



عنوان و نام پدیدآور	: پیشگیری از اعتیاد در خانواده "راهنمای آموزشی" تالیف دفتر مواد مخدر و جرم سازمان ملل متحد با کمک کارول کامیفر از دانشگاه یوتا ؛ ترجمه زهرا غلامی-حیدرآبادی ؛ زیر نظر و مقدمه جعفر بوالهروی، میترا حکیم-شوشتری ؛ با همکاری دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران؛ قطب علمی روانپزشکی و روانشناسی بالینی.
مشخصات نشر	: تهران : آوای نور، ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری	: ۱۱۲ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۳۰۹-۰۷۸-۱
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
یادداشت	: عنوان اصلی:
	Guide to implementing family skills training programmes for drug abuse prevention, ۲۰۰۹.
موضوع	: سوء مصرف دارو - پیشگیری/ کودکان - سوء مصرف دارو
موضوع	: جوانان - سوء مصرف دارو/ خدمات خانواده
شناسه افزوده	: کامیفر، کارول لیندا، ۱۹۴۳ - م. (Karol Linda) Kumpfer
شناسه افزوده	: غلامی حیدرآبادی، زهرا، ۱۳۵۵ - مترجم/ بوالهروی، جعفر، ۱۳۲۷ - ناظر، مقدمه نویس
شناسه افزوده	: حکیم شوشتری، میترا، ناظر، مقدمه نویس / سازمان ملل متحد، اداره مقابله با مواد مخدر و جرم
شناسه افزوده	: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران، قطب علمی روانپزشکی و روانشناسی بالینی
رده بندی کنگره	: HV ۱۳۹۲۵۸۰۱/پ۹۴۲
رده بندی دیویی	: ۳۱۷/۳۲۹۲۹۵
شماره کتابشناسی ملی	: ۳۳۶۷۱۶۴

پیشگیری از اعتیاد در خانواده

«راهنمای آموزشی»

تالیف

دفتر مواد مخدر و جرم سازمان ملل متحد
United Nations Office on Drugs & Crime (UNODC)
با کمک کارول کامپفر از دانشگاه یوتا

ترجمه

دکتر زهرا غلامی حیدرآبادی

زیر نظر و مقدمه

دکتر جعفر بوالهروی

دکتر میترا حکیم شوشتری



انتشارات آوای نور

تهران - ۱۳۹۶



قطب علمی روانپزشکی و
روانشناسی بالینی



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات
بهداشتی درمانی ایران

پیشگیری از اعتیاد در خانواده «راهنمای آموزشی»

تالیف: دفتر مواد مخدر و جرم سازمان ملل متحد

با کمک کارول کامپفر از دانشگاه یوتا

ترجمه: دکتر زهرا غلامی حیدرآبادی

زیر نظر و مقدمه: دکتر جعفر بوالهروی - دکتر میترا حکیم شوشتری

ناشر: انتشارات آوای نور

چاپ دوم ۱۳۹۶

شمارگان: ۲۰۰ جلد

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۰۹-۰۷۸-۱

نشانی: تهران، میدان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، خیابان شهید وحید نظری

پلاک ۹۹، تلفن: ۶ و ۶۶۹۶۷۳۵۵ نمابر: ۶۶۴۸۰۸۸۲

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است.

قیمت ۱۰۰۰۰ تومان

فهرست مطالب

تقدیر و تشکر.....	۹
پیشگفتار.....	۱۱
مقدمه.....	۱۵
فصل اول: خانواده‌ها و نیاز برای برنامه‌های آموزشی مهارت‌های خانواده.....	۲۱
تعریف خانواده.....	۲۱
عوامل محافظت‌کننده خطر در برابر خطرات.....	۲۳
عوامل مهم در سازگاری محیط خانوادگی.....	۲۴
فصل دوم: شواهد و دلایل مربوط به خانواده‌هایی که فرزندشان در معرض خطرند.....	۲۵
خانواده به عنوان عامل محافظ.....	۲۵
عوامل مهم جهت گرایش نوجوانان و جوانان به سوء مصرف مواد.....	۲۷
تعریف برنامه‌های آموزشی مهارت‌های خانواده.....	۲۷
تاثیر برنامه‌های آموزشی مهارت‌های خانواده.....	۳۲
فصل سوم: اصول مربوط به برنامه آموزشی مهارت‌های یک خانواده سالم.....	۳۵
اصل اول: برنامه آموزشی مهارت‌های خانواده باید مبتنی بر یک نظریه باشد.....	۳۵
اصل دوم: برنامه آموزشی مهارت‌های خانواده باید مبتنی بر ارزیابی نیازها باشد.....	۳۷
اصل سوم: برنامه آموزشی مهارت‌های خانواده باید متناسب با سطح خطر جمعیت افراد هدف باشد.....	۳۸

