

چگونگی رابطه موثر خانواده با مصرف کننده مواد

معتاد کیست؟ زن یا مردی که زندگی اش را، مواد مخدر کنترل کند.

زمانی که تمام زندگی و فکر و ذکر یک فرد به نوعی در مواد مخدر خلاصه شده است و همیشه مشغول گرفتن و مصرف کردن آن بوده و یا به دنبال راه تهیه آن می باشد.

زندگی می کنند تا مصرف کنند و مصرف می کنند تا زندگی کنند.

نکته: رفتار خانواده با فرد معتاد، در بهبودی، درمان و پیشگیری از اعتیاد نقش معجزه آسایی دارد.

خانواده محترم بیمار:

بیماری که قطع مصرف کرده است آسمان دلش آبی نشده و بلبل برایش چهچه نمی زند، چنین شخصی چشمش به تمام تخریب هایی که به علت اعتیاد صورت گرفته باز شده و تمام مسئولیت هایی که تا کنون نادیده گرفته است مانند سیلی خروشان به سمتش در حرکتند.

افسردگی و بسیاری از اختلالات پیدا و پنهان روانپزشکی و یا روانشناختی و حتی اختلالات جسمی بسیاری از توانایی ها و مهارت ها را از بیمار گرفته است و میل جدید به نام میل به مصرف مواد را با خود به همراه دارد.



مبانی اولیه ارتباط با معتاد

✓ پذیرید که عزیز شما از بیماری اعتیاد رنج می برد و قدرت انتخاب و کنترل مواد را از دست داده است.

✓ هرچند که دیدن عذاب کشیدن عزیزتان برای شما بسیار ناراحت کننده است اما باید بگذارید تا او عواقب اعتیاد خود را تجربه کند چون در این حالت احتمال تمایل به پاک شدن در او بیشتر است.

✓ باید بدانید عزیز شما ممکن است از مصرف مواد دست بردارد و برای ادامه اعتیاد خود، به هر شیوه ای متوسل شود.

✓ حق دارید که از بابت معتاد شدن عزیزتان نگران باشید اما باید بدانید که او برای بهبودی به حمایت شما احتیاج دارد.

✓ در برخورد با آن ها رفتار صبورانه در پیش بگیرید باید بدانید شما از آنها می خواهید از عاداتی دست بردارند که یک عمر با آنها بوده است و دست برداشتن از اعتیاد به زمان زیاد نیاز دارد و یک شب امکان پذیر نیست.

✓ وانمود نکنید که رفتارهای ویران گر آن ها را درک کرده و نادیده می گیرید اما از انتقاد کردن آن ها به خاطر رفتارشان خودداری کنید و سعی کنید صحبت های شما به بحث و جدل تبدیل نشود.

✓ از دستور دادن، تهدید کردن، التماس کردن، رشوه دادن، تشویق کردن و یا مجبور کردن آن ها به انجام کاری خود داری کنید و این گونه رفتارها باعث می شود، اعتیاد فرد بیمار شدت بیشتری پیدا کند.

✓ به جای آنکه آنها را امر و نهی کنید از آن ها بخواهید تا با شما درباره آنچه در ذهن شان می گذرد صحبت کنند و احساسات خود را برای شما بیان کنند.





چگونگی رابطه موثر خانواده با مصرف کننده مواد



دسترسی به مطالب آموزشی با:

(۱) **بارکد:** جهت دریافت مطالب
آموزشی، تصویر مقابل را با دوربین
تلفن همراه خود اسکن نمایید.

(۲) **کانال گپ/ایتا**

<https://gap.im/nursingclinic>

<https://eitaa.com/joinchat/2349335043Ccb0415afa8>

♦ انجمن حمایتی برای حمایت اعضای خانواده معتادان
به مواد مخدر و الکل

♦ **الانان** ← انجمن جهانی و اعضای آن مردان و
زنانی هستند که همسران و بستگان یا دوستان نزدیک آنها،
الکلی و معتاد هستند و به منظور حل مشکل مشترکشان در
تجربیات هم سهیم می شوند.

♦ **الایتین** ← جوانان و نوجوانانی هستند که زندگی
شان تحت تاثیر یکی از اعضای خانواده قرار گرفته است
و اعضای آن دختران و پسرانی است که از مصرف
مواد توسط والدین خود آسیب دیده اند.
هیچ شهریه ای برای عضویت دریافت نمی شود و الانان و
الایتین با کمک های داوطلبانه اعضا اداره می شود.

شماره تماس

کمیته اطلاع رسانی خراسان رضوی، شمالی و جنوبی

۰۹۳۵ ۴۱۰ ۹۵ ۱۶

تهیه کننده: کمیته آموزشی و ارتقای سلامت بیمارستان ابن سینا
تایید کننده: گروه آموزشی روان پزشکی/ اداره بهبود کیفیت و ایمنی
بیمار

تصویب کننده: معاون توسعه مدیریت و منابع
شماره تماس کلینیک پرستاری آموزش سلامت
۰۵۱-۳۷۰۰۲۳۹۸

منابع: <https://medlineplus.gov/psychoticdisorders.html>

کلیات پزشکی منیره نوبهار

ابزارهای ارتباط موثر با معتادان

- ♦ به جای نصیحت کردن، بازخورد بدهید.
- ♦ از نصیحت کردن بپرهیزید و پیشنهاد یا رهنمود
دادن جنبه حمایتی دارد و احتمال اینکه فرد معتاد
به حرف شما گوش دهد به مراتب بیشتر است.
- ♦ ضد و نقیص گویی های معتادان را به آن ها
یادآوری کنید.
- ♦ مسئولیت تصمیم گیری ها را به آنها بسپارید.



- ♦ انجمن ویژه معتادان به مواد مخدر (NA): در
این گروه آن ها می توانند با استفاده از ابزارهای برنامه
۱۲ قدم، از تاثیرات و عوارض بیماری اعتیاد خلاص شده
و به سمت زندگی بهتر و سالم تر گام برمی دارند.

اصول برنامه های ۱۲ قدمی

