشگیری از گرایش نوجوانان به اعتیاد نیازمند همکاری و هماهنگی بین اقشار مختلف جامعه است. باید تمامی نهادها و افراد مسئول به صورت هماهنگ و مداوم در این زمینه فعالیت کنند تا بتوانند از گرایش نوجوانان به اعتیاد جلوگیری کنند و آن ها را به سمت یک زندگی سالم و موفق هدایت کنند.

3دلیل عمده گرایش جوانان به مصرف مواد مخدر چیست؟

گرایش افراد به سوء مصرف مواد مخدر می تواند دلایل متفاوتی داشته باشد. از آنجایی که در دوران نوجوانی، فرد به شدت تحت تاثیر افراد دیگر قرار می گیرد ممکن است دلایل اعتیاد در نوجوانان و جوانان کمی متفاوت باشد. در ادامه مهم ترین این دلایل را بررسی می کنیم.

عوامل فردی موثر در اعتیاد جوانان

شاید بتوان گفت که عمده ترین دلایل اعتیاد افراد به مصرف مواد مخدر همین دلایل فردی است. بسیاری از روانشناسان هم علل رفتارهای انحرافی را ریشه در تفکرات خود فرد می دانند. **علل روانی اعتیاد** که باعث گرایش جوانان به اعتیاد می شود شامل موارد زیر است.



- فشارهای بیش از حد عصبی
- فشار تحصیلی مانند بحران کنکور یا بیداری های شب امتحان
- عدم آگاهی فرد از مضرات مواد مخدر
- اختلال های شخصیتی مانند انزوا و کمبود اعتماد به نفس
- شخصیت های متزلزل و رشد نیافته
- تمایل به تجربه زندگی بدون مشکل
- انگیزه های درمانی برای کاهش درد بدون تجویز پزشک
- کنجکاوی

دلایل خانوادگی که جوانان به اعتیاد روی می آورند

مشکلات خانوادگی بسیاری وجود دارند که می توانند دقیقا در دوران نوجوانی فرد را به سمت سوء مصرف مواد مخدر هدایت کنند.

صرفا فقر و شرایط بد مالی دلیل اعتیاد جوانان نیست بلکه بسیاری از افراد در خانواده های ثروتمند نیز در دام اعتیاد می افتند.

بیشترین آمار مصرف کوکائین و ترک کوکائین مربوط به افراد با وضع مالی خوب است. رایج ترین دلایل خانوادگی موثر در اعتیاد

جوان موارد زیر هستند.



- کمبود محبت از طرف والدین
- افراط در محبت و جلوگیری از رشد استقلال فردی
- محدودیت بیش از اندازه
- تبعیض بین فرزندان
- رفاه بیش از اندازه و اجازه ندادن به تلاش فرزندان

- آسیب احساسی (از دست دادن اعضای خانواده، روابط نامناسب والدین با یکدیگر یا طلاق)
- اعتیاد یکی از اعضای خانواده
- فقر مالی
- دانش ناکافی والدین

مهم ترین دلایل اجتماعی که افراد به را به سمت مصرف مواد مخدر سوق می دهند

ناگفته نماند که دلایل اجتماعی تاثیر گذاری در اعتیاد جوانان به مواد مخدر وجود دارد که در اینجا به نمونه ای از آن ها اشاره می کنیم.

- دسترسی آسان به مواد مخدر
- بیکاری و عدم اشتغال زایی
- اختلاف طبقاتی شدید
- فرهنگ محل زندگی
- ارتباط با افراد ناباب

این موارد در زمینه اجتماعی می توانند منجر به اعتیاد افراد شوند که بخشی از آن ها از طریق خانواده و بخش دیگری از جانب مسئولین قابل کنترل هستند.



مهم ترین راه های پیشگیری و درمان اعتیاد در جوانان چیست؟

تربیت درست و اصولی و حمایت صحیح والدین از فرزندان نه تنها می تواند باعث پیشگیری از ابتلا به اعتیاد شود بلکه در درمان

اعتیاد نیز می توانند به شدت موثر باشند. اگر بتوانیم جوانانی که در دام اعتیاد افتاده اند را به درستی راهنمایی کنیم قطعاً در

تجربه یک ترک اعتیاد بدون بازگشت به آن ها کمک کرده ام.

رفتن به کلینیک های تخصصی ترک اعتیاد یا مراکز سم زدایی فوق سریع نیز می تواند روند ترک مصرف مواد مخدر را آسان تر

کند.

نتیجه گیری:

شخصی که دچار عادت به مصرف مواد مخدر یا رفتار های ناهنجار می شود در واقع دچار اعتیاد شده است. معمولاً اعتیاد در جوانان به

دلیل عدم آگاهی و دانش ناکافی، عوارض جسمی و روانی بیشتری به همراه دارد.

اعتیاد به مواد مخدر انواع مختلفی دارد. مثلاً برخی از اعتیاد ها به مصرف بیش از اندازه دارو های اعتیاد آور هستند. دارو هایی که برای

خواب بهتر یا آرامش اعصاب صرف می شوند از جمله این دارو ها هستند که مصرف آن ها غیر مجاز نیست. نوع دیگر اعتیاد به الکل و



مواد مخدر است که بدترین نوع اعتیاد به حساب می آید. دسته بعدی اعتیاد به داروهای است که از آن ها برای ترک اعتیاد به مواد مخدر قوی تر استفاده می شود .

با وجود اینکه اعتیاد به مصرف هر ماده مخدری روز به روز در حال گسترش است اما رایج ترین ماده مخدر در میان نوجوانان خصوصا در دوران دانشجویی گل یا ماری جوانا است. آنقدر اعتیاد به مصرف گل، ماری جوانا و حبشیش که همگی از یک نوع گیاه به دست می آیند، زیاد است که حتی جستجوی کلینیک ترک گل به تنهایی آمار بالایی دارد.

با وجود اینکه مصرف الکل در کشورهای اسلامی غیر مجاز است اما نباید از اعتیاد به این نوشیدنی غافل شد زیرا می تواند به اندازه مواد مخدر سلامت جسمی و روانی فرد را تحت تاثیر خود قرار بدهد.

منابع:

- 1-چیریلو ، استفانو. برینی ، روبرتو. کامبازو، مازا ، روبرتو. « اعتیاد به مواد مخدر در آینه روابط خانوادگی » ترجمه سعید پیرمرادی . اصفهان انتشارات همام ۱۳۸۰.
- 2-هدایتی ، داریوش و خسرو آقازاده ، بررسی نیم رخ روانشناختی افراد معتاد . اردبیل ، دانشگاه محقق اردبیلی ، دانشکده ادبیات و علوم انسانی . ۱۳۸۲.
- 3-نریمانی، محمد، «اعتیاد و روش های پیشگیری و درمان آن » اردبیل، انتشارات شیخ صفی الدین اردبیلی
- 4- کفاشیان ، محمدعلی . « خودآموز ترک اعتیاد » تهران ، انتشارات عابد . ۱۳۸۰.
- 5-روز نهران ، دیویدال . سیلگمن ، مارتین ا. سی. پی آسیب شناسی روانی اعتیاد . جلد دوم . ترجمه یحیی سید محمد. چاپ دوم ، انتشارات ساوالان ۱