

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 مسوولیت هایی که تا کنون نادیده گرفته است مانند سیلی خروشان به سمتش در حرکتند.

افسردگی و بسیاری از اختلالات پیدا و پنهان روان پزشکی 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

✓ بپذیرید 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 آن ها می خواهید از عادت های دست بردارند که یک عمر با آن ها بوده است و دست برداشتن از اعتیاد به زمان زیاد نیاز دارد و یک شب امکان پذیر نیست.

✓ وانمود نکنید که رفتارهای ویرانگر 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 خودداری کنید و این گونه رفتارها باعث می شود، اعتیاد فرد بیمار شدت بیشتری پیدا کند.

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





پمفلت آموزشی



کد سند: Ibn-e-Sina&Dr.Hejazi.H 1397/B-Ps.W-Br-08 تاریخ تهیه: ۱۳۹۷/۰۹/۰۵
شماره بازنگری: ۶ تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۳/۰۱ تاریخ بازنگری بعدی: در صورت نیاز به تغییر، بازنگری انجام می گردد.



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/Ebnecina1404>

◆ 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.

◆ **الاتین** ← 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 الاتین با کمک های داوطلبانه اعضا اداره می شود.

شماره تماس

کمیته اطلاع رسانی خراسان رضوی، شمالی و جنوبی

۰۹۳۵ ۴۱۰ ۹۵ ۱۶

تهیه کننده: کمیته‌ی آموزش و ارتقای سلامت بیمارستان ابن سینا

تایید کننده: گروه آموزشی روان پزشکی / اداره بهبود کیفیت و ایمنی بیمار

تصویب کننده: معاون آموزشی بیمارستان

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، باز خورد 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.
- ◆ مسوولیت تصمیم گیری ها را به آن ها 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

