سبک رفتار

پناه به اعتیاد در گریز از خانواده نابسامان

معصومیتی که دود می‌شود!

■ سجاد علمردانی*

در عصری زندگی می‌کنیم که در معرض خیل عظیم اطلاعات هستیم. حقایق، شایعات، گمانه‌زنی‌ها و داستان و قصه‌هایی که هم هستند و هم شاید نیستند. اعتیاد نیز چیزی است که هم هست و هم با وجود اینکه ما می‌دانیم هست ولی انکار می‌کنیم که نیست یا می‌ترسیم آمار بدهیم! بله اینگونه است. سن اعتیاد در کشور رو به نزول است و به سن زیر ۱۵ سال هم رسیده و مواد مورد استعمال این افراد از ناخالص‌ترین ماده‌های موجود است. پرسش اینجاست که برای جلوگیری از رشد اعتیاد در میان نوجوانان چه باید کرد و در این زمینه، به ویژه، وظیفه والدین چیست؟

■■■

گاهی اعتیاد شکل اعتیاد رفتاری به خود می‌گیرد، مثل رفتاری اجباری شبیه وسواس که فرد مبتلا نمی‌تواند آن را کنترل کند و با وجود آسیب‌هایی که به خود وی و دیگران می‌رساند، نمی‌تواند فقط با اراده خود از آن دست بردارد. برخی از اینگونه رفتارهای اعتیادی عبارتند از قمار، اعتیاد به غذا یا پرخوری، اعتیاد به کار و اینترنت. اصطلاح رفتارهای اعتیادی را می‌توان درباره انواع رفتاری‌ها مزمن و وسواس گونه که باعث می‌شود فرد مبتلا دچار اضطراب و تشویش شود اما با مصرف مواد شیمیایی مخدر همراه نیست، به کار برد. اما بحث کنونی ما در مورد خانمانسوزترین نوع اعتیاد است. وابستگی به مواد، یکی از معضلات و نگرانی‌های عمده جهان امروز است. از آن جایی که وابستگی به مواد، اثرات بازدارنده بر رشد و شکوفایی جامعه دارد، تهدیدی جدی و نگران کننده است و یکی از مهم‌ترین مشکلات سلامت عمومی در سراسر جهان به شمار می‌آید. افراد وابسته به مواد مخدر بیشتر مواقع خودشان به تحلیلی که جسم و روانشان می‌رود، آگاه و واقف هستند اما شرایط وابستگی فیزیولوژیکی و روانشناختی آنان به گونه‌ای است که نمی‌توانند به وضعیت ابتدایی و قبل از شروع رجوع کنند و به خاطر تحریف‌های شناختی در اکثر موارد بیماری افراد پیش‌رونده و رو به جلو است و اگر با پیشگیری ثانویه اعمال و زندگی فلاکت‌بار افراد را «کات» نکنیم، ممکن است عواقبی داشته باشد که امکان جبران آن برای فرد وجود نداشته باشد و بدین طریق یک فرد و افراد پیرامونی وی اعم از دوستان و خانواده را تحت تأثیر قرار دهد. باید به این نکته هم اشاره کرد که همین دوستان یا آشنایان نزدیک افراد نیز در همه سطوح نقش مهمی در شکل گیری این معضل دارند و عملاً به کمک هم شرایطی به وجود می‌آید که شاید تا سال‌ها فرد از عواقب آن رنج می‌برد و گاهی غیر قابل کنترل است. اما سؤالی مطرح است که چرا سن اعتیاد تا بدین حد پایین آمده است و چه عواملی در این مسئله نقش دارد؟

وقتی خانواده نمی‌تواند مأمنی برای فرد باشد، طبیعتاً جایگاه خانواده تغییر می‌یابد و معاشرانی نااهل جایگزین آن می‌شوند که هیچ نوع شایستگی دوستی و آشنایی در آنها وجود ندارد. اینان همان افرادی هستند که معاشران خود را به راه‌های انحرافی اعتیاد و آلودگی‌ها سوق می‌دهند. همین معاشران نااهل افراد را به سمتی غیرواقعی و خیالی رهنمون می‌کنند و چون فرد از زندگی کنونی خود رضایت ندارد بیشتر در بند این افراد گرفتار می‌آید و طبیعی است که هر چه سن پایین باشد بیشتر احتمال رفتارهایی هیجانی و بی‌استدلال وجود دارد. دعواهای ناگهانی و ترک کردن‌های یهویی، همه و همه نشان می‌دهد که اولین بخش قضیه و مهم‌ترین آن خانواده و نوع روابط بین آنان است.

