

به نام خدا

آشنایی با راهکارهای پیشگیری و مبارزه با رفتارهای پرخطر (سومصرف مواد مخدر)

مولفان :

نوراله شریفی

مهرناز شریفی

انتشارات ارسطو

(سازمان چاپ و نشر ایران - ۱۴۰۵)

نسخه الکترونیکی این اثر در سایت سازمان چاپ و نشر ایران و اپلیکیشن کتاب رسان موجود می باشد

Chaponashr.ir



chaponashr.ir



سرشناسه: شریفی، نوراله، ۱۳۵۲
عنوان و نام پدیدآورگان: آشنایی با راهکارهای پیشگیری و مبارزه با رفتارهای پرخطر (سومصرف مواد مخدر) / مولفان: نوراله شریفی، مهرناز شریفی
مشخصات نشر: انتشارات ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)، ۱۴۰۵.
مشخصات ظاهری: ۱۶۶ ص.
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۱۲۹-۵۴۰-۱
شناسه افزوده: شریفی، مهرناز، ۱۳۸۲
وضعیت فهرست نویسی: فیبا
یادداشت: کتابنامه.
موضوع: آشنایی با راهکارهای پیشگیری - مبارزه با رفتارهای پرخطر
رده بندی کنگره: TP ۹۸۳
رده بندی دیویی: ۶۶۸/۵۵
شماره کتابشناسی ملی: ۵۲۳۶۹۸۷
اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیبا

نام کتاب: آشنایی با راهکارهای پیشگیری و مبارزه با رفتارهای پرخطر (سومصرف مواد مخدر)

مولفان: نوراله شریفی، مهرناز شریفی

ناشر: انتشارات ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)

صفحه آرایی، تنظیم و طرح جلد: الهام غفاری

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۵

چاپ: زبرجد

قیمت: ۲۸۰۰۰۰ تومان

فروش نسخه الکترونیکی - کتاب رسان:

<https://chaponashr.ir/ketabresan>

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۱۲۹-۵۴۰-۱

تلفن مرکز پخش: ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵

www.chaponashr.ir



chaponashr.ir



فهرست

چکیده	۷
مقدمه	۹
فصل اول	۱۱
پیشگیری چیست ؟	۱۱
چرا مدارس ؟	۱۷
اشاعه اطلاعات	۱۸
آموزش عاطفی	۱۹
تاثیر اجتماعی	۲۰
روش های پیشگیری اولیه عبارت اند از:	۲۱
راهبردهای پیشگیری از اعتیاد	۲۱
مهم ترین اصول پیشگیری از اعتیاد	۲۲
مهم ترین راهبردهای پیشگیری از اعتیاد عبارت اند از :	۲۳
نگرش ها و ارزش هایی که بر پیشگیری از سوی مصرف مواد مؤثرند عبارت اند از:	۲۷
بهبودی و پیشگیری از اعتیاد	۲۹
آموزش مقاومت در مقابل فشارهای دوستان	۳۳
بالا بردن اعتماد به نفس	۳۴
ایجاد سیستم ارزشی قوی	۳۴
تشویق فعالیت های سالم و خلاق	۳۵
فصل دوم	۳۷

۳۷.....	خانواد دینی و پیشگیری از اعتیاد:
۴۲.....	انکار دشمنی در خفا
۴۹.....	تاب آوری چیست؟
۵۳.....	ویژگی های والدین حرفه ای
۵۴.....	والدین
۵۶.....	آیا به اعتیاد نوجوان خود مشکوک هستید؟
۵۶.....	عوامل خطر و حفاظت کننده
۵۷.....	مهم ترین عوامل حفاظت کننده عبارت اند از:
۵۹.....	مصرف مواد از چه زمانی شروع می شود و چگونه ادامه می یابد؟
۵۹.....	علائم هشدار دهنده
۶۳.....	فصل سوم
۶۳.....	جوانان و مهارت های زندگی
۷۶.....	سؤالات مشاوره ای
۸۱.....	فصل چهارم
۸۱.....	نقش مشارکت بخش های مختلف جامعه در پیشگیری از اعتیاد
۸۴.....	به گفته یک پژوهشگر حوزه اعتیاد:
۸۹.....	گروه درمانی معتادان بر اساس روش T T M، راهکاری پویا در درمان اعتیاد
۹۰.....	درمان اختلال سوء مصرف مواد مخدر به روش تحریک مغناطیسی جداره جمجمه
۹۴.....	مهارت های زندگی چیست؟
۹۵.....	تعریف ده مهارت اصلی
۹۷.....	چگونه مهارت های زندگی را به کودکان آموزش دهیم؟
۹۸.....	ایفای نقش_تعویض نقش
۹۹.....	فعالیت در گروه های کوچک و بزرگ

