

مهارت‌های فرزند پروری

برای پیشگیری از

مصرف مواد در نوجوانان

تألیف

دکتر سیامک عالیخانی

کارشناس ارشد سلامت مدارس در ستاد مرکزی

وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

دکتر آریا حجازی

عضو هیأت علمی مرکز تحقیقات پزشکی قانونی

پاییز ۱۳۹۰

سرشناسه: هالپخانی، سیامک، ۱۳۴۷ -

عنوان و نام پدیدآور: مهارت‌های فرزندپروری در پیشگیری از مصرف مواد در نوجوانان/تالیف سیامک هالپخانی، آریا حمجازی.
مشخصات نشر: تهران: انتشارات طب و جامعه، ۱۳۹۰.

مشخصات ظاهری: ۹۲ ص.؛ مصور، جدول.

شابک: ۱۹۵۰۰-۹۱۲۸۱-۲-9-978-600

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

یادداشت: و.ا.د.ا.ه.

موضوع: نوجوانان. - اعتیاد - پیشگیری

موضوع: اعتیاد - پیشگیری

موضوع: نوجوانان -- سوء استفاده دارویی - پیشگیری

موضوع: جوانان -- مواد مخدر

موضوع: اعتیاد - درمان

موضوع: مواد مخدر

شناسه افزوده: حمجازی، آریا، ۱۳۴۷ -

رده بندی کنگره: HV۵۸۲۴/ن ۶۸۰۲-۱۳

رده بندی دیویی: ۳۶۲/۲۹۳

شماره کتابشناسی ملی: ۲۶۱۶۷۶۴

مهارت‌های فرزندپروری برای پیشگیری از مصرف مواد در نوجوانان

مؤلفان: دکتر سیامک هالپخانی و دکتر آریا حمجازی

طراحی جلد: مرضیه خوندانی

ناشر: انتشارات طب و جامعه

تیراژ: ۲۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول

پاییز ۱۳۹۰

قیمت: ۱۹۵۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۱۲۸۱-۲-۹

ISBN: 978-600-91281-2-9

نشانی: تهران، خیابان دکتر لریپ، پد از خیابان نصرت، ساختمان شبانگ، پلاک ۲۶، طبقه ۲، واحد ۱۸ - تلفن: ۶۶۴۳۷۹۸۸-۰۲۱

فهرست عناوین

فصل اول: منظور ما از مواد چیست؟	۹
فصل دوم: چرا نوجوانان به سوی مواد می‌روند؟	۱۷
فصل سوم: علایم هشدار دهنده مصرف مواد در نوجوان	۲۳
فصل چهارم: اصول فرزندپروری برای پرورش نوجوانان عاری از مواد:	۲۹
۱- با نوجوان خود ارتباطی قوی برقرار کنید.	۳۰
۲- پدر یا مادر باشید نه یک رفیق.	۳۳
۳- مراقب فرزندان باشید: اصول نظارت.	۳۴
۴- اهمیت مقررات برای نوجوان خود محدودیت‌هایی قابل شوید.	۳۶
۵- محدودیت‌هایی برقرار کنید.	۳۷
۶- قواعد را اولویت بندی کنید.	۳۸
۷- بگذارید نوجوان نتیجه فشارش در قبال مقررات را ببیند.	۳۸
۸- علاقه خود را نشان دهید.	۳۹
۹- فشارها را به حداقل کاهش دهید.	۳۹
۱۰- امنیت الکترونیک و اینترنتی را برقرار سازید.	۴۰
۱۱- یک الگوی مثبت باشید.	۴۱
۱۲- با نوجوان خود در اوقات معمولی روز صحبت کنید.	۴۱
۱۳- آیا باید لوازم نوجوان را تفتیش کرد؟	۴۲
۱۴- امنیت نگاهداری داروها.	۴۵
۱۵- صحبت کردن با نوجوان در مورد مصرف الکل.	۴۶
۱۶- وقتی از مصرف مواد نیروزا توسط نوجوان آگاه شدید، چه کار کنید؟	۴۷
فصل پنجم: خصوصیات سنی نوجوانان و توجه به مواد	۴۹
۱- ابتدای نوجوانی (پایه‌های ۴ و ۵ ابتدایی).	۵۰
۲- سال اول راهنمایی تحصیلی: دوران گذار.	۵۱

۵۳	۳- نوجوانان پایه‌های ۷ تا ۹ (دو سال انتهای دوره راهنمایی و سال اول متوسطه)...
۵۳	۴- نوجوانان پایه‌های ۱۰ تا ۱۲ (سه سال انتهای دوره متوسطه).....
۵۷	فصل ششم: آموزش ارزش‌ها.....
۶۱	منابع.....
۶۳	پیوست: آشنایی با مواد رایج.....

www.ketab.ir

مقدمه

فرزندان جامعه از بطن نهادی به نام خانواده پا به عرصه هستی می‌گذارند. این نهاد آغازگر مهمترین بخش از فرآیند آموزش و پرورش فرزندان است و تأثیرآموزدهای آن اثری شگرف در شکل‌گیری شخصیت افراد و زندگی فردی و اجتماعی آنان در آینده دارد. مادر و پدر دو رکن اصلی در شکل‌گیری خانواده هستند و توانایی‌ها و مهارت‌های آنان در تربیت و پرورش صحیح فرزندان برای ایجاد نسلی سالم نقشی کلیدی دارد که به هیچ وجه با تأثیر افراد و نهادهای دیگر در جامعه قابل قیاس نیست.

امروزه که سواد و دانش عمومی توسعه‌ای درخور یافته است، افزایش توانمندی‌ها و مهارت‌های فرزندی‌پروری از طریق مطالعه ضرورتی است که توسط والدین به خوبی درک و دنبال می‌شود. بسیاری از والدین خطراتی را که ممکن است سلامت جسمی، روانی و اجتماعی فرزندان‌شان را تهدید کنند می‌شناسند و پیشگیری از این خطرات همواره دغدغه و مشغولیتی فکری برای آنان محسوب می‌شود. مصرف انواع مواد به دلیل وفور آن در جامعه، یکی از رایج‌ترین این دغدغه‌هاست و از این‌روست که والدین به دنبال راه‌هایی برای پیشگیری از مصرف و اطمینان از دوری فرزندان‌شان از این مواد هستند.

کتاب حاضر تلاش دارد تا دانش پایه برای پیشگیری از مصرف مواد در سنین نوجوانی را در اختیار پدران و مادران قرار دهد. با مطالعه این کتاب با علل ریشه‌ای تأثیرگذار بر این معضل، راه‌ها و توصیه‌های عملی برای والدین برای جلوگیری از مشکل رهاست مواد رایج مورد مصرف آشنا می‌شوید.