

مقاله اصلی

طراحی الگوی پیشگیری از اعتیاد از دیدگاه نوجوانان سالم، نوجوانان درگیر اعتیاد و متخصصین حوزه اعتیاد؛ رویکرد ترکیبی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۱۰/۲۲ - تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۲/۱۲

خلاصه

زمینه و هدف: اعتیاد نوجوانان یکی از پیچیده‌ترین آسیب‌های اجتماعی است که نیازمند الگوهای پیشگیرانه بومی و چندبعدی می‌باشد. پژوهش حاضر با هدف طراحی الگوی پیشگیری از اعتیاد نوجوانان با تمرکز بر بافت اجتماعی و فرهنگی شهر بیرجند انجام شد.

مواد و روش‌ها: این پژوهش با رویکرد آمیخته (کیفی-کمی) انجام شد. در بخش کیفی، مشارکت کنندگان شامل سه گروه بودند: ۸۰ نفر شامل نوجوانان درگیر اعتیاد (۳۳ نفر)، نوجوانان سالم (۳۲ نفر) و متخصصان حوزه اعتیاد (۱۵ نفر) که با روش نمونه‌گیری هدفمند تا حد اشباع نظری انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده‌ها، مصاحبه‌های نیمه‌ساختارمند عمیق بود که بر اساس روش تحلیل مضمون کراسول و کلارک (۲۰۱۷) تحلیل گردید. برای اطمینان از اعتبار پژوهش، از استراتژی‌های مشارکتی و تطبیق توسط اعضاء (روس و جوهانسون، ۲۰۲۰) استفاده شد. در بخش کمی، برای اعتبارسنجی الگوی طراحی شده، از تکنیک دلفی با مشارکت ۱۵ متخصص و پرسشنامه ۹۴ آیتمی استفاده گردید.

یافته‌ها: نتایج نشان داد درمان هیجان‌مدار موجب کاهش معنادار سطح پریشانی روان‌شناختی و ترس از پیشرفت بیماری در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل شده است.

نتیجه‌گیری: الگوی طراحی شده یک چارچوب چندسطحی، شبکه‌ای و بومی ارائه می‌دهد که نشان‌دهنده ضرورت هم‌افزایی میان نهادهای فردی، خانوادگی و اجتماعی است. این الگو می‌تواند به عنوان مبنایی برای سیاست‌گذاران و مربیان در جهت تدوین برنامه‌های پیشگیرانه هدفمند در مناطق با ویژگی‌های مشابه شهر بیرجند مورد استفاده قرار گیرد.

واژگان کلیدی: پیشگیری از اعتیاد، نوجوانان، تحلیل مضمون، تکنیک دلفی، رویکرد آمیخته.

زاهره حق پرست^۱

هادی پور شافعی^{۲*}

سمانه سادات جعفر طباطبایی^۳

فاطمه شهبازی زاده^۴

^۱گروه روانشناسی، واحد بیرجند، دانشگاه آزاد

اسلامی، بیرجند، ایران

^۲دانشیار، گروه علوم تربیتی و روانشناسی،

دانشگاه بیرجند، بیرجند، ایران. (نویسنده

مسئول)

^۳گروه روانشناسی، واحد بیرجند، دانشگاه آزاد

اسلامی، بیرجند، ایران.

^۴گروه روانشناسی، واحد بیرجند، دانشگاه آزاد

اسلامی، بیرجند، ایران.

Email: hpourshafei@birjand.ac.ir

مقدمه

دوره نوجوانی به عنوان گذار از کودکی به بزرگسالی، با بازسازی گسترده پیوندهای عصبی و شکل‌گیری ساختارهای جدید شخصیتی تعریف می‌شود (۱) در این مرحله، سیستم پاداش مغز نسبت به محرک‌های محیطی به شدت حساس شده و نوجوانان برای تثبیت استقلال خود، به سمت رفتارهای اکتشافی و گاه پرخطر سوق پیدا می‌کنند (۲). اگرچه این دوره فرصتی برای رشد و خلاقیت است، اما تداخل عواملی نظیر نقص در تنظیم هیجانی، تکانشگری و نیاز مفرط به تأیید از سوی همسالان، بستری آسیب‌پذیر برای ورود به چرخه‌های ناهنجار رفتاری ایجاد می‌کند (۳)

در سال‌های اخیر، پیچیدگی‌های زیست‌محیطی و گذار جوامع به سمت مدرنیته، لایه‌های جدیدی از استرس‌های روانی را بر نوجوانان تحمیل کرده که ریسک‌گریزی به مکانیسم‌های مقابله‌ای ناسالم را افزایش داده است (۴). اعتیاد به مواد مخدر، به عنوان یکی از ویران‌گرترین آسیب‌های اجتماعی، نه تنها یک وابستگی فیزیولوژیک، بلکه اختلالی در سیستم تصمیم‌گیری و اراده محسوب می‌شود که در نوجوانان به دلیل عدم بلوغ کامل قشر پیش‌پیشانی، با شتاب بیشتری به سمت مزمن شدن حرکت می‌کند (۵). مطالعات