محل سکونت یا دوستان؟.....	۱۰۲
ویژگی دوره جوانی	۱۰۳
آموزش قاطعیت.....	۱۰۵
توصیه های رئیس پلیس مبارزه با مواد مخدر به خانواده ها	۱۰۷
فصل پنجم	۱۰۹
روش استفاده از داروهای ترک اعتیاد یا بستری شدن:	۱۱۲
شرایط رفتار قاطعانه:	۱۱۶
راهبردهای ترک کردن:	۱۱۹
فصل هفتم	۱۲۳
انواع گیاهان روانگردان	۱۲۴
علل شیوع وسوء مصرف مواد صنعتی و شیمیایی در جهان	۱۳۵
مکانیزم تأثیر مواد استنشاقی و عوارض سوء مصرف	۱۴۰
نتیجه گیری.....	۱۴۱
منبع	۱۶۵

چکیده

اعتیاد یکی از مشکلات پیش روی جامعه ی ما و مخصوصا قشر جوان و نوجوان است . پس بایستی برای حل این معضل تلاش فراوانی در سطح جامعه ومدارس توسط عوامل اجرایی وبلاخص مشاوران مدارس انجام شود. . عوامل زیادی در گرایش به اعتیاد نقش دارند .

پژوهش مروری بر مبانی نظری وپیشینه پژوهش ها راجع به نقش عملکرد خانواده در اعتیاد نوجوانان است .پژوهش های انجام شده(نقش مشاوره در مدرسه با رویکرد راه حل محور،فنون کاربردی مشاوره در مدرسه)پیشینه مربوط به عملکرد خانواده واعتیاد ،بیانگرد آن است که خانواده یکی از نقش های اصلی در اعتیاد نوجوانان و دانش آموزان را به یدک می کشد .با توجه به اینکه قسمت عمده شخصیت فرد در خانواده شکل می گیرد اساس سازگاری فرد در جامعه،در خانواده ریخته می شود،هنگامی که خانواده نتواند عملکرد مطلوبی داشته باشد، وظیفه خواه یا ناخواه بر عهده دیگر افراد یا گروه ها مانند همسالان واگذار می شود.وضعیت نابسامان، در خانواده ومدرسه ی گسسته وبیمار گونه یکی از مهم ترین عوامل ایجاد وگسترش اعتیاد در نوجوان است .

تقدیم به مشاوران دلسوز وگمنام ایران زمین ،به آنانی که سینا هاشان مالامال از رازهای آینده سازان است.به محرمان نسل آتی به متواضعان دوست داشتنی به آنانکه می سازند ودیده نمی شوند.

مقدمه

اعتیاد یا وابستگی به مواد مخدر یکی از معضلات جامعه جهانی وبخصوص کشور ما محسوب می شود که در کمین بسیاری از افراد جامعه بخصوص جوانان و نوجوانان ودانش آموزان مدارس و به صورت تمایلات تکانشی وغیر قابل کنترل برای بدست آوردن و سوء مصرف دارو تعریف شده است که فرد با وجود پیامد های اجتماعی وبهداشتی عمیق ناشی از آن به مصرف خود ادامه میدهد (محسنی،میرگل و میری، ۱۳۹۷) وابستگی به مواد از طرفی باعث تسکین و آرامش موقتی وگاهی تحریک ونشاط گذاری برای فرد ودانش آموز می گردد واز طرف دیگر بعد از اتمام این اثرات سبب جستجوی فرد برای یافتن و مجدد ماده و وابستگی مداوم به آن می شود (سادوک و سادوک، ۲۰۰۷، ترجمه رضاعی، ۱۳۸۷)