یکی دیگر از علل آن اضطراب و پریشانی حاصل از رنگ باختن ارزش‌های اخلاقی و اجتماعی در میان خانواده‌ها و به تبع آن فرزندان است. وقتی ارزش‌های اولیه اخلاقی رو به اضمحلال می‌گذارد فرد به دنبال یافتن پناهگاه و مایه آرامشی است و پیرامون را بر وفق مراد نمی‌یابد و بدین طریق به سراب‌ها دل می‌بندند.

شاید بزرگ‌ترین عاملی که باعث می‌شود افراد در سنین پایین به این سمت کشیده شوند و نوعی محتوم به این سمت هستند، پریشانی روابط خانواده و عدم مدیریت این شرایط است. علاوه بر این کسب تجربه‌های جدید، حفظ و استحکام عزت نفس افراد در مورد مسائلی است که شخصیت و توانایی‌های او را تحت کنترل دارد. البته با خودتنظیمی می‌توان بخشی از این مسائل را حل و فصل کرد و شرایط را برای بهبود هموار ساخت.

اعتیاد در این سن تبعات جبران‌ناپذیر جسمی، روانی و اجتماعی خواهد داشت و مخاطره‌ای جدی بر سر راه خانواده‌ها است. ساده‌ترین شکل آن خماری یا عوارض جسمی عدم مصرف مواد بیش از مدت معینی از آخرین مصرف است که در این شرایط نوجوان ۱۵ یا ۱۶ ساله به دنبال هر کسی خواهد افتاد تا نیاز او را برطرف کند و طبیعتاً برای فردی در این سن علاوه بر خطرات طبیعی موجود، خطرات سوءاستفاده جسمی نیز مطرح است.

مقایسه‌های پی‌درپی، زیر سؤال بردن توانایی‌های یک نوجوان، عدم مهیا کردن نیازهای اولیه و... از جمله مواردی است که خانواده باید بدان توجه مبرم و کاملی داشته باشد تا شرایط و محیط زندگی برای فرزندان مسموم نشود. پذیرش فرد آن گونه که هست، اولین گام برای احترام به شخصیت فرد است. پس نباید با مقایسه کردن فرزندان خود آنان را از خودِ خود به سمت خودِ دیگری که می‌تواند یک خودِ منحرف (دزد، دروغگو، معتاد و...) باشد سوق دهیم. بدون شک، آگاه‌سازی و یاددهی مهارت‌های اولیه زندگی مثل تنظیم هیجان، حل مسئله و برقراری روابط بین فردی سالم می‌تواند بخشی از کاستی‌ها و خلأهای درونی فرد را جبران کند و وی را به سمتی مناسب و سالم هدایت کند.

*روانشناس و مشاور خانواده

> مقایسه‌های پی‌درپی، زیر سؤال بردن توانایی‌های یک نوجوان، عدم مهیا کردن نیازهای اولیه و... از جمله مواردی است که خانواده باید بدان توجه داشته باشد تا شرایط و محیط زندگی برای فرزندان مسموم نشود. نباید با مقایسه کردن فرزندان خود آنان را از خودِ خود به سمت خودِ دیگری که می‌تواند یک خودِ منحرف (دزد، دروغگو، معتاد و...) باشد سوق دهیم

سبک مراقبت

اعتیاد در کمین فرزندان رها شده است

مواد جایگزین محبت!