- اصل چهارم: برنامه آموزشی مهارت‌های خانواده باید متناسب با سن و سطح تحول کودکان در جمعیت مورد هدف باشد..... ۳۹
- اصل پنجم: تعداد جلسات و طول زمان برنامه‌های آموزشی مهارت‌های خانواده باید کافی باشد..... ۴۰
- اصل ششم: جلسات برنامه آموزشی مهارت‌های خانواده باید فعالیت‌ها و تکنیک‌های تعاملی با گروه‌های بین ۸-۱۲ خانواده را داشته باشد..... ۴۱
- اصل هفتم: برنامه آموزشی مهارت‌های خانواده باید زمینه‌ای را فراهم کنند که والدین مهارت‌ها را کسب کنند تا بین اعضای خانواده ارتباط مناسب ایجاد شود..... ۴۲
- اصل هشتم: برنامه آموزشی مهارت‌های خانواده متمرکز شده بر عضوگیری و حفظ اعضای خانواده در جلسه است..... ۵۱
- اصل نهم: برنامه آموزشی مهارت‌های خانواده باید اولاً متناسب با سطح هر خانواده و ثانیاً مبتنی برشواهد باشد..... ۵۲
- اصل دهم: برنامه آموزشی مهارت خانواده باید متناسب با فرهنگ و نیازهای اجتماعی - اقتصادی هر جامعه باشد..... ۵۳
- اصل یازدهم: برنامه آموزشی مهارت‌های خانواده باید آموزش کافی و مناسبی را برای اعضا انتخاب شده فراهم کند..... ۵۴
- اصل دوازدهم: برنامه آموزشی مهارت خانواده باید بطور مناسب طراحی شود و همچنین مورد ارزیابی و سنجش واقع شود..... ۵۵
- فصل چهارم: تطابق و سازگاری فرهنگی با برنامه‌های آموزشی مهارت‌های خانواده..... ۵۷
- نکات مهم جهت سازگاری برنامه..... ۵۸
- در ابتدا کمی سازگاری ضروری است..... ۵۸
- ترجمه و تطابق موضوعات به زبان و فرهنگ محلی..... ۶۲
- اندازه‌گیری خط پایه..... ۶۳
- در برداشتن یک عنصر بازبینی بسیار خوب..... ۶۴

۶۵	ارزیابی تطابق فرهنگی.....
۶۷	فصل پنجم: انتخاب اعضا و حفظ آنها در طول جلسات آموزشی.....
۶۷	انتخاب اعضا و حفظ آنها در طول جلسات آموزشی.....
۶۷	انتخاب خانواده برای برنامه.....
۷۱	حفظ خانواده در این برنامه‌ها.....
۷۵	معیارهای مهم برای صدور گواهینامه برای اعضای شرکت کننده در برنامه.....
۷۷	فصل ششم: انتخاب رهبر و محتوای آموزشی.....
۷۷	انتخاب رهبران حمایت کننده.....
۷۹	رهبران گروه‌های آموزشی.....
۸۲	محتوای آموزشی.....
۹۵	حمایت از داوطلبان.....
۹۵	مشارکت توسط شرکت کنندگان.....
۹۷	فصل هفتم: خلاصه‌ای از تاثیر و اصول برنامه‌های آموزشی مهارت‌های خانواده.....
۹۷	خانواده به عنوان نیروی محافظ.....
۹۹	اصول برنامه‌های آموزشی مهارت‌های خانواده.....
۱۰۳	فهرست منابع.....

تقدیر و تشکر

سپاس لطف و عنایت الهی را که توفیق این کتاب را به من ارزانی داشت. در تهیه این کتاب از نظرات بسیاری از اندیشمندان، اساتید و همراهان زیادی بهره‌مند شدم.

در این جا بزرگوارانی همچون جناب آقای دکتر جعفر بوالهروی و سرکار خانم دکتر میترا حکیم شوشتری صمیمانه سپاسگذارم، همچنین از همسرم جناب آقای دکتر عباس رضانی که این کتاب را معرفی نموده و در این مسیر مرا همراهی نموده صمیمانه تشکر نموده و خود را مدیون محبت‌ها و گذشت‌های ایشان می‌دانم و از خداوند متعال اجر همت‌شان را آرزومندم.