اعتیاد از عوامل اصلی گسترش بیماریهایی چون ایدز وهپاتیت و نیز بد کاری وتغییرات ریخت شناسی در سیستم های نورونی تنظیم کننده ی حساسیت نسبت به پاداش و لذت می باشد (کلی،ابری،میلیگان، برگمن، و هاپنر۲۰۱۸)

اعتیاد و سوء مواد مخدر به مثابه یک مسئله اجتماعی ، پدیده ای است که همزمان با آن توانایی جامعه در سازمان یابی وحفظ نظم موجود از بین می رود وباعث دگرگونی های ساختاری در نظام اقتصادی، اجتماعی،سیاسی در یک جامعه می شود. پدیده اعتیاد پیامد های ناخوشایندی بسیاری در پی دارد که می توان به چالش از هم پاشیدگی خانواده ها.

طلاق،فرزندان بی سرپرست، افت تحصیلی در مدارس. غیبت های مکرر.کودکان کار، به هدر رفتن منابع مالی و اقتصادی ،پرشدن زندان ها وافزایش سایر انحرافات اشاره نمود وبنا به میزان بالای آسیب رسانی اعتیاد پرداختن به موضوع مورد بحث اجتناب ناپذیر می باشد (دی گویسپی و همکاران ۲۰۱۸) چنانچه کالک و ریچ تاکید کرده اند برنامه های پیشگیری از اعتیاد باید در سنین جوانی و دبیرستانی به مرحله اجرا در آیند(کالک و ریچ ۲۰۰۴) غافل ماندن از نوجوان وجوانان ودانش آموزان و مسایل آنها خسارت های جبران ناپذیری برای جامعه دارد و به عکس شناخت ویژگی های آنان می تواند در نحوه برخورد با آنها، به والدین مربیان ومسئولان و دست اندرکاران تعلیم وتربیت ومشاوران مدارس، کمک شایانی نماید . این شناخت نه تنها باعث درک عمیق تر نوجوان می گردد بلکه زمینه هایی را فراهم می آورد تا در طرح و برنامه ریزی و به کار بردن امکانات آموزشی موثر باشد.

از دیدگاه مشاوره راه حل محور،با آگاهی از اهمیت زمان و توجه به محدودیت آن تلاش می شود تا مشاوران با کار با دانش آموزان از حداقل وقت ، حداکثر بهره گرفته شود. در این رویکرد سعی بر آن شده است تمامی اندوخته های دانش آموزان در امر مشاوره به کار گرفته شود. این اندوخته ها مشتمل بر

ارزش ها .باورها.خواسته ها.عقاید.زبان وچارچوب فرهنگی ویژه ی هر مراجع است.(توماس ای.دیویس/سینتاجی.آزبورن)

