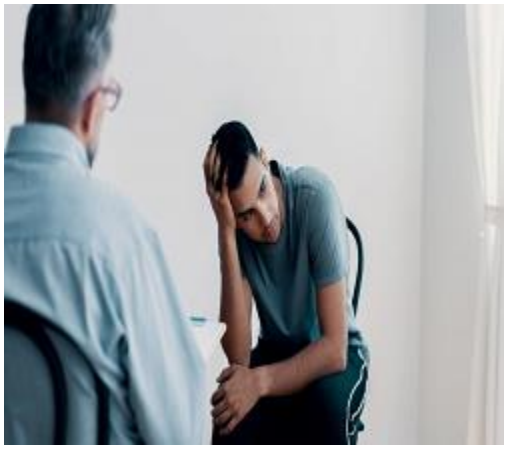
خانواده‌ها چطور به اعتیاد نوجوانشان پی ببرند؟



نوجوانی دوره حساس و مهمی است که اگر خانواده مراقب رفتار و تجربیات فرزندانشان نباشند، ممکن است نوجوان دست به کارهای خطرناکی بزند،حتی به سمت اعتیاد برود، دنیای امروز هم متأسفانه دسترسی به مواد مخدر را آسان تر کرده است. اما چطور والدین باید به اعتیاد فرزندشان پی ببرند؟ این گزارش را بخوانید.

گروه زندگی : کسری پسر نوجوان دبیرستانی نوزده ساله است که این روزها قرار است خود را برای ورود به دانشگاه آماده کند اما پدر و مادرش شاهدند که میلی به درس خواندن ندارد، سرکلاس‌های کنکورش شرکت نمی‌کند و زیاد هم با دوستانش مراوده ندارد و پدرش شاهد بوده که با دو نفر دوست غریبه رفت و آمد کرده و مدام هم برای بهانه‌های هزینه تحصیل که واضح و روشن هم نیست، از آنها پول می‌گیرد. اینها مواردی شده است که پدر و مادر به او شک کرده‌اند و مسئله را با یک روانشناس در میان گذاشته‌اند که مبادا فرزندشان دچار مشکلی شده باشد و یا اینکه درگیر با مواد مخدر و اعتیادی باشد.

همه این علامت‌ها هم می‌تواند و هم نمی‌تواند علامت اعتیاد باشد، اما به هرحال پدر و مادر بهتر است که جانب احتیاط را رعایت کنند تا نوجوان اگر با مشکلی روبه رو شده بتوانند تا دیر نشده، آن را رفع کنند و اثرات کمتری روی فرزندشان داشته باشد. طبق گفته محققان حوزه اعتیاد ؛ فرد معتاد با نشانه‌های رفتاری و شرایط فیزیولوژیکی شناخته می‌شود، نخست اینکه فرد نتواند مواد را کنار بگذارد، دوم اینکه مدام میزان مصرفش تغییر کند و بالاتر برود و سوم ارتباطاتش با دوستان و خانواده و دیگران کمتر شود، این نشانه‌ها همه می‌توانند نگران کننده باشند.

حال سوال این است که چرا دوران نوجوانی برای درگیر شدن با اعتیاد حساس تر و نگران کننده تر است، براساس شرایط رشدی انسان، سنین نوجوانی باعث تغییرات هورمونی و رفتاری می‌شود که فرد نوجوان دوست دارد چیزهای جدید را در زندگی‌اش کشف کند، خطر کند و رفتارهای متفاوتی از خود نشان دهد که به هرحال مواد مخدر از جمله چیزهای متفاوت و ریسکی است که نوجوان ممکن است بخواهد آن را تجربه کند.

*علائم مصرف مواد مخدر در نوجوانان

دکتر «محمدرضا قدیرزاده،» پزشک و پژوهشگر حوزه اعتیاد در این باره می‌گوید:«خیلی وقت ها خانواده‌ها به ما مراجعه می‌کنند در حالیکه از سلامتی نوجوانشان نگران هستند، تغییراتی در خلق و خو و رفتار، منش و ظاهرشان ایجاد شده و می‌ترسند که نکند فرزندشان به سمت اعتیاد رفته باشد.اینجاست که ما علائم و نشانه‌ها را بررسی می‌کنیم و برایشان توضیح می‌دهیم که این نشانه ها را چقدر جدی بگیرند.

مثلا خانواده ها مطرح می‌کنند که تازگی‌ها نوجوانشان به دلائل مختلف پول توجیبی بیشتری در خواست می‌کند مثلا یک روز می‌گوید که کفشش پاره شده، روز دیگر کلاس تقویتی را بهانه می‌کند یا اینکه دفتر و کتاب می‌خواهد و خلاصه به انواع و اقسام مختلف به دنبال گرفتن پول است . بنابراین خود خانواده متوجه می‌شود که بچه به لحاظ مالی وضعیت خرج کردن پولش بیش از حالت عادی شده است.