■ سمیه باستین*

صرفنظر از طبقه اجتماعی، فرهنگی و وضعیت اقتصادی خانواده‌ها، یکی از بزرگ‌ترین آرزو و خواسته خانواده‌ها امید به آینده روشن برای فرزندانشان است. بنابراین خانواده‌ها تلاش خود را برای دستیابی به این مهم به کار می‌بندند. با وجود چنین اشتیاقی برای آینده روشن فرزندان، متأسفانه در سطح جامعه با پدیده ناهنجاری به نام اعتیاد روبه‌رو هستیم که دامنه سنی آن به نوجوانی و کودکی کاهش یافته است. بنابراین چاره‌جویی و یافتن راه‌حل اولیه برای پیشگیری از بزهکاری و اعتیاد نوجوانان و کودکان، موضوع مهمی است که تمام اقشار جامعه و مخصوصاً خانواده‌ها به دنبال راه‌حلی برای آن هستند.

■■■

فاکتورهای زیادی برای تمایل و سوق یافتن کودکان و نوجوانان به سمت اعتیاد وجود دارد، اما مهم‌ترین فاکتور که سبب انحراف و اعتیاد در این نسل می‌شود متأثر از دو عامل حیاتی و مهم از جمله: شرایط وراثتی، محیطی و ترکیب این دو فاکتور مهم هستند. اما با وجود این عوامل همان گونه که محرز است، کودک بیش از هر چیزی نیازمند محبت و عشق والدین نسبت به خودش است. زمانی که فقدان پدر یا مادر در اثر جدایی یا فوت باعث می‌شود که کودک از این موهبت بی‌بهره بماند، خواه ناخواه تأثیرات منفی و سوء آن در رفتارها و کنش‌های کودک دیده می‌شود.

کودک به دور مانده از مهر و محبت والدین نوعی آشفتگی روحی و روانی دارد. همیشه در صدد دست یافتن به کارهایی است که نظر والدین یا افراد دیگر را تأمین و جلب کند تا بتواند خلأ حاصل از فقدان پدر یا مادر را پر کند. این مشکل در کودکانی که به دلیل فوت یکی از والدین یا جدایی آنها پدید آمده، بیشتر نمود می‌یابد. کودک تشنه محبت، همیشه در معرض خطرات اغفال قرار دارد. زیرا در برابر هر نوع محبت و دلسوزی تمایل نشان داده و ملایم‌تر می‌شود. غالب دختران دارای اعتیاد نقطه شروع بزهکاری خود را از این مرحله آغاز کرده‌اند و مورد اغفال و بهره‌جویی قرار گرفته‌اند و راه بازگشتی ندیده‌اند.

کودکانی که با داشتن والدین از محبت و مهر آنان محروم بوده‌اند، آنان نیز از جمله قربانیان رفتارهای والدین هستند. کودک محتاج به محبت والدین زمانی که محیط خانه را برای خود تنگ‌تر و خالی از محبت و آرامش ببیند، به ناچار راه نجات خود را در گریز و فرار از خانه و پناه بردن به مواردی همچون اعتیاد می‌بیند. امروزه مشکل دختران و پسران دارای اعتیاد، یکی از معضلات مهمی است که تمامی کشورها را به خود مشغول داشته است. زیرا این نوع از کودکان، قربانیان همیشه در معرض سوءاستفاده مجرمان و تبهکاران حرفه‌ای بوده‌اند و به خاطر نبود سلاح مقابله یا دفاع، به سرعت در چنگال تبهکاران قرار گرفته‌اند و در مسیر منجلاب نابودی دست و پا می‌زنند. وجود عدم تفاهم میان والدین و جنگ و دعوا در میان آنها نیز از جمله عواملی است که کودک در چنان شرایطی احساس ناامنی می‌کند. هر لحظه با بروز دعوا میان پدر و مادر احساس می‌کند آنها از یکدیگر جدا می‌شوند و او دیگر پناهگاه مناسبی نخواهد داشت. کودک در چنین محیط خانوادگی، همیشه خود را عاجز از استنباط دانسته و به دقت نمی‌تواند نتیجه بگیرد که جانب کدام یک از والدین را بگیرد. حق را به پدر بدهد یا جانب مادر را بگیرد. بنابراین در فقدان منبع محبت و مودت لازم به سرعت در مسیر اعتیاد و اغفال قرار می‌گیرد. همیشه دلی پر خون دارد تا درد دلش را برای کسی بازگو کند و این نیز دلیل دیگر در سودجویی دیگران از او است. بنابراین فقدان فضای عاطفی و پر از مهر و محبت باعث می‌شود که کودکان به سوی مسیری حرکت کنند که ایستگاه نخست آن بزهکاری و اعتیاد است. اعتیاد در کودکان نوعی رفتار است. رفتاری که کودک یاد می‌گیرد برای ابراز وجود خود و احساس تعلق خاطر آن را یاد بگیرد و فضای امنی را برای خود ایجاد کند تا در مواقع بحرانی برای پناه بردن از آن استفاده کند. زمانی که در محیط پرورش کودکان، فضا به گونه‌ای باشد که آنها بتوانند در آن به راحتی ابراز وجود و محبت دریافت کنند مسلماً قادر به تغییر شرایط خود خواهند بود. چون آنان درمی‌یابند که برای خواسته‌هایشان راه‌های بااهمیت‌تر و باارزش‌تری نیز وجود دارد که به آنها کمک می‌کند، وجه اجتماعی خوبی به آنها می‌بخشد و آنها را از حمایت‌های خوبی برخوردار می‌کند.

