

## مهارت‌های زندگی و کاهش گرایش به مواد مخدر

یکی از نظریه‌های مرتبط با اعتیاد که امروزه بسیار مورد توجه است، نظریه مربوط به عوامل خطرساز و عوامل محافظت‌کننده در مقابل اعتیاد است. یکی از ثابت شده‌ترین عوامل خطرساز و ریسک فاکتور برای دانش‌آموزان استرس است؛ به ویژه استرس تحصیلی که مدارس و خانواده‌ها همزمان با هم این فشار را وارد می‌کنند.

به گزارش ایسکانیوز به نقل از جام جم آنلاین، این در حالی است که تجربه و تحقیقات نشان داده که اگر آموزش و پرورش با همکاری خانواده‌ها بتواند این فشار را از دانش‌آموزان بردارد، گام بسیار بزرگی در جهت پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی بویژه اعتیاد برداشته است و به مهم‌ترین رسالت خود که تحویل فارغ‌التحصیلانی سالم به جامعه است، عمل کرده است.

علاوه بر حذف استرس‌ها از جامعه دانش‌آموزی، آموختن مهارت زندگی به دانش‌آموزان به‌طور مستمر در طول سال تحصیلی یکی از مسائل مورد نیاز است. در یک سیستم آموزشی ایده‌آل، آموزش و پرورش با هم اتفاق می‌افتد در حالی که در کشور ما بخش پرورش معمولاً مورد بی‌توجهی یا کم توجهی قرار می‌گیرد.

در فعالیت‌های پرورشی و مهارت‌های زندگی بچه‌ها باید یاد بگیرند استرس‌هایشان را کنترل کنند، با دیگران همدلی کنند، قادر به دوست یابی باشند، با دیگران ارتباط سازنده برقرار کنند، تفکر خلاق داشته باشند و کارگروهی را بیاموزند اما در کجای محتوای آموزشی به این موارد آنچنان که شایسته است توجه می‌شود.

آموختن این مهارت‌ها و به کارگرفتن آنها در زندگی در واقع نوعی اقدام پیشگیرانه است و درحوزه اعتیاد گفته می‌شود فعالیت‌های پیشگیرانه وقتی موفق بوده که این مباحث تا سر سفره خانواده‌ها پیش بیاید. در مدرسه نیز فعالیت‌های پیشگیرانه باید همه دانش‌آموزان را به مشارکت بگیرد و افراد ماهر و کارشناس به‌عنوان تسهیلگر این فرآیند ایفای نقش کنند. در واقع برای مصون نگه داشتن دانش‌آموزان از اعتیاد، مدارس باید جدی‌تر ایفای نقش کنند و حتی بعد از خروج از مدرسه مراقب رفتار و کردار دانش‌آموزان باشند (که البته این منافی نقش خانواده‌ها و نیروی انتظامی نیست).

اگر تمام این برنامه‌ها بدرستی اجرا شود به احتمال زیاد هنوز هم عده‌ای می‌مانند که به سمت مواد مخدر کشیده می‌شوند که برای اینها نیز باید چاره‌اندیشی کرد. به اعتقاد من مدارس باید آیین‌نامه‌ای روشن و صریح در مورد آسیب‌های اجتماعی از جمله اعتیاد داشته باشند و در آن دقیقاً مشخص کنند که با افراد مبتلا یا خاطی چگونه برخورد خواهند کرد. وجود چنین آیین‌نامه‌ای کمک می‌کند تا دیگر درحوزه اعتیاد دانش‌آموزی با اعمال سلیقه و سیاست‌های متناقض مواجه نباشیم.

دریافت کننده: سولماز ظریفی / انتشار دهنده: زهره حاجیان