

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
وَلَمْ يَكُنْ لَكُمْ سُلْطَانٌ

روش‌های نوین ترک اعتیاد

مهدی انصاری زاده



انتشارات نظری

سرشناسه : انصاری زاده ، مهدی / ۱۳۶۶
 عنوان و نام پدیدآور : روش‌های نوین ترک اعتیاد/ مهدی انصاری زاده
 مشخصات نشر : تهران: انتشارات نظری ۱۳۹۶
 مشخصات ظاهری : ۹۲ ص
 شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۲۸۹-۸۱۵-۹
 وضعیت فهرست‌نویسی : فیا
 یادداشت : کتابنامه
 موضوع : اعتیاد- درمان - جنبه‌های روان‌شناسی - نوروفیدبک - سو مصرف مواد
 رده بندی کنگره : HV۵۸۰۱ / ۱۳۹۶ الف ۸۹
 رده بندی دیویی : ۳۶۲/۲۹۳
 شماره کتابشناسی ملی : ۴۹۳۷۱۶۵

نام کتاب : روش‌های نوین ترک اعتیاد

نویسنده : مهدی انصاری زاده

طراح جلد : فائزه حسینیان

نوبت چاپ : اول - ۱۳۹۷

شمارگان : ۵۰۰

« کلیه حقوق مادی ، چاپ و نشر مخصوص و محفوظ ناشر می‌باشد »

دفتر مرکزی : تهران، خیابان ولی عصر (عج) ، خیابان سید جمال‌الدین
 اسدآبادی (یوسف آباد) ، نبش خیابان فتحی شقاقی، جنب بانک انصار

پلاک ۳۲، طبقه ۲، واحد ۱۷

E-mail: nazaribook@yahoo.com

www.nashrenazari.com

تلفن : ۸۸۱۰۲۷۷۵

همراه : ۰۹۱۹۰۱۲۹۴۵۵



انتشارات نظری

فهرست

۷.....	مقدمه کلی فصل روش نوین
۱۰.....	نوروفیدبک در اعتیاد
۱۶.....	نوروفیدبک
۱۸.....	مراحل کار نوروفیدبک و بیوفیدبک
۲۰.....	فیزیولوژی مغز و سیستم اعصاب
۳۱.....	EEG
۳۶.....	فاکتورهای اساسی در پروتوکل‌های درمانی نوروفیدبک
۴۳.....	تحریک مغز از روی مجموعه با استفاده از جریان الکتریکی
۴۷.....	منطق و فرایند علمی دستگاه TDCS
۵۲.....	انگیزه آفرینی در سوءمصرف کنندگان مواد برای ورود به درمان
۶۰.....	درمانگران در کرافت
۶۴.....	مراقبان در کرافت
۷۱.....	تحلیل کارکردی رفتار مسأله ساز
۷۹.....	مصاحبه انگیزشی
۹۶.....	BDRC
۹۷.....	مشاوره رفتاری مواد اعتیاد آور و کاهش خطر آن
۹۸.....	فلسفه درمان رفتاری مواد و کاهش خطر آن
۱۰۵.....	منابع

مقدمه کلی روش نوین

از گذشته تاکنون مشکلات خاصی در سبک زندگی^۱ انسان‌ها وجود داشته است که بهزیستی انسان را به چالش کشیده است. بعضی از مخاطرات و مشکلات مختص به یک دوره خاص از تاریخ بشر بوده است مانند جنگ‌های قومی و قبیله‌ای، قحطی و خشکسالی و یا شیوع بیماری خاصی در یک برهه ولی بعضی از این مشکلات همواره در تاریخ بشر وجود داشته است. یکی از این مشکلات سوء مصرف مواد و اعتیاد به آن‌ها بوده است.

هر چند این مساله (سوء مصرف مواد) در اعصار گوناگون دارای فرازونشیب میزان مصرف بوده است و با توجه به منطقه جغرافیایی و فرهنگ آن منطقه میزان و نوع مصرف آن متفاوت بوده است.

از روزگاران کهن، مردم می‌خواستند به کمک داروها حالت هوشیاری خود را دگرگون کنند. به عنوان مثال، برای تحریک شدن یا آرامش یابی، خوابیدن یا بیدار شدن، شدت بخشیدن به ادراک‌های عادی، یابرای ایجاد توهم (اتکینسون، ۱۹۹۳)

^۱ life style

به رغم پیشرفت‌های چشم‌گیری که بشر در قرن بیست و یکم داشته است، هنوز بسیاری از آسیب‌های اجتماعی مثل سوء مصرف مواد در سطح وسیعی از جوامع وجود دارد. به نظر برخی محققان دوره اخیر (یعنی مدرنیته)، در کنار جنبه‌های مثبتی چون پیشرفت‌های علمی، فناوری اطلاعات و...، جنبه‌های منفی همچون افزایش آسیب‌های اجتماعی از جمله سوء مصرف مواد به وجود آمده است. مدرنیته باعث تغییرات عمده‌ای در ساختار اجتماعی، خانواده و افزایش آسیب‌های روانی - اجتماعی شده است. بر اساس شواهد موجود پژوهشی، تجربه تغییر، میزان فشار روانی را افزوده و در نهایت افزایش پیامدهای روانشناختی نامطلوب، ایجاد شده است. (اسمیت و راتر Smit & Rater؛ به نقل از مجید قربانی، ملازاده علیرضا)

