

تأثیر اعتیاد پدر به مواد مخدر بر سلامت روان فرزندان نوجوان

نویسنده: مبینا درویش

(پاورقی: طلبه سطح دو حوزه علمیه الزهرا(س) گنبد کاووس Mobinadarvish13760404@gmail.com)

چکیده

این مقاله با هدف شناسایی تأثیرات اعتیاد پدر به مواد مخدر بر سلامت روان فرزندان در سنین نوجوانی تنظیم و در آن تلاش گردیده تا به این سوال پاسخ داده شود که: اعتیاد پدر به مواد مخدر چه تأثیری بر سلامت روان فرزندان نوجوان دارد؟ تحقیق از نوع تحقیقات توصیفی و روش به کار رفته در این مطالعه اسنادی یا کتابخانه ای بوده است. داده ها با استفاده از فیش جمع آوری و در تحلیل داده ها از روش تحلیل محتوا، استفاده شده است. از مهمترین نتایج این مطالعه می‌توان به این موضوع اشاره نمود که اعتیاد پدر به مواد مخدر، نه تنها بنیان خانواده را متزلزل می‌سازد بلکه پیامدهای عمیقی بر سلامت روانی فرزندان دارد؛ از جمله آسیب های روانی که می‌توان به آن‌ها اشاره نمود افسردگی، اضطراب دائمی، پرخاشگری، افت تحصیلی، اختلال هویت، حتی گرایش به مصرف مواد مخدر و... می‌باشد. بنابراین برای مقابله و کاهش هرچه بیشتر تأثیرات منفی اعتیاد پدر بر سلامت روان فرزندان نوجوان، مداخلات پیشگیرانه و حمایتی، آموزش‌های خانواده محور، جلسات مشاوره و سیاست گذاری های اجتماعی ضروری است.

کلید واژه ها:

اعتیاد؛ پدر؛ سلامت روان؛ نوجوانی؛ نهادهای حمایتی

مقدمه

سلامت از موضوعاتی است که از دیرباز مورد توجه اندیشمندان حوزه سلامت در بخش‌های مختلف قرار گرفته است. سلامت دارای انواع متعددی است که از جمله آن‌ها می‌توان به سلامت جسمانی، سلامت معنوی، سلامت عاطفی، سلامت شغلی، سلامت فرهنگی، سلامت اجتماعی و سلامت روانی اشاره کرد. منظور از سلامت روان در این مطالعه، صرفاً نبود بیماری روانی نیست، بلکه شامل احساس رضایت، آرامش، و توانایی مدیریت استرس‌های روزمره ی شخص نیز می‌شود.

مطالعات انجام شده در زمینه سلامت روان از تنوع نسبتاً بالایی برخوردار است که به اختصار به تعدادی از آنها اشاره می‌گردد:

زهره شهرپور و همکاران، در کتابی تحت عنوان مشکلات سلامت روان در کودکان و نوجوانان، به بحث پیرامون تشخیص و درمان مشکلات سلامت روان در کودکان و نوجوانان پرداخته اند.

سیدعین الله طیموری فرد و همکاران (۱۴۰۰)، در مقاله ای تحت عنوان اثربخشی آموزش برنامه تقویت خانواده بر سلامت روان و کیفیت زندگی در مدرسه نوجوانان ۱۰-۱۴ سال، به بحث پیرامون آموزش تاثیر خانواده بر سلامت روان نوجوانان پرداخته است.

همچنین، دفتر رییس جمهور آمریکا (۱۴۰۲)، در مقاله ای تحت عنوان رسانه های اجتماعی و سلامت روان جوانان، به بحث درباره ی تاثیرات مثبت و منفی رسانه های اجتماعی بر سلامت پرداخته است.

همچنین حسن ملکی (قاسم) (۱۴۰۲) در تالیفی تحت عنوان روانشناسی کودک و نوجوان به بحث پیرامون رشد روانی نوجوانان پرداخته است.

مطالعات انجام شده عمدتاً متمرکز بر شیوه ی درمان مشکلات سلامت روان، نقش خانواده، مدرسه و رسانه و بیان روند طبیعی رشد روانی نوجوانان بوده و کمتر به بحث پیرامون اعتیاد پدر به مواد مخدر و سلامت روان فرزندان در سنین نوجوانی پرداخته شده است.