*روانشناس

سبک تربیت

کمپ‌ها و کمپین‌ها به تنهایی کاری از پیش نمی‌برد

دو کلمه حرف حساب با بچه‌ها درباره اعتیاد

■ مریم ترابی

سال‌های سال است که جامعه از درد اعتیاد می‌نالد و ما روزانه شاهد معتاد شدن شماری از افراد جامعه هستیم. بارها از اعتیاد و وابستگی به مواد مخدر صحبت شده و راه‌های درمان آن نیز به کرات گفته شده است اما هر روز مواد مخدرهای جدیدی به جامعه تزریق می‌شود. مواد مخدرهایی که حتی شنیدن اسم عجیب و ترسناکشان رعشه به اندام می‌اندازد. اینکه چرا و به چه دلیل افراد جامعه به خصوص جوانان و نوجوانان ما به سمت استعمال این مواد کشیده می‌شوند بحثی مجزا می‌طلبد اما اینکه جامعه چه اقداماتی را برای افراد مبتلا به اعتیاد برای ترک مواد و برگشتن به آغوش خانواده و جامعه انجام داده است موضوع مورد بحث ما است.

■■■

یکی از اقداماتی که جامعه برای بیماران به اعتیاد انجام داده ایجاد کمپ‌ها و مراکز ترک اعتیاد است. نخستین کمپ درمانی در سال ۸۰ با تلاش سازمان‌های مردمی و با هدف بهبود و درمان معتادان شروع به کار کرد. برای تشکیل این کمپ‌ها نیاز به صدور مجوز از سوی سازمان بهزیستی است که باید افراد علاقه‌مند به داشتن این کمپ‌ها شرایط لازم را داشته باشند. دارا بودن این شرایط زیاد سخت و مشکل نیست ولی از آنجا که همیشه افراد سودجو و متخلف در هر صنف و کاری وجود دارند، در اینجا نیز افراد سودجو با تشکیل کمپ‌های غیر مجاز مشکلاتی را برای بیماران اعتیاد ایجاد کرده‌اند که در نتیجه تأثیرات و کارکرد آنها را نیز خدشه‌دار کرده است.

آمارها نشان می‌دهد که بیش از یک میلیون و ۳۵۰ هزار معتاد در کشور وجود دارد که حدود ۷۰۰ هزار نفر از این تعداد با مراجعه به مراکز و کمپ‌های ترک اعتیاد خواهان بهبود و خروج از منجلاب این پدیده شوم هستند. بنابراین نباید تأثیر این کمپ‌ها را در کاهش تعداد معتادین جامعه نادیده گرفت. پس حضور و فعالیت این کمپ‌ها قطعاً تأثیر داشته است اما اینکه این ترک اعتیاد چقدر پایدار و ماندنی است منوط به روش‌هایی است که برای ترک اعتیاد انجام داده‌اند.

