

انظاره‌گر خواهد بود، مواقفیت‌ها را ویدادها و زیگرها و هنرها باشند که احتمال مصرف مواد را افزایش می‌دهند و در مقابل عوامل وجود دارندگه شخص مطالقات کنندگه‌دارند؛ در جایی که احتمال وجود مشکل رفتاری در توانان را کاهش می‌دهند.



اقدامات والد موصى به

بچه والد هوشمند برای محافظت از نوجوان خود در برابر عوامل خطرساز می‌تواند مواد زیر را اجتناب دهد:

- آگاه و مطلع باشد.
- به عنوان الگوی فرزندان سعی در کسب اطلاعات لازم و یادگیری نمایید.
- به رشد مهارت‌های اجتماعی، هانتدبرنامه ریزی، تصمیم‌گیری و مهارت‌های مقاومت کمک کنید.
- به نوجوانان کمک کنید احساس قدرت و اراده شخصی، عزت نفس و نظر مثبتی نسبت به آینده خود داشته باشند.
- محدودیت تعیین کنید. الگوباشید و انتظارات رفتاری مناسب داشته باشید.
- ویژگی‌های مثبت مانند مسئولیت‌بازی و خویشتن داری را تقویت کنید.
- از همه اعضای خانواده حمایت کنید.
- استفاده همیشگی از وقت را تشویق کنید. مثلًا در فعالیت‌های تفریحی و خلاق شرکت گردد و یا در منزل به افراد کمک نمایید.
- آگاهی نوجوان را تقویت کنید.
- با در نظر گرفتن عوامل خطرساز خانوادگی، وجود فرد مصرف کننده در خانواده سعی کنید سایر عوامل را بهتر و دقیق‌تر مدیریت کنید.

عوامل خطرساز در شش دسته طبقه‌بندی شده است به شرح ذیل:

عوامل خطرساز فردی مانند: مشکلات سلامت روان (افسوسگی، اضطراب و...)

عوامل خطرساز همسالان مانند: رابطه بادوستانی که مواد مصرف می‌گنند یا رابطه بادوستانی که مشوق مصرف آنها هستند، وقت و پول زیادی دارند ولی سرگرم فعالیت‌های اجتماعی ثابت نیستند.

عوامل خطرساز خانواده مانند: حضور در خانواده‌ای که یکی از اعضا گرفتار مصرف مواد است یادیگاه سهل انتگارانه نسبت به آن دارد.

عوامل خطرساز مدرسه: شکست تحصیلی، فضای منفی، نامنظم و نایمن در مدرسه

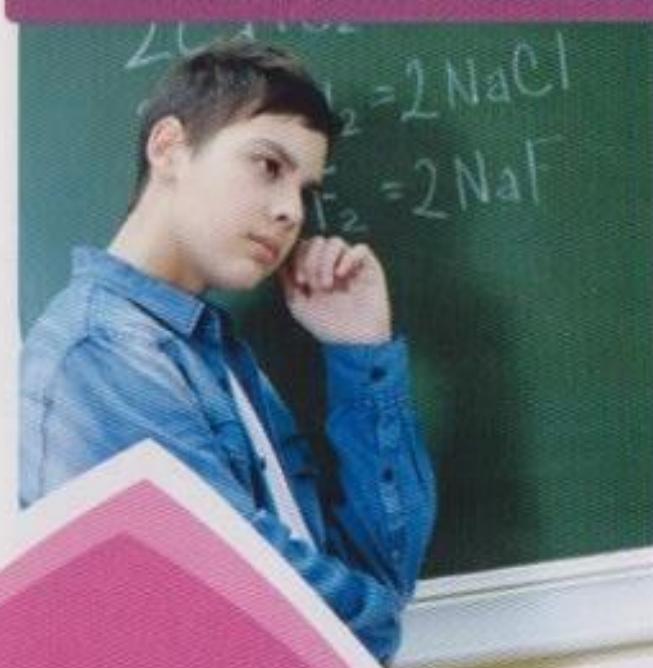
عوامل خطرساز محله: هنجارهای اجتماعی که سو. مصرف مواد را تقویت می‌گنند.

عوامل خطرساز جامعه مانند: فراوانی و سهولت دسترسی به مواد، وجود نوجوانان مصرف کننده مواد

عوامل خطر را بازدیدهای مبالغه کنید. نوجوان تنها چه تعدادی از عوامل خطر را دارد؟ اگرچه گمیز به عنوان بچه والد هوشمند چه کارهایی برای افزایش عوامل محافظه و کاهش عوامل خطر عنوان نماید؟

هنگامی که والدین نوجوانان خود را دقیقاً نظارت و کنترل می‌کنند و آگاهی خوب در مورد فعل حضور آنها دارند، ۱۱٪ کمتر از مواد مخدر استفاده می‌کنند.

بهترین والدین والدین هستند که کودکان آنها مناسب ترین رفتار را در مدرسه دارند.



در آسیای میانه برنامه‌ای در جهت افزایش مهارت‌های خانواده اجرا شد که درگیری‌ها در خانواده‌های شرکت کننده را به نصف کاهش داد و روابط افراد در خانواده بهبود زیادی داشت.

برای شرکت در جلسات فرزند بروزی و باسخ به سوالات خود به مرکز جامع خدمات سلامت مراجعه فرمایید.

«برگرفته از کتاب نوجوان سالم»

چرا نوجوانان بطورکلی افراد سراغ
صرف مواد می‌روند؟



سالمند