یا اینکه فرزندشان گوشه‌گیر یا خیلی پرحرف شده و البته هر دو هم می‌تواند علائم مصرف مواد مخدر یا قرص‌های روانگردان باشد. یا نکته دیگر اشتهایش خیلی زیاد یا کم شده البته با توجه این نکته که برخی نوجوان‌ها در دوران بلوغ اشتهایشان بیشتر می‌شود یا حتی دیده شده که شب‌ها هم سر یخچال می‌روند و شروع به خوردن می‌کنند بنابراین ممکن است اینها علائم مصرف گل یا حشیش هم باشند و از سوی دیگر خانواده‌های می‌بینند که فرزندش به شدت کم اشتها شده که می‌تواند نشانه مصرف روان گردان یا قرص‌های اکس ، LSD یا شیشه باشد که اغلب کم اشتهایی می‌آورد.

در جای دیگری خانواده مطرح می‌کند که تازگی فرزندشان از انواع و اقسام ادکلن یا خوش بو کننده‌های دهان و دندان استفاده می‌کند که این هم می‌تواند برای اعتیاد شک برانداز باشد چرا که به هرحال برخی مواد مخدر یا روان گردان مثل گل و حیشش بوی خیلی بدی دارند و نوجوان برای اینکه بوی بد دهان یا اتاقش را از بین ببرد، از انواع خوش بو کننده‌ها استفاده می‌کند یا حتی دیده شده که بعد از مصرف برخی مواد مخدرها چشم ها قرمز می‌شوند به همین خاطر از قطره‌های چشمی شفاف کننده استفاده می‌کنند که دیدن تعدادی از این قطره‌ها بدون مقدمه در کیف یا جیب بچه‌ها نیز می‌تواند شک برانگیز باشد.

بنابراین هرچند خیلی جالب نیست که خانواده یعنی پدر و مادر وسایل فرزند یا اتاقشان را وارسی کنند اما در مواردی که این شبهات ایجاد می‌شود می‌توان چنین کارهایی انجام داد مثلا اینکه اگر در کیف یا وسایل نوجوان لوازمی مثل پایپ که شیشه است یا سیگارهای باز شده یا بسته شده که حشیش یا گل می‌تواند باشد یا تکه‌های نایلون یا فویل آلومینیوم و یا فندک‌های با شعله‌های زیاد می‌تواند علائم مصرف مواد و روانگردان باشد.

علاوه بر همه اینها تغییرات رفتاری یک مرتبه مثل افسردگی زیاد یا پرخاشگری نیز باید مورد توجه والدین باشد.

اگر والدین این موارد را در نوجوان خود ببینند،به جای اینکه خودشان ورود کنند و با نوجوان صحبت کنند که تو مواد مصرف می‌کنی و درگیر شوند و مسائل دیگر که نوجوان زیربار نرود و انکار کند، بهترین حالت این است که با یک مشاور صحبت کنند که چطور با نوجوانشان این مسئله را مطرح کنند و راهکار برای رفع مشکل را پیدا کنند ».

*علائم جسمانی اعتیاد نوجوان

طبق گفته محققان برخی علائم جسمانی اعتیاد نوجوانان شامل گشادی مردمک چشم و قرمزی آن، خشک شدن دهان، کاهش وزن یا افزایش ، سرماخوردگی زیاد و خون دماغ شدن، تغییر رنگ صورت و بیش فعالی است.

*پیشگیری بهتر از درمان است

همیشه مطرح شده که پیشگیری بهتر از درمان است اگر پدر و مادر در مراحل مختلف رشدی مراقبت لازم را از فرزندانشان داشته باشند به لحاظ اعتماد به نفس و ارتباط با فرزند بتوانند زمینه رشد فکری و جسمی بچه‌ها را در خانواده فراهم کنند و نیازهای آنها را به میزان لازم برآورده کنند، بنابراین این همان پیشگیری است که دیگر کار را به درمان نمی‌رساند. بنابراین والدین همیشه باید مراقب باشند که هر چیزی در کمین نوجوانشان است حتی اعتیاد!

به همین دلیل طبق گفته روانشناسان نخستین نکته این است که والدین با فرزندانشان دوست باشند، اعتماد به نفس آنها را تقویت کنند و سعی کنند در ارتباط با همه مسائل مختلف با نوجوانشان صحبت کنند حتی درباره اعتیاد و هشدارهای لازم از ارتباطات خاص با افراد را به آنها گوشزد کنند و اطلاعات کافی را راجع به مواد مخدر و روانگردان به فرزندانشان بدهند تا خدایی نکرده کار به درمان و مسائل حاشیه‌ای و دشوار آن نرسد.