

ترک اعتیاد و کاهش آسیب ها

www.ketab.ir

مؤلف:

ربابه فرمانی

روانشناس

سرشناسه	:	فرمانی، ربابه، ۱۳۶۱ -
عنوان و نام پدیدآور	:	ترک اعتیاد و کاهش آسیب‌ها/مؤلف ربابه فرمانی.
مشخصات نشر	:	گرگان، انتشارات نوروزی، ۱۴۰۲.
مشخصات ظاهری	:	۷۶ ص.
شابک	:	978-622-02-3072-4
وضعیت فهرست نویسی	:	فیا
یادداشت	:	کتابنامه.
موضوع	:	اعتیاد -- درمان
		Drug addiction -- Treatment
		اعتیاد -- پیشگیری
		Drug addiction -- Prevention
		مواد مخدر
		Narcotics
		معتادان به مواد مخدر -- روابط خانوادگی
		Drug addicts -- Family relationships
رده بندی کنگره	:	HV۵۸۰۱
رده بندی دیویی	:	۳۶۲/۲۹۳
شماره کتابشناسی ملی	:	۹۳۳۹۸۴
اطلاعات رگورد کتابشناسی	:	فیا

ترک اعتیاد و کاهش آسیب‌ها

مؤلف : ربابه فرمانی

نوبت چاپ : اول - ۱۴۰۲

مشخصات ظاهری : ۷۶ ص

قطع: رقعی

شمارگان: ۳۰۰

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۰۲-۳۰۷۲-۴

چاپ و نشر: نوروزی-۰۱۷۳۲۲۴۲۲۵۸

قیمت: ۱۵۰۰۰۰ تومان

حق چاپ برای نویسنده محفوظ می باشد.



گلستان، گرگان، خیابان شهید بهشتی، پاساژ رضا، کدپستی ۴۹۱۶۶۵۷۳۷۶

entesharatnoruzi

۰۱۷-۳۲۲۴۲۲۵۸-۰۹۱۱۳۷۱۹۱۱۵

www.entesharate-noruzi.com

entesharate.noruzi@Gmail.com

چاپ و نشر نوروزی

مقدمه	۹
-------	---

فصل اول

تاریخچه	۱۲
سوء مصرف مواد	۱۲
وابستگی به مواد	۱۲
مواد	۱۳

فصل دوم

سبب شناسی اعتیاد	۱۶
عوامل مخاطره آمیز فردی	۱۶
تاثیر مواد بر فرد	۱۷
عوامل مخاطره آمیز بین فردی و محیطی	۱۷
عوامل مربوط به خانواده	۱۷
تاثیر دوستان	۱۸
عوامل مربوط به مدرسه	۱۸
عوامل مربوط به محل سکونت	۱۹
عوامل مخاطره آمیز اجتماعی	۱۹
هوش هیجانی در افراد دارای سوء مصرف مواد	۲۰
پنج حیطه‌ی اصلی هوش هیجانی	۲۰
ویژگی افراد با هوش هیجانی بالا یا پایین	۲۱

فصل سوم

طبقه بندی انواع مواد مخدر	۲۴
---------------------------	----

۲۴.....	انواع مواد مخدر صنعتی.....
۲۶.....	توهم زها.....
۲۷.....	مواد استنشاقی.....
۲۷.....	اپوئیدها.....
۲۸.....	الکل و اتانل.....
۲۹.....	سیگار.....
۲۹.....	حشیش.....
۳۰.....	کوکائین.....
۳۰.....	داروهای ضدافسردگی.....
۳۱.....	متادون.....
۳۲.....	استروئیدها.....
۳۳.....	علائم تشخیص اعتیاد در معتادین به مواد مخدر.....
۳۳.....	علائم روحی و جسمی فرد معتاد.....
۳۴.....	ویژگی های شخصیتی که افراد را در معرض اعتیاد قرار می دهد.....
۳۷.....	فصل چهارم.....
۳۸.....	آثار مصرف مواد مختلف.....
۳۸.....	اثرات کوتاه مدت استفاده از حشیش.....
۳۸.....	اثرات بلندمدت استفاده از حشیش.....
۳۹.....	آثار روانی.....
۳۹.....	آثار جسمی تریاک.....
۳۹.....	آثار کوتاه مدت مصرف تریاک.....
۳۹.....	اثرات درازمدت مصرف تریاک.....
۳۹.....	آثار مصرف داروهای مسکن، خواب آور.....
۴۰.....	آثار مصرف کوکائین.....

۴۰.....	جسمی
۴۰.....	آثار مصرف آمفتامین ها
۴۱.....	آثار مصرف متامفتامین یا کریستال
۴۱.....	عوارض مصرف طولانی مواد مختلف
۴۱.....	عوارض مصرف طولانی مدت مواد افیونی
۴۲.....	عوارض مصرف محرک ها در مقادیر بالا
۴۲.....	عوارض مسمومیت با مواد
۴۲.....	علائم ترک مواد مختلف

۴۵.....	فصل پنجم
۴۶.....	پیشگیری از عود
۴۶.....	دلایل عود اعتیاد
۴۶.....	مراحل لغزش اعتیاد
۴۸.....	عوامل موثر در عود اعتیاد
۴۸.....	چند مهارت اصلی پیگیری از عود اعتیاد
۴۹.....	ذهن آگاهی
۴۹.....	محرک های خود را بشناسید