عده‌ای معتقدند که کمپ‌های ترک اعتیاد بهترین راه برای ترک اعتیاد نیست و معتادین، به‌خصوص جوانان و نوجوانان در ابتدا باید از طریق روانشناسی و مشاوره مورد درمان قرار بگیرند. درصورتی این کمپ‌ها تأثیرگذارند که فرد معتاد تمام راه‌ها را امتحان کرده باشد و با میل و رضایت خود استفاده از مواد مخدر را کنار بگذارد. ترک کردن اعتیاد با جبر و زور تأثیری نداشته و فرد معتاد با اولین تلنگر به استفاده از مواد روی می‌آورد. آمارها می‌گویند که بیش از ۸۰ درصد از معتادان و مراجعه‌کنندگان به کمپ‌ها و مراکز ترک اعتیاد پس از مراحل درمان، بازگشت مجدد به چرخه این معضل را تجربه می‌کنند.

دلایل متعددی برای برگشت معتادان به چرخه اعتیاد وجود دارد؛ عدم حمایت و طرد شدن از سوی جامعه، نداشتن کار، عدم پشتوانه مالی، زمینه‌های مساعد برای اعتیاد در خانواده‌ها و اختلافات خانوادگی، ناامیدی و بیماری‌های روحی و روانی که بر اثر استعمال موادهای روانگردان برای فرد مبتلا ایجاد می‌شود مانند افسردگی و... که هر کدام از این دلایل برای فرد بهبودیافته می‌تواند به تنهایی دلیلی باشد برای بازگشت به اعتیاد. فرد در حال ترک به دلیل وابستگی به مواد مخدرهای صنعتی برای پیدا کردن شادی لحظه‌ای و فرار از تمام مواردی که گفته شد به راحتی جذب مواد افیونی می‌شود. متأسفانه در جامعه ما فاصله رسیدن به مواد مخدر خیلی کوتاه‌تر از فاصله رسیدن به مراکز ترک اعتیاد است. در اینجا نقش خانواده‌ها و اطرافیان در عدم بازگشت فرد به چرخه اعتیاد بسیار مهم و اساسی است. با امید دادن و حمایت کردن از او، درک شرایط روحی و روانی وی، کم کردن مشاجره‌های خانوادگی و تغییر دادن نگاهشان می‌توان فرد معتاد را در راه ترک همراهی کرد.

حال جامعه راه‌حل ترک اعتیاد را برای معتادین ایجاد کرده است، اما آیا این کافیست؟ آیا نباید اقدامات پیشگیرانه برای بالا نرفتن تعداد معتادین جامعه انجام داد؟ آیا نباید نگران کاهش سن اعتیاد بود؟

وقتی مسئولان خبر از کاهش سن اعتیاد از ۲۳ سال به ۱۵ سال را می‌دهند قاعدتاً نباید تنها به برگزاری نمایشگاه‌های تخصصی ترک اعتیاد یا ساختن برنامه‌های تلویزیونی و غیره بسنده کنیم. باید راه‌های آگاهی‌سازی و پیشگیری از مبتلا شدن به این بلای خانمانسوز را تغییر دهیم و راه‌های جدیدتری که نسل جوان را تحت‌تأثیر قرار می‌دهد به کار ببریم یا حتی لحن صحبت کردن با نسل نوجوان و حتی محصل دبستانی را به خوبی یاد بگیریم و به کار ببریم. با زبان امروزی و شرایط جامعه امروزی با نونهالانمان به نحوی صحبت کنیم که خطرات و عواقب سیگاری را که در دست دارد بفهمد. جامعه تغییر کرده است و فرزندان ما هم تغییر کرده‌اند. مسئولان و کسانی که تریبون در اختیار دارند باید این موضوع را جدی بگیرند و راه‌های جدید را به کار ببرند. حتی کمپ‌ها و کمپین‌ها هم به تنهایی کار از پیش نمی‌برد. بیایید با فرزندانمان با صراحت و لحن متفاوت صحبت کنیم. فرزندانمان در خطرند. با آنها به زبان خودشان دو کلمه حرف حساب درباره اعتیاد بزنیم.