اعتیاد بیماری جسمی، روانی و اجتماعی است که عوامل فردی، بین فردی، محیطی و اجتماعی در پیدایش آن دخالت دارند. بنابراین آنچه در درمان اعتیاد باید مورد نظر قرار بگیرد از بین بردن این علت‌هاست. (درسنامه جامع اعتیاد ص ۲۹)

با توجه به اینکه بیماری اعتیاد بیماری جسمی و روانی است که همه کارکردهای اساسی یک فرد را دچار خلل می‌کنند و افراد یک جامعه را دچار آسیب اساسی می‌کند شاید نیاز به همراهی و

همفکری برای غلبه بر این مساله بزرگ عصر باشد. این اتفاق در جریان وقوع است. پزشکان با کشف روش‌های نوین درمان طبی و مهندسان پزشکی با ابداع ابزارهای نوین درمانی، روانشناسان با ایجاد و خلق نظریه‌های نوین روان درمانی، جامعه‌شناسان با بررسی آسیب‌های اجتماعی و ارانه راهکارهای مناسب سعی در غلبه بر یکی از چالش‌های بزرگ این عصر دارند.

در این فصل سعی شده است روش‌های نوین درمان اعتیاد که به نوعی ترکیبی از تکه‌های پازل همه علوم مرتبط است با دیدگاه و نگرش روانشناختی و روان درمانی به صورت مختصر به درمانگران این بیماری ارائه شود.

هم چنین در این فصل برخی از رویکردهای درمانی که توانسته‌اند در درمان اعتیاد کمک کننده باشند به صورت کلی در اختیار متخصصین و درمانگران و یا کسانی که درگیر این بیماری می‌باشند و نیازمند شناخت و اطلاع یابی از روش‌های نوین‌تر درمانی می‌باشند قرار می‌گیرد.

در این نوشتار روش‌های نوین برای درک بهتر و آسان‌تر به دو دسته کلی تقسیم می‌شوند.

۱- روش‌ها و رویکردهای مبتنی بر روان درمانی

۲- روش‌های و رویکردهای مبتنی بر علوم پزشکی، روانپزشکی و

علوم اعصاب

هر چند مرز مشخصی برای تفکیک این علوم در این مبحث شاید وجود نداشته باشد.

دسته اول رویکردهای روان درمانی می‌باشد که از ترکیب و یا از نظریه‌ها و مکاتب بزرگ روان درمانی استخراج شده‌اند. نظریه‌هایی که بر اصول مشاوره و روان درمانی پایه گذاری شده‌اند و اصل اساسی در آن‌ها ایجاد تغییر در رفتار، شخصیت و روان افراد با استفاده از همدلی و ارتباط مراجع و درمانگر از طریق گفتمان و ساختار درمانی مشخص است. این رویکردها شاید از نظر تاریخچه رویکرد اصلی که از آن اقتباس شده‌اند و یا خود مکتب نوین نباشند. در این مبحث نوین به معنای معرفی رویکردهایی است که کمتر مورد توجه روان درمانگران قرار گرفته است و آشنایی کمتری با آن‌ها وجود دارد. به بیان دیگر نیازمند نگاهی نوین می‌باشند.

رویکردهایی مانند: انگیزه آفرینی در سوء مصرف مواد برای ورود به درمان (کرافت) - مشاوره رفتاری مواد اعتیاد آور و کاهش خطر آن - مداخله جانسون - مصاحبه انگیزشی در اعتیاد دسته دوم رویکردهای درمانی می‌باشند که بیشتر به اقتضای علوم پزشکی، روانپزشکی و علوم اعصاب به کمک ابزار و

تجهیزات درمانی سعی در درمان این اختلال دارند. ابزار و تجهیزاتی که با تاریخچه و روش درمان مشخص برای درمان بیماری‌ها و اختلالات مشخص به کار برده می‌شوند و در درمان بیماری اعتیاد نیز تاثیر گذار و کارا بوده‌اند. روش‌هایی مانند TDCS - نوروفیدبک.

با توجه به نوین بودن و در برخی موارد کاربرد کمتر این رویکردها به علل در حال پژوهش بودن، در دسترس نبودن و فراگیری کمتر آن‌ها اطلاعات منابع محدودی در این زمینه‌ها وجود دارد و هدف از این فصل ایجاد یک گردآوری ابتدایی برای آشنایی و ایجاد سوال و پژوهش بیشتر در این زمینه برای غلبه بر یکی از مسایل اصلی عصر حاضر، بیماری اعتیاد از طریق متخصصین این حوزه می‌باشد.