۵۱.....	فصل ششم
۵۲.....	اجتماع درمانی TC
۵۲.....	اهداف اجتماع درمانی
۵۴.....	زندگی درست از دیدگاه TC
۵۴.....	بهبودی از دیدگاه TC

۵۷.....	فصل هفتم
۵۸.....	شخصیت و نقش سازه های آن در سو مصرف مواد
۵۸.....	چهار بعد اصلی شخصیت

۵۹.....	مشخصات شخصیتی در ویژگی های افراد معتاد
۶۰.....	علت این رفتار چیست؟
۶۰.....	عوامل ژنتیک شخصیت معتاد
۶۰.....	اختلال کنترل تکانه و شخصیت معتاد
۶۱.....	اعتیادها، رفتارهای غیرقابل کنترل و شخصیت معتاد
۶۲.....	راه های غلبه بر شخصیت معتاد
۶۲.....	مصرف الکل برای معاشرت
۶۳.....	خرید برای عزت نفس

۶۵.....	فصل هشتم
۶۶.....	اعتیاد و خانواده
۶۸.....	تاثیر اعتیاد بر همسر و فرزندان چگونه است؟
۶۹.....	عوامل خطر ساز اعتیاد در خانواده

۷۱.....	فصل نهم
۷۲.....	پیشگیری
۷۲.....	راه های جلوگیری از اعتیاد
۷۳.....	چرا پیشگیری از اعتیاد مهم است؟
۷۳.....	آگاهی از عوامل مرثر در گرایش به اعتیاد
۷۴.....	آگاهی از روند پیشرفت اعتیاد
۷۴.....	آگاهی از مضرات و عواقب اعتیاد
۷۵.....	آموزش برای جلوگیری از اعتیاد
۷۵.....	تقویت عزت نفس و اعتماد به نفس
۷۵.....	آموزش مهارت نه گفتن و دوری از اطرافیان خطرناک
۷۵.....	هدف گذاری در زندگی و پیش گرفتن سبک زندگی سالم
۷۶.....	مشاوره برای پیشگیری از اعتیاد

مقدمه

واقعیت این است که در تمام جوامع جرایم مختلفی به چشم می‌خورد که معمولاً مربوط به ساخت اجتماعی آن جامعه است. اما وقتی که تعداد این جرایم و بزهکاری‌ها از حد معینی گذشت می‌توان از یک بیماری اجتماعی نام برد. برای نمونه نسبت معتادان به جمعیت جامعه حاکی از یک مسأله جدی و آسیب‌ها اجتماعی است. آسیب‌های اجتماعی اصولاً پدیده‌هایی را در بر می‌گیرند که از زندگی جمعی نشأت می‌گیرند و به عبارتی از جمع برمی‌خیزد و در وجدان جمعی و باور عمومی مردم مخل نظم طبیعی جامعه محسوب می‌شود و با ارزش‌های اجتماعی در تضاد است و سلامت جامعه را به خطر می‌اندازد.

یکی از بدترین چیزهایی که می‌تواند برای هر کسی اتفاق بیفتد اعتیاد است. اعتیاد به هر چیزی مضر است و آسیب‌های جدی را به همراه می‌آورد از جمله بدترین اعتیادها به مواد مخدر است که قطعاً آسیب‌های روحی و جسمی را در پی خواهد داشت متأسفانه عده‌ای در دام این بلای خانمان سوز می‌افتند و نمی‌دانند که چطور می‌توانند از شر آن خلاص شوند بارها، ممکن است برای همه ما پیش آمده باشد که معتادی را در کنار خیابان دیده ایم و به دید یک مجرم به آن نگاه کرده باشیم ولی بهتر است همیشه در چنین شرایطی این جمله را برای خودمان بگوییم که معتاد مجرم نیست بلکه یک بیمار است متأسفانه به دلایل مختلفی این افراد در دام اعتیاد می‌افتند برخی‌ها می‌گویند که از سر فقر و بی‌پولی گرفتار اعتیاد

شده‌اند و برخی روحی و هم از نظر جسمی... مثلاً پدری که نان‌آور خانواده است و معتمد شده باشد قطعاً دیگر نمی‌تواند مسئولیت‌ها و وظایف خودش را در قبال خانواده اش به خوبی انجام بدهد چون باید هزینه‌های زیادی را صرف اعتیاد خود کند یا دانشجوی و دانش‌آموزی که به هر دلیلی معتمد شده نمی‌تواند به درسش ادامه بدهد و مانند گذشته پیش برود. مقصر اصلی در معتمد شدن هر شخص خودش است یعنی هر کس باید در چنین شرایطی مراقب باشد که فریب نخورد و به دنبال راه‌های غلط نرود.

اما دوست نیز نقش مهمی در زندگی داشته است. یک دوست بد می‌تواند شما را به راه‌هایی بکشانند که اصلاً فکرش را نمی‌کردید مثلاً اگر دوست شما معتمد باشد ممکن است کم‌کم شما نیز به این راه کشیده شوید پس انتخاب دوست خوب می‌تواند در زندگی شما نقش مهمی داشته باشد و به سادگی نباید از کنار آن رد شد.

بهار ۱۴۰۲