نگاه

تعامل چهره به چهره به جای گپ‌های مصنوعی مجازی

خطر اعتیاد منزوی‌ها را بیشتر تهدید می‌کند

■ مصطفی سید رنجبر*

امروزه اعتیاد نوجوانان از جمله دانش‌آموزان از مهم‌ترین آسیب‌های اجتماعی است که از چند بعد حائز اهمیت می‌باشد اما متأسفانه تاکنون بسیار کلیشه‌ای به این دسته از معضلات اجتماعی پرداخته شده است. اعتیاد نوجوانان و جوانان و کاهش سن آسیب‌های اجتماعی، پیام‌هایی اجتماعی دارد که شاید اگر این پیام‌ها شنیده می‌شد ما اکنون شاهد این فاجعه نبودیم اما واقعاً ریشه‌های اساسی چنین آسیب‌هایی را کجا باید جست‌وجو کرد؟ در پاسخ به این سؤال ابتدا باید نظم اجتماعی موجود در جامعه ایران را مورد تحلیل قرار داد و باید دید نظم اجتماعی موجود، چگونه نوجوانانی سرخورده که روزبه‌روز در دام اعتیاد گرفتار می‌شوند را تولید می‌کند؟ آیا رشد روزافزون اعتیاد در میان نوجوانان ناشی از درماندگی نهاد آموزش و پرورش و خانوده در تربیت نسل جوان نیست؟ آیا نهادهایی از جمله آموزش و پروش و خانواده از توانمندی و امکانات لازم در رشد و پرورش فکری و رفتاری نوجوانان و جوانان در کاهش گرایش نسل جدید به اعتیاد برخوردار است؟ و ده‌ها آیای دیگر که نیازمند پاسخ‌هایی راهبردی است.

■ **بی‌سازمانی اجتماعی در حوزه تربیت**

متأسفانه در جامعه ایران در خصوص نظم اجتماعی، ما با نوعی بی‌سازمانی اجتماعی در ارتباط با تربیت و آموزش نوجوانان و مهارت‌های اجتماعی و رفتاری این نسل جدید روبه‌رو هستیم.

در واقع از یک طرف با ورود امکانات و تکنولوژی‌های جدید رسانه‌ای و ارتباطاتی و تغییر سبک زندگی و فرهنگی مواجه و از طرف دیگر با شکاف بین این امکانات با نظام فرهنگی و ارزشی پیشین و عدم تطبیق سریع نهاد آموزش و پرورش و نهاد خانواده با این نوع از امکانات جدید تکنولوژی ارتباطاتی روبه‌رو شده‌ایم.

■ **تهدیدی به نام فضای مجازی**

در این وضعیت غرق شدن نوجوانان و جوانان در تکنولوژی‌های جدید از جمله گوشی‌های لمسی و فضای مجازی این نسل جدید را با بحران رفتاری و تربیتی در مواجهه با دنیای واقعی و جهان اجتماعی روبه‌رو کرده است، به گونه‌ای که یک نوجوان وقتی ساعت‌ها در فضای مجازی به دنبال ارتباط با دوستان مجازی خود است و با آنها احساس هویت و نسبت به آنها احساس تعلق می‌کند، غافل از این است که این فضا بیشتر موهومی است تا واقعی و وقتی این وضعیت را به جامعه واقعی تعمیم می‌دهد بیشتر خود را منزوی و تنها و با یک شرایط از خود بیگانه در ارتباط با جامعه واقعی می‌یابد.

در این شرایط است که اعتیاد، نسل جدید را بیشتر از گذشته و بیش از پیش تهدید می‌کند چراکه اولاً نسل جدید با سرگردانی در فضای مجازی از جمله تلگرام با کسانی احساس هویت می‌کند که بیشتر سطحی و غیر واقعی است و ثانیاً هر چه مدت این حضور در فضای مجازی و سرگرمی با این نوع تکنولوژی‌ها بیشتر باشد همان قدر حضور در جامعه واقعی را از دست می‌دهد و این نسل جدید همان قدر در برخوردهای اجتماعی و کنش‌های اجتماعی‌شان ناپخته‌تر و بی‌تجربه‌تر عمل خواهد کرد و این ناپختگی اجتماعی و عدم رشد اجتماعی نوجوانان را می‌توان تهدیدی جدی در رابطه با اعتیاد نسل جدید دانست.

■ **ناتوانایی خانواده‌ها در تأمین نیازهای جوانان**

اگر به این شرایط فضای واقعی جامعه را که باعث سرخوردگی جوانان می‌شود بیفزاییم، شرایطی به مراتب بدتر از دهه ۷۰ و ۸۰ دامنگیر جامعه ایران و نسل جدید خواهد شد.