با عنایت به موارد فوق، در این مطالعه تلاش می‌گردد تا به این سوال پاسخ داده شود که؛ اعتیاد پدر به مواد مخدر چه تاثیری بر سلامت روان فرزندان در سنین نوجوانی دارد.

با نگاه سطحی به وضعیت روانی نوجوانان پدر معتاد، دیده شد که تعدادی از آنها از استرس و اضطراب شدید رنج می‌برند و از نظر شخصیتی، با کمبود اعتماد به نفس، گوشه گیری، ضعف در ارتباط گیری اجتماعی و... دست و پنجه نرم می‌کنند. لذا این درگیری و دغدغه ذهنی باعث شد تا به مطالعه دقیق تر در این زمینه پرداخته شود.

در صورت انجام این مطالعه و شناسایی تاثیر اعتیاد پدر به مواد مخدر بر سلامت روان فرزندان نوجوان و ارائه راهکار و اجرایی نمودن آنها می‌توان انتظار داشت که: اولاً از رسیدن آسیب‌های احتمالی به سلامت روانی نوجوانان جلوگیری گردد؛ دوماً استرس و فشارهای روانی، احساس ناامنی و بی ثباتی عاطفی، ضعف اعتماد به نفس، مشکلات شخصیتی، گوشه گیری، افت تحصیلی و... در نوجوانان پدر معتاد روز به روز کاهش یابد.

هدف اصلی مقاله، شناسایی تاثیر اعتیاد پدر به مواد مخدر بر سلامت روان فرزندان نوجوان است. و هدف‌های فرعی مقاله، بیان تاثیرات منفی اعتیاد پدر بر سلامت روان نوجوانان، بررسی برخی عوامل موثر بر شدت اعتیاد پدر و بیان پیشنهادات و راهکارها می‌باشد.

تعاریف و مفهوم شناسی

۱. اعتیاد

اعتیاد یک بیماری مزمن جسمی و روانی است که فرد در آن وابسته به انجام کار و یا استفاده از یک ماده می‌شود، به‌گونه‌ای که بدون انجام آن کار و یا بدون مصرف آن ماده دچار علائم جسمی و روانی شدید خواهد شد. سازمان

جهانی بهداشت (WHO) اعتیاد را حالتی می‌داند که فرد به‌طور مستمر و غیرقابل کنترل به مصرف مواد مخدر روی می‌آورد، حتی زمانی که از پیامدهای زیان‌بار آن آگاه است.

۲. پدر

پدر یکی از ارکان اصلی خانواده است که وظایف حمایتی، اقتصادی، تربیتی و عاطفی بر عهده دارد. نقش پدر در خانواده، ایجاد امنیت روانی و اجتماعی برای فرزندان است. معمولاً پدر به‌عنوان منبع اقتدار و الگوی رفتاری فرزندان در نظر گرفته می‌شود. اعتیاد پدر به‌طور مستقیم و غیرمستقیم نقش او را در خانواده تضعیف می‌کند و بر رشد روانی نوجوانان اثر منفی دارد.

۳. سلامت روان

سلامت روان حالتی از بهزیستی است که فرد در آن توانایی شناختی، هیجانی و اجتماعی خود را برای مقابله با چالش‌های زندگی، برقراری روابط سازنده و دستیابی به اهداف شخصی حفظ می‌کند. سلامت روان فقط به معنای نبود بیماری روانی نیست، بلکه شامل احساس رضایت، آرامش، و توانایی مدیریت استرس‌های روزمره نیز می‌شود. در نوجوانان، سلامت روان عامل کلیدی در رشد هویت و سازگاری اجتماعی است.

۴. نوجوانی

نوجوانی مرحله‌ای از رشد انسان است که به‌طور معمول بین ۱۲ تا ۱۸ سالگی رخ می‌دهد و با تغییرات جسمانی، شناختی، عاطفی و اجتماعی همراه است. این دوره گذار از کودکی به بزرگسالی است و اهمیت زیادی در شکل‌گیری شخصیت و هویت فردی دارد. حساسیت به روابط خانوادگی، نیاز به استقلال و الگوگیری از والدین و همسالان، ویژگی‌های برجسته نوجوانی‌اند.

۵. نهادهای حمایتی

نهادهای حمایتی به سازمان‌ها و ارگان‌هایی اطلاق می‌شود که وظیفه حمایت مالی، روانی، اجتماعی و آموزشی از افراد آسیب‌پذیر جامعه را بر عهده دارند؛ مانند بهزیستی، مدارس، NGOها و مراکز ترک اعتیاد.

نقش این نهادها در حمایت از نوجوانان دارای والد معتاد بسیار حیاتی است. این نهادها می‌توانند با مداخلات مشاوره‌ای، آموزشی و اجتماعی، آثار منفی اعتیاد پدر را کاهش دهند.

۱. تأثیرات اعتیاد پدر بر سلامت روان فرزندان

اعتیاد پدر به مواد مخدر می‌تواند اثرات روانی و عاطفی عمیقی بر فرزندان، به ویژه در دوران نوجوانی داشته باشد. همچنین زندگی در محیطی پر تنش و آسیب‌زا، بر جسم و رفتار نوجوان تأثیر گذار است.

این اثرات می‌توانند تا بزرگسالی در فرزندان باقی بمانند و باعث بروز مشکلاتی در زندگی شخصی، اجتماعی و حتی حرفه ای آنان شوند.

برخی از مهمترین اثرات اعتیاد پدر بر فرزندان عبارت اند از:

۱/۱. احساس ناامنی و بی ثباتی عاطفی:

فرزند در دوران حساس نوجوانی به ثبات و حمایت والدین نیاز دارد؛ اما اعتیاد پدر باعث بی ثباتی در خانواده و ایجاد فضایی پر از تنش و نگرانی می‌شود. چرا که غالباً نتیجه اعتیاد، درگیری ها و تنش های مستمر و طلاق عاطفی زوجین و... می‌شود و به احساسات منفی القا شده به فرزندان اهمیت چندانی داده نمی‌شود.

۱/۲. افزایش اضطراب و افسردگی:

فضای ناامن و پرتنش که نوجوان در کنار پدر معتاد تجربه می‌کند او را به شدت در معرض اضطراب و افسردگی قرار می‌دهد. نوجوانانی که با فشارهای روحی ناشی از اعتیاد والدین دست و پنجه نرم می‌کنند، ممکن است احساس غم، بی ارزشی و ناامیدی را تجربه کرده و حتی به افکار خودکشی برسند.

۱/۳. اختلال در اعتماد به نفس و هویت شخصیتی:

نوجوانانی که با اعتیاد پدر مواجه هستند، ممکن است در هویت یابی و اعتماد به نفس دچار مشکل شوند. حس خجالت و احساس شرم از وضعیت خانواده می‌تواند به کمبود عزت نفس منجر شده و آنان را از برقراری روابط اجتماعی بازدارد.

۱/۴. گوشه گیری و بروز مشکلات در ایجاد و حفظ روابط اجتماعی

نوجوانانی که با اعتیاد پدر دست و پنجه نرم می‌کنند، اغلب از جامعه فاصله می‌گیرند و به انزوا روی می‌آورند. این انزوا ممکن است به دلیل شرم از وضعیت خانوادگی یا ترس از قضاوت و یا حتی عدم اعتماد به دیگران باشد. این نوجوانان به سختی با دیگران ارتباط می‌گیرند و به علت تمایل به گوشه گیری و ترس از آگاهی طرف مقابل از وجود پدر معتاد در خانواده و وضعیت نابسامان خانوادگی شان، حتی بعد از شکل گیری ارتباط با اطرافیان خود، در حفظ آن رابطه بامشکل مواجه می‌شوند.

۱/۵. احساس گناه و مسئولیت نابجا:

بسیاری از نوجوانان در این سنین حساس، ممکن است به اشتباه خود را مسئول رفتارهای پدر بدانند. آنان ممکن است تصور کنند که به نوعی در اعتیاد پدر نقش داشته اند یا مسئول بهبود وضعیت او هستند. این احساس گناه میتواند فشار روانی زیادی را بر آنها تحمیل کند.

۱/۶. افزایش احتمال رفتارهای پرخطر:

نوجوانانی که از نظر عاطفی تحت فشار داشتن پدر معتاد هستند و الگوهای سالمی در خانه ندارند، ممکن است به خاطر حضور در فضای پرتنش خانه و خانواده شان رفتارهای پرخطر مانند خشونت و پرخاشگری و بزهکاری را بیشتر بروز میدهند و حتی به مصرف مواد مخدر و الکل گرایش پیدا می‌کنند و گاهی به تقلید از رفتارهای ناشایست پدر خود می‌پردازند. آنها به دنبال روش هایی برای تسکین دردهای روحی خود و جلب توجه از اطرافیان هستند.

۱/۷. تضعیف سیستم ایمنی و افزایش بیماری ها:

استرس مداوم ناشی از زندگی با پدر معتاد می‌تواند سیستم ایمنی بدن نوجوان را تضعیف کند. اضطراب و استرس بالا، به خصوص در سنین رشد، موجب افزایش احتمال ابتلا به بیماری های جسمی مانند مشکلات گوارشی، سردرد های مزمن و ضعف در سیستم ایمنی بدن می‌شود. این نوجوانان اغلب به طور متناوب بیمار می‌شوند و قدرت جسمانی پایینی دارند.

۱/۸. اختلالات خواب

نوجوانانی که به علت داشتن پدر معتاد در شرایط ناپایدار زندگی می‌کنند به طور معمول دچار اختلالات خواب می‌شوند. استرس و فشار وارده بر آنها باعث بی خوابی، کم خوابی، کابوس دیدن، با ترس و وحشت از خواب بیدار شدن و ... می‌شود.

بدیهی است که بهترین راهکار برای حل مشکلات و یا کم شدن آسیب های وارده از اعتیاد پدر به نوجوانش، کسب آگاهی و آشنایی خانواده ها با خطرات اعتیاد، اثراتش بر سلامت خانواده و کسب مهارت های کنترل استرس و هیجان و... برای پیشگیری از آلودگی به مواد مخدر است.

قدم اساسی بعدی این است که اگر پدری گرفتار اعتیاد شد، به او کمک لازم بشود تا به درمان خود بپردازد. چرا که هیچ راهکاری برای خانواده ی فرد معتاد، بدون اینکه او از مصرف مواد مخدر دست بردارد، به طور کامل نتیجه بخش نخواهد بود.

در اینجا چند راهکار و پیشنهاد دیگر را که مربوط به اقدامات دولت و دیگر نهادهای حمایتی و درمانی برای کاهش تاثیرات اعتیاد پدر بر فرزند نوجوان است، برمی شمیریم:

۳/۱. ایجاد مراکز ترک اعتیاد رایگان یا کم هزینه

۳/۲. برنامه های بازتوانی اجتماعی برای بازگشت پدر به زندگی سالم

۳/۳. حمایت مالی و شغلی از افراد بهبود یافته

۳/۴. آموزش مهارت هایی مانند خودآگاهی، کنترل خشم، مدیریت استرس و... به نوجوان

۳/۵. مشاوره تخصصی فردی برای نوجوانان آسیب دیده

۳/۶. جلسات گروه درمانی برای نوجوانان پدرمعتاد

۳/۷. مشاوره خانوادگی برای بهبود روابط

۳/۸. ایجاد محیط حمایتی و جلوگیری از طرد یا تمسخر نوجوانان پدرمعتاد توسط همسالان در مدرسه

۳/۹. فعالیت هدفمند رسانه ها در جهت تولید برنامه ها و مستندهایی درباره آثار اعتیاد بر خانواده

۳/۱۰. فرهنگ سازی توسط رسانه ها، برای کاهش انگ های اجتماعی و طرد شدگی این خانواده ها

۳/۱۱. کمک مالی و یارانه ای نهاد های حمایتی به این خانواده ها

۳/۱۲. ایجاد فرصت های شغلی برای مادر و یا دیگر اعضای خانواده

۳/۱۳. حمایت از نوجوان در مسیر تحصیل، چه روانی و چه مالی

۳/۱۴. حمایت حقوقی و قانونی از نوجوانان در برابر خشونت خانگی ناشی از اعتیاد پدر

۳/۱۵. اعطای حضانت موقت به مادر یا سرپرست جایگزین در شرایط بحرانی

و...پ

نتیجه گیری

اعتیاد پدر به مواد مخدر، تأثیرات عمیقی بر سلامت روان فرزندان در سنین نوجوانی دارد. از جمله آن ها می توان به استرس، فشار شدید، اضطراب های دائمی، کمبود اعتماد به نفس، اختلال در اعتماد به نفس و هویت شخصیتی، انزوا، ضعف در ارتباطات و روابط اجتماعی، احساس گناه و توهمات دائمی، گرایش به رفتارهای پرخطر و جرائم مانند پرخاشگری، خشونت، دزدی و...، گرایش به مواد مخدر، ضعف جسمانی و بیماری های سیستم ایمنی، اختلال در خواب، افت تحصیلی و... اشاره کرد؛ که در صورت عدم مداخله به موقع، ممکن است این اثرات منفی تا بزرگسالی ادامه یابد. بنابراین لازم است برخی اقدامات در دستور کار قرار گیرد تا اولاً تا حد امکان از بروز چنین مشکلاتی پیشگیری شود؛ دوماً در صورت بروز مشکل جلوی شدید شدن آن گرفته شود؛ و سوماً در صورت آسیب شدید، به خانواده ی پدرمعتاد کمک شود.

۱. برای پیشگیری از آسیب های روانی فرزندان در سنین نوجوانی در اثر اعتیاد پدر، فعالیت های رسانه ای دقیق و هدفمند در زمینه ساخت مستندات و برنامه های آگاهی بخش پیرامون اعتیاد و اثرات آن و چگونگی رفتار با معتادین و خانواده های آن ها می تواند سودمند باشد. همچنین ایجاد مراکز ترک اعتیاد رایگان و کم هزینه و یا حمایت های مالی و شغلی از افراد بهبودیافته می تواند اقدامات مهمی در جهت کاهش آسیب ها باشد.

۲. در صورت معتاد بودن پدر خانواده، مهارت های لازم را باید به خانواده ی او آموزش داد؛ جلسات مشاوره و درمانی فردی و گروهی برگزار کرد؛ همچنین محیط امن و دور از تنش و تمسخری را در مدرسه برای نوجوان فراهم آورد و حمایت های روانی و مالی مفیدی را در مسیر تحصیل او رقم زد.

۳. اگر پدر خانواده مدت زیادی است که درگیر اعتیاد شدید است و میزان آسیب وارده به خانواده اش زیاد باشد، لازم است کمک های مالی و یارانه ای بیشتری متوجه این خانواده ها باشد؛ برای مادر و یا هریک از اعضای خانواده فرصت های شغلی مناسبی ایجاد شود؛ همچنین جهت مقابله با خشونت های خانگی پدر معتاد و یا اعطای سرپرستی فرزندان به مادر و یا افراد دارای صلاحیت، حمایت های حقوقی و قانونی لازم صورت بگیرد.

منابع

۱. اعتمادی، احمد و ماستری فراهانی، فاطمه، "مقایسه وضعیت سلامت روانی و منبع کنترل نوجوانان دختر خانواده های معتاد و غیر معتاد"، ش ۱۶، ۱۳۹۰.

۲. آقا بخشی، حبیب، "اعتیاد و آسیب شناسی خانواده"، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی-رسانه تخصصی، ش ۱۳۹۱.

۳. آقا بخشی، حبیب، "کودکان پدرمعتاد"، نشریه رفاه اجتماعی، ش ۷، ۱۳۸۲.

۴. حلاج زاده، هدا، "مقایسه رشد اجتماعی فرزندان ۱۲-۱۸ سال دارای پدر معتاد و فرزندان دارای پدر غیرمعتاد در مرکز درمان و سرپایی و حوزه معرف بهزیستی شهرستان دزفول، پایان نامه کارشناسی ارشد، تهران، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات، ۱۳۹۰

۵. حبیبی، مجتبی و شیخی، محسن و لواف، هانیه، "ارتباط بین سبک زندگی با سبک فرزند پروری پدران: نقش عامل اعتیاد پدر نوجوانان"، نشریه روان شناسی بالینی ایران، ش ۸۳، ۱۳۹۴.

۶. دالوندی، اصغر، "بررسی مشکلات روانی نوجوانان پدر معتاد" مرکز بازپروری و توانبخشی معتادین قرچک، تهران، پایان نامه کارشناسی ارشد تهران، دانشگاه بهزیستی و توان بخشی، ۱۳۷۵.

۷. دالوندی، اصغر، صدر السادات، سیدجلال، "پژوهشی پیرامون مشکلات روانی اجتماعی نوجوانان پدرمعتاد"، توانبخشی، ۲ (۱ و ۲)، ۱۳۸۰.

۸. حلاج زاده، هدا، "مقایسه رشد اجتماعی فرزندان ۱۲-۱۸ سال دارای پدر معتاد و فرزندان دارای پدر غیرمعتاد در مرکز درمان و سرپایی و حوزه معرف بهزیستی شهرستان دزفول، پایان نامه کارشناسی ارشد، تهران، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات، ۱۳۹۰

۹. حبیبی، مجتبی و شیخی، محسن و لواف، هانیه، "ارتباط بین سبک زندگی با سبک فرزند پروری پدران: نقش عامل اعتیاد پدر نوجوانان"، نشریه روان‌شناسی بالینی ایران، ش ۸۳، ۱۳۹۴.
۱۰. دالوندی، اصغر، "بررسی مشکلات روانی نوجوانان پدر معتاد" مرکز بازپروری و توانبخشی معتادین قرچک، تهران، پایان نامه کارشناسی ارشد تهران، دانشگاه بهزیستی و توان بخشی، ۱۳۷۵.
۱۱. دالوندی، اصغر، صدر السادات، سیدجلال، "پژوهشی پیرامون مشکلات روانی اجتماعی نوجوانان پدرمعتاد"، توانبخشی، ۲ (۱ و ۲)، ۱۳۸۰.
۱۲. دفتر رییس جمهور آمریکا، رسانه های اجتماعی وسلامت روان جوانان، ۱۴۰۲.
۱۳. سبزی، محمد و معتمدی، هادی و رفیعی، حسن و علی پور، فردین، "رابطه کنترل اجتماعی و حمایت اجتماعی با تاب آوری در برابر سوء مصرف مواد در پسران دارای پدر معتاد"، نشریه رفاه اجتماعی، ش ۵۰، ۱۳۹۲.
۱۴. سعیدی، فاطمه و محمدی فر، محمدعلی، "مقایسه اختلالات رفتاری در کودکان دارای والدین معتاد/عادی"، نشریه اعتیاد پژوهشی، ش ۴۶، ۱۳۹۷.
۱۵. شایگان، فریبا، "خانواده و پیشگیری از اعتیاد"، فصلنامه مطالعات پیشگیری از جرم، ۶ (۱۸)، ۱۳۹۰.
۱۶. شهریور، زهرا و همکاران، مشکلات سلامت روان در کودکان و نوجوانان، کتابسرای میردشتی، ۱۴۰۰.
۱۷. صالحی، ایرج، زنجیره های اعتیاد، تهران: انتشارات آوای نور، ۱۳۷۱.
۱۸. طیموری فرد، عین الله و ضرغام حاجبی، مجید و منیرپور، نادر، اثربخشی آموزش برنامه تقویت خانواده بر سلامت روان و کیفیت زندگی در مدرسه نوجوانان ۱۰-۱۴ سال، فصلنامه علمی پژوهشی خانواده و پژوهش، ش ۲، ۱۴۰۰.
۱۹. ظروفی، مجید، اعتیاد و خانواده، تهران: مجموعه مقالات سمینار بررسی مسائل مربوط به اعتیاد جوانان، ۱۳۸۷.
۲۰. مارتین، زیبراس و حلاج زاده، هدا، "بررسی تاثیر اعتیاد پدر بر رشد اجتماعی فرزندان ۱۲ تا ۱۸ سال در شهرستان دزفول"، مجله مطالعات توسعه اجتماعی ایران، ش ۲، ۱۳۹۰.

۲۱. ملکی، حسن(قاسم)، روانشناسی کودک و نوجوان، نشر آوای نور، ۱۴۰۲.