در گرد آوری مطالب این کتاب با توجه به خواندن کتاب های مختلف در مورد اعتیاد،و تجربه چندین ساله که بعنوان مشاور مدرسه در سطح مدارس دبیرستان دوره اول و دوره دوم و سابقه چندین سال به عنوان مشاور در مرکز،مشاوره اداره آموزش وپرورش خرمشهر که الحق وانصاف در شناسایی دانش آموزانی که دارای مشکل اخلاقی،انضباطی،درسی ورفتارهای مشکوک در مدارس وحتی اعتیاد به سیگار ومواد مخدر بودند. که از طرف مدیران به مرکز ارجاع داده می شدند در تشخیص وشناخت دانش آموزان که بصورت حضوری وصحبت در مورد مواد اعتیاد آورا اینجانب صورت می گرفت کمک بسیارشایانی انجام شد و خود بخود باعث ایجاد انگیزه وپیگیری وحس مسولیت پذیری مشاوران در مدارس که وظیفه خطیری در کاهش پیشگیری و آشنایی با راهکارهای مبارزه با مصرف مواد در خانواده ومدارس شد صورت پذیرفت.در بخش اول این کتاب با توجه به وظیفه خودم به عنوان مشاور مدرسه در کم رنگ کردن سو مصرف مواد مخدر وهمچنین پیشگیری از اعتیاد در دانش آموزان واصول پیشگیری از اعتیاد وراه های پیشگیری به دنبال رفاقت بیشتر با دانش آموزان وهمچنین انتخاب همیاران مشاور از هر کلاس برای شناسایی بیشتردانش آموزان مشکوک به اعتیاد انجام شد.در فصل دوم با توجه به نقش خانواده ها در گرایش یا عدم گرایش به اعتیاد وهمچنین شناسایی خانواده های دینی وپیشگیری از اعتیاد وجلسات مشاوره بصورت کارگاه وآموزش خانواده در مدارس وتوصیه هایی به والدین برای پیشگیری از اعتیاد دانش آموزان و ویژگی های محیط خانواده ومدارس وداشتن برنامه برای غنی سازی اوقات فراغت دانش آموزان تشکیل شد. در فصل سوم علت ها وانگیزه دانش آموزان از مصرف مواد مخدر وهمچنین گروه های در معرض خطر وعدم حمایت بعضی از خانواده ها از دانش آموزان ونقش مشاوره بعنوان امانت دار خانواده ها ودانش آموزان در مدارس وتوصیه های مشاوره ای برای برخورد با نوجوان ودانش آموزان در معرض خطر به مواد مخدر صورت گرفته است.در فصل چهارم نقش مشارکتی دستگاه های اجرایی در کاهش وپیشگیری از اعتیاد در محله های مشکوک به اعتیاد ، خرید وفروش مواد مخدر وبرخورد با افراد خورده فروش وهمچنین روش های مقابله با فشار همسالان.در فصل پنجم گذری بر درمان اعتیاد و شناخت مهارت های خود مراقبتی، مهارت ابراز وجود وقاطعیت ، فصل ششم که مهارت یک مشاور خوب در پیشگیری از اعتیاد با توجه به روز بودن وسایل اعتیاد در مدارس ،تاثیر مواد مخدر بر یادگیری دانش آموزان وانواع مواد مخدر روانگردان وخطرات آن ها و وساز وکار واثرات مغزی وروانی وعوارض آنها وپیشنهادهای ارزنده در خصوص پیشگیری از اعتیاد را بخوبی بشناسد.

فصل اول

پیشگیری چیست ؟

قال رسول الله (ص)

اکرم الناس اتقاهم وخیر الناس من انتفع به الناس واعبودا الناس من اقام الفرائض وازهد الناس من اجتنب الحرام وما تصدق الناس بصدقه افضل من علم ينشر.
گرامی ترین مردم کسی است که با تقوا باشد.بهترین مردم کسی است که مردم از او بهره مند گردند وعابدترین مردم کسی است که واجبات را به پا دارد وزاهد ترین مردم کسی است که از حرام دوری کند و هیچ صدقه ای مردم نمی دهند که برتر از انتشار علم باشد.
(تحف العقول)

پیشگیری چیست ؟

پیام های پیشگیری از سوء مصرف مواد مخدر
رویکرد پیشگیری از اعتیاد در کودکان ونوجوانان ودانش آموزان
چرا مدارس ؟
اصول پیشگیری در مدارس
پیشگیری چیست؟

راه های پیشگیری از اعتیاد در مدارس؟

پیام های پیشگیری از سوء مصرف مواد.
تبلیغات قاچاقیان در مورد روانگردان ها: اعتیاد آور نیستند. وشادی آور وحافظه را تقویت می کنند. سبب سرعت عملکرد دستگاه عصبی را افزایش می دهند، یا آن را تحریک می کنند وسبب احساس هوشیاری وداشتن انرژی بیشتر می شوند.

۱۲ آشنایی با راهکارهای پیشگیری و مبارزه با رفتارهای پرخطر (سومصرف مواد مخدر)

والدین گرمای: درباره اعتیاد و خطرهای آن صریح و بی پرده با نوجوان خود حرف بزنید. اعتیاد بسیار نزدیک است. فرزند ما نیز در خطر است. در این باره فکر کنید.

یک معتاد: اصلاً فکر نمی کرد حتی با یک بار مصرف مواد به اینجا برسم. اعتیاد با هر نامی / و در هر جایی و به دست هر کسی عرضه می شود. هوشیار باشیم.

والدین گرمای: تا این لحظه برای پیشگیری از اعتیاد فرزندان خود چه کرده اید؟ بخاطر بسپارید مصرف نکردن مواد بسیار آسانتر از ترک آن است.

والدین گرمای: بسیاری از نوجوانان اعتیاد را در منزل دوستانشان آغاز می کنند. فرزند شما اکنون کجاست؟

اغلب معتادان مواد را نخستین بار در جمع دوستان مصرف کرده اند؟ دوستان فرزندان خود را بشناسید. بیشتر معتادان می گویند: هرگز فکر نمی کردم من معتاد شوم.

درهای ورود به اعتیاد بسیارند. اعتیاد امروز پشت کدام در منزلتان به کمین نشسته است؟

نوجوان عزیز: مصرف مواد را حتی یکبار هم تجربه نکن.

آیا می دانید: آسیب مغزی ناشی از مصرف مواد مخدر جبران ناپذیر است.

مطمئن باشید یک روز دور از چشم شما به فرزندان مواد تعارف می کنند. برای آن روز چه برنامه ای دارید و چه اندیشیده اید؟

یک تبلیغ دروغ: مصرف مواد به درمان بعضی بیماری ها کمک می کند.

۹ علامت احتمالی مصرف مواد مخدر در مدارس:

غیبت مکرر از کلاس و مدارس

تغییرات ناگهانی در رفتار و خلق و خو

آشفته گی و بی توجهی به وضع ظاهر

جای زخم یا اثر سوزن روی ساعد و بازو

کاهش وزن و از دست دادن اشتها

قرض کردن مکرر پول و فروش لوازم منزل

انزوایی و رفتن به مکان های خلوت

مصرف مکرر داروهای مسکن و آرامبخش

تمایل به برقراری ارتباط با معتادان

یک دام برگ: برای فراموشی مشکلات مصرف مواد را تجربه کن.

یک سوال: همه میدانند که اعتیاد بد است پس چرا بعضی افراد معتاد می شوند؟

هوشیار باشیم که کراک همان هروئین فشرده است. این جمله را اگر نشنیده اید روزی خواهد شنید: بیا

مصرف کن با مصرف تفنی مواد کسی معتاد نمی شود.

یک خطای بزرگ : هر چیز ارزش یک بار تجربه کردن را دارد.
 آمارها حاکی است بسیاری از معتادان با یکبار مصرف مواد معتاد شده اند .
 درهای ورود اعتیاد در نوجوانان : کنجکاوی و کسب لذت ، ماجراجویی ، فشار دوستان، فراز از اضطراب ، تفریح و سرگرمی ، بی توجهی ، تنبه بدنی وانگ زدن والدین و عوامل اجرایی و دبیران و دوستان در مدارس ، محیط های زندگی ، بی سرپرستی ، نگاه به والدین در منزل ، بدانید که آغوش اعتیاد همیشه باز است.

بنگاه سوداگران مرگ : فروش زندگی به قیمت چند لحظه خوشی .
 اگر مصرف سیگار فرزندان را پذیرفته اید. برای اعتیاد او به مواد مخدر خطرناکتر آماده باشید .
 سوال: چرا اولین بار مصرف کردی ؟ جواب: کنجکاوی بودم و خواستم تجربه کنم.
 به این جمله فکر کن: همه ی معتاد ها روز اول فکر می کردند با بقیه متفاوتند و اصلا معتاد نمی شوند.
 هشدار/ مصرف مواد برای درمان بیماری هایی مانند دردهای روماتیسمی / تنظیم قند و فشار خون و اختلالات جنسی حتی یک بار هم اعتیاد آور است .
 یافته ها نشان می دهند که نوجوانان مذهبی کمتر از سایر نوجوانان در دام اعتیاد گرفتار می شوند.
 یک معتاد: حالا باور می کنم که سیگار واقعا دروازه ورود اعتیاد است .
 ترسو و بچه نباش ، واژه ای که خیلی ها را در دام اعتیاد انداخت. یکبار مصرف مواد معتاد نمی کند. (غلط
) یکبار مصرف مواد هم اعتیاد آور است. (درست) آمارها نشان می دهند اعتیاد اکثر معتادان/ ابتدا از مصرف تفریحی و تفننی مواد شروع می شود.
 داروهای اعتیاد آور را می شناسید ؟ ترامادول، آسپرین و استامینوفن کدئین ، دیفنوکسیلات و کلرودیازپوکساید.

ابزارهای خطرناک همراه نوجوان و دانش آموزان؟ فندک اتمی، قلیان شارژی، کبریت، عطر وادکلن، آدامس ، پیپ شیشه ای ، سیخ و سنجاق سیاه شده، لوله های کوتاه نی یا خودکار.
 یک نوجوان معتاد ؟ ای کاش هرگز اولین سیگار را روشن نمی کردم. هرگز باور نمی کردم یک فامیل نزدیک مرا معتاد کند. همیشه فکر می کردم می توانم هر وقت بخواهم مواد را کنار بگذارم.
 پدر و مادر عزیز: اگر به دسوالات فرزندان درباره مواد مخدر پاسخ ندهید، آنها پاسخ غلط را از دوستان خود خواهند آموخت.

لحظه ای بیاندیشیم: کدام خانواده از خطر اعتیاد در امان است؟
 نوجوانان عزیز: اشتباه نکن ؛چهره ی تعارف کننده مواد مخدر زشت، کثیف ، و خلاف نیست.
 والدین گرمی : حدود نیمی از معتادان مصرف مواد را نخستین بار در میهمانی ها تجربه کرده اند.

۱۴ آشنایی با راهکارهای پیشگیری و مبارزه با رفتارهای پرخطر (سومصرف مواد مخدر)

دانش آموزان عزیز: نه گفتن همیشه به معنای سرکشی نیست به تعارف مواد باید همیشه با قدرت نه گفت.

یک تبلیغ دروغ: شیشه اعتیاد آور نیست. بسیاری از معتادان به شیشه، در بیمارستان های روانپزشکی بستری هستند. همه در خانه هستیم اما فرزندان تنهاست <
یک نوجوان معتاد. حالا می فهمم که خیلی چیزها راجع به اعتیاد نمی دانستم. هر معتاد در طول زندگی خود ده نفر را معتاد می کند، چقدر دوستان فرزندان خود را می شناسید؟
والدین گرامی هوشیار باشید؟

نیمی از خانواده ها پنج سال دیرتر از اعتیاد فرزندان خود مطلع می شوند. من دیگه بزرگ شده ام. نوجوان معتاد: حالا می فهمم که زود قضاوت کرده بودم. باوری که نوجوانان بسیاری را معتاد کرد: اگر اراده قوی باشد مصرف گاه به گاه مواد موجب اعتیاد نمی شود.

والدین عزیزوگرامی: اگر نوجوان شما سیگار می کشد نسبت به خطر اعتیاد جدا هوشیار باشید. حدود نیمی از معتادان کشور مصرف مواد را بین ۱۱ تا ۲۲ سالگی آغاز کرده اند فرزند شما اکنون چند سال است. برای محافظت فرزندان از اعتیاد نه آزادی/نه سخت گیری/نظارت دائمی

یک باور پوچ: مصرف تفننی مواد کسی را معتاد نکرده است. کم یا زیاد، تفننی یا دائمی، محرک یا مخدر فرقی نمیکند مهم این است که بدانیم مصرف مواد به هر شکلی موجب اعتیاد می شود.
آیا می دانید: قدرت سرطان زایی حشیش ۵ برابر سیگار است.

چشمانت را باز کن وعلائم اعتیاد را بشناس. همیشه افراد معتاد ژولیده و بی خانمان نیستند.
هشدار. گزارش های معتد پزشکی قانونی حاکی از مرگ، فقط به خاطر مصرف یک قرص اکستازی است. نه بهترین پاسخ به تعارف دوستان به مواد مخدر است. بیشتر بدانیم کراک ماده ای بی بو و به شدت اعتیاد آور که موجب مرگ زودرس مصرف کننده می شود.

آدم معتاد به هیچ جا نمی رسد زیرا: در مسیر پر پیچ و خم زندگی بدون شک اعتیاد همیشه بیراهه است. این خانواده ها بیشتر مراقب باشند: خانواده از هم پاشیده. بی بند و بار. سخت گیر و کم اطلاع در مورد اعتیاد.

ترسو. کلمه ای که بارها هنگام نه گفتن به تعارف مواد خواهید شنید.

دوست من: برای نه گفتن به مواد هیچ دیر نیست قاطع و محکم به مواد بگو: نه
میهمانی های دوستانه، کوچه، خیابان، کلاس درس، محیط کار، اعتیاد همه جا در کمین ماست. والدین گرامی: با پرهیز از تحقیر، تنبیه بدنی و مقایسه، آسیب پذیری فرزندان را در برابر اعتیاد کاهش دهید. با محبت و پیوند عمیق پایه های خانواده را در برابر اعتیاد ایمن کنیم.

انرژی زها، شادی آور، تقویت حافظه، تبلیغات اعتیاد هزار رنگ جذاب دارد هوشیار باشیم.

اکثر معتادان با این سه علت آغاز کرده اند: کنجکاوی، کسب لذت، تفریح

وسوسه های مصرف مواد: فرار از مشکلات، ماجراجویی، تفریح و خوشگذرانی. خاطرات یک معتاد: همه چیز از کشیدن یک نخ سیگار در جمع رفقا شروع شد. یک معتاد. هیچوقت فکرش را نمی کردم که من هم معتاد شوم.

والدین گرامی در صورت استفاده از داروهای مسکن یا آرام بخش حتما علت آن را برای فرزند خود توضیح دهید.

آیا می دانید؟ سیگار مرگ آورترین ماده اعتیادآور جهان است. روزانه چند دقیقه با فرزندان خود سپری می کنید؟ نوجوانانی که با والدین خود رابطه صمیمی و عمیق دارند کمتر به سمت اعتیاد می روند.

نوجوانان عزیز: اعتیاد با این جملات شروع می شود، بیا امتحان کن فقط یکبار، به لذتش می ارزه. هشدار: مواد اعتیاد آورند حتی با یکبار مصرف.

یک دام بزرگ: ترک مواد آسان است، امتحان کن. هوشیار باشیم، سوداگران مرگ دائما اشکال و ترکیبات جدید و فریبنده ای از مواد را عرضه می کنند.

باور نادرستی که خیلی ها را معتاد کرد: اگر ظرفیت داشته باشی مصرف تفریحی معتادت نمی کند. در صورتیکه متخصصان قاطعانه می گویند: تریاک هیچ بیماری را درمان نمی کند.

واقعیتی تکان دهنده از گزارش های پلیس: مصرف شیشه ریشه اصلی قتل های خانواده است.

نوجوانان دور از خانواده به اعتیاد نزدیک ترند. مواد اعتیاد آورند چه مخدر چه محرک.

پایگاه های اینترنتی، وبلاگ ها، شبکه های ماهواره ای، اعتیاد اکنون راه های جدیدی برای ورود به منزل ما یافته است. سرطان، اختلالات خونی، افسردگی و اضطراب تنها بخشی از عوارض ترکیباتی است که به عنوان داروهای نیروزا به فروش می رسد. عوارضی که مواد طی ده دقیقه اول مصرف بر تحمل می کند تا ماه ها جبران پذیر نیست. بیش از ۱۶ هزار پایگاه اینترنتی، شبانه روزی مصرف روانگردان ها را تبلیغ می کنند. نوجوان شما کاربر کدام سایت هاست؟

والدینی که مواد را تفننی مصرف می کنند فرزندان خود را در خطر مصرف دائمی مواد قرار می دهند. برای اعتیاد فقط یکبار مصرف مواد کافی است.

به یاد داشته باشیم کودکان از رفتار ما بیشتر از گفتار ما الگو می گیرند.

با تقویت اعتماد به نفس راحت به مواد نه بگویید.

آیا دوستان فرزندان خود را می شناسید اعتیاد در کمین است. بر اساس آمارها ۶۰ درصد نوجوانان توسط دوستان خود آلوده شده اند. آیا دوستان فرزندان را می شناسید.

گول نخورید حشیش هم اعتیاد آور است.