متأسفانه عدم برخورد مناسب و ناتوانی نهاد آموزش و پرورش و خانواده‌ها در این وضعیت و ناتوانی در تأمین نیازهای عاطفی و محبت در درون خانواده‌ها و تبدیل شدن نهاد خانواده به خوابگاه و به عبارت دیگر بی‌سرپرستی عاطفی والدین نسبت به فرزندان و فاصله بین نسل‌های پیشین و نسل‌های جدید و در سطح کلان کاهش کیفیت زندگی خانواده‌ها که ناشی از رکود شدید اقتصادی در سال‌های اخیر بوده و عدم توانایی خانواده‌ها در تأمین نیازهای مادی و معنوی نسل جدید منجر به سرخوردگی اجتماعی نسل نوجوان و جوان و گرایش جوانان به مواد مخدر شده است.

■ **تفریحی به نام دود**

وقتی از نوجوانی که در قهوه‌خانه نشسته و در حال کشیدن قلیان بود شنیدم که هیچ سرگرمی‌ای به جز نشستن در قهوه‌خانه و کشیدن قلیان در آن ندارد، در این شرایط از این نوجوان در جامعه چه انتظاری باید داشته باشیم؟ عمومی شدن قلیان و سایر مواد مخدر در بین نوجوانان به عنوان وسیله‌ای برای تفریح و سرگرمی و ابراز وجود نوجوانان با کشیدن قلیان و سایر مواد مخدر نشان می‌دهد که اولاً هزینه تفریحات سالم بالا است و ثانیاً جوانی که نمی‌تواند از تحصیلات و دانش خود استفاده مناسب ببرد، ممکن است برای خود راهی جز گوشه‌گیری و انزوا نبیند.

> باید به این سمت رفت که اعتیاد جوانان به گپ‌های مصنوعی فضای مجازی کمتر و تعاملات چهره به چهره جایگزین آن شود چراکه به لحاظ روانشناختی اعتیاد به فضای مجازی موجب انزوای بیشتر جوانان می‌شود و انزوا و گریز از تعاملات جمعی نیز از عوامل تسهیل‌کننده اعتیاد جوانان به سوءمصرف مواد مخدر است

■ **خطر اعتیاد منزوی‌ها را بیشتر تهدید می‌کند**

از نظر جامعه‌شناختی جوانانی که احساس از خود بیگانگی دارند و در ارتباط با ورود به جامعه دچار نوعی هراس اجتماعی هستند و انزوا و تنهایی را بیشتر بر ورود به جامعه ترجیح می‌دهند بیش از سایرین خطر اعتیاد آنان را تهدید می‌کند. در وضعیت کنونی باید افزود که آسیب‌های اجتماعی در جامعه ایران از فضای واقعی جامعه عبور کرده است و اکنون وارد مرحله‌ای جدید به نام عادی شدن اعتیاد در فضای مجازی شده است!

از جمله راهکارهای مهم در کاهش گرایش نوجوانان به اعتیاد عمومی، ارزان کردن ورزش در جهت افزایش نشاط و شادابی در بین آنان و کاهش احساس از خود بیگانگی و احساس انزوای نوجوانان از طریق بهره بردن از نوجوانان ارائه نقش‌های اجتماعی به آنها در جامعه و در سطح محله برای رشد و گسترش شخصیت اجتماعی نوجوانان و آموزش مهارت‌های زندگی به خصوص در روابط اجتماعی از طریق آموزش و پرورش و خانواده‌ها است تا اولاً نوجوان در جامعه احساس انزوا نکند و ثانیاً پیوند اجتماعی نسل جدید در جامعه آنها را از آسیب‌های اجتماعی مصون سازد.

در واقع باید به این سمت رفت که اعتیاد جوانان به گپ‌های مصنوعی فضای مجازی کمتر و تعاملات چهره به چهره جایگزین آن شود چراکه به لحاظ روانشناختی اعتیاد به فضای مجازی موجب انزوای بیشتر جوانان می‌شود و انزوا و گریز از تعاملات جمعی نیز از عوامل تسهیل‌کننده اعتیاد جوانان به سوءمصرف مواد مخدر است.

*کارشناس ارشد جامعه‌شناسی