پیشگفتار

درآمدی بر کتاب و رویکرد خودکفایی خانواده‌ها در تامین سلامت روان

خانواده‌ها نقش اساسی در پیشگیری از ابتلای فرزندان به سوء مصرف مواد دارند. کودکان در بستر خانواده رشد می‌کنند و مهارت‌های مختلف را می‌آموزند، مهارت‌هایی که می‌تواند نقش مهمی در دوری آنها از اعتیاد بازی کند. صاحب‌نظران و پیشگامان تامین سلامت روان، پیشگیری از سوء مصرف مواد، و آموزش خانواده در سه دهه گذشته در ایران به واقعیت تلخی پی برده‌اند که هجوم فزاینده خطر فردی، خانوادگی و اجتماعی؛ خانواده‌ها را به گونه‌ای شگفت‌انگیز در تامین و حفظ سلامت خود آسیب‌پذیر کرده و حتی برای بسیاری از آنها حمایت‌های موجود و سنتی، دیگر کارساز نیست و شیوع نگران‌کننده خشونت، کشمکش، نارضایتی از زندگی خانوادگی، افسردگی، اضطراب، بی‌بندوباری جنسی و به ویژه مصرف مواد و الکل می‌رود که پدیده‌ها و سندرم‌های توان‌فرسایی را برای خانواده‌ها بجای بگذارد. از طرف دیگر فرزندان خانواده‌های ایرانی در این شرایط بحران و گذر و به دلیل علاقه به عضویت و معاشرت با گروه‌های همسالان در دوره‌ی نوجوانی، باورهای غلطی در رابطه با مواد در آنها نهادینه شده - باورهایی نظیر اینکه مواد موجب افزایش حافظه، تناسب اندام یا کاهش استرس می‌گردد، اینکه اینها اعتیاد نیست حال کردن است، و اینکه خوش باش و دم را غنیمت دان و موارد بسیار دیگر.

بدون تردید این باورها و رفتارهای اعتیادی از طریق تعامل دوطرفه و پویایی که بین نوجوانان و جوانان وجود دارد و از طریق دوستان به آنها منتقل می‌شود. این درحالی است که اگر توجه مدیران و برنامه‌ریزان و خانواده‌ها به عوامل محافظت‌کننده و عوامل خطر در ابتلا افراد به سوء مصرف مواد افزایش یابد و نقش کلیدی آنها مدیریت شود، امید کنترل این بحران اجتماعی و خانوادگی وجود دارد. ایجاد و تقویت اعتماد به نفس در فرزندان برای مقاومت در برابر شرایط آسیب‌زا، آموزش پایداری در برابر فشار گروه همسالان و تقویت مهارت نه گفتن به درخواست نامعقول دیگران را می‌توان از فرزندپروری به خانواده‌ها و تقویت و پرورش در مراکز آموزش و پرورش ابتدایی، دبیرستانی و دانشگاهی افزایش داد. کسب آگاهی در خصوص

پدیده اعتیاد و علل گرایش به مواد می‌تواند با دادن مهارت‌های پایه‌ای به والدین کمک کند تا فضایی مناسب در خانه برای رشد و پرورش کودکان فراهم آورند.

خوشبختانه فرهیختگان حوزه سلامت روان تا جایی که توانسته‌اند و به همان مقداری که دولت‌مردان و سازمان‌های تصمیم‌گیرنده و سیاست‌گذار کوتاهی کرده‌اند، به تولید متون آموزشی خانواده، پژوهش در سلامت روان و پیشگیری از سوء مصرف مواد، اجرای برنامه‌ها و کارگاه‌های آموزش مهارت‌های زندگی و ترویج سبک زندگی سالم پرداخته‌اند، اما همچنان که در مقدمه بی‌نظیر و زیبایی این کتاب گفته شده است انگار هنوز هیچ‌گونه برنامه مدون، کارآمد، پیگیر و در دسترس برای خانواده‌ها به ویژه در حوزه آموزش خانواده و پیشگیری از مصرف مواد و الکل وجود ندارد.

اینک انستیتو روان‌پزشکی تهران - دانشکده علوم رفتاری و سلامت روان، این افتخار را دارد که با حمایت و یاری رسانیدن به خانم دکتر زهرا غلامی مشاور خانواده کمک کند که این سند ماندگار و با ارزش، و این متن آموزشی یاری رسان به خانواده‌ها که توسط دفتر مبارزه با جرم و مواد مخدر سازمان ملل تهیه شده است منتشر شود. این کتاب به خوبی کمک می‌کند تا خانواده‌ها، مربیان خانواده و برنامه‌ریزان بخش سلامت و پیشگیری از سوء مصرف مواد و الکل، در تدابیر و برنامه‌های آینده به جای پرداختن به برنامه‌های ناکارآمد، به گونه‌ای برنامه‌ریزی نمایند که در آموزش و پرورش، دانشگاه‌ها و سازمان‌های دیگر این متن به صورت گروهی و کارگاهی - در جهت تربیت مربی - آموزش داده شود.

حمایت مالی از چنین برنامه‌هایی هم تدبیر و دانش است - چرا که بسیاری از برنامه‌ریزان بخش سلامت و پیشگیری از اعتیاد از منطق مقدمه این کتاب ناآگاهند، این امر نیازمند کنار گذاشتن خودخواهی‌ها و تنگ نظری‌هایی در حوزه اعتیاد است که به روشنی در بسیاری موارد دیده می‌شود. مثلاً بسیاری از صاحبان بودجه در بخش اعتیاد نمی‌توانند کاری را که توسط دیگران تدوین شده توصیه کرده به اجرا درآورند. امید است که این آسیب فرهنگی در مدیران بخش سلامت نیز با پرداختن عمیق به این کتاب و مقدمه عمیق آن کاهش یافته و به زودی شاهد اجرای سراسری «آموزش خانواده در پیشگیری از سوء مصرف مواد» باشیم.

دکتر جعفر بوالهری - دکتر میترا حکیم شوشتری

بهار ۱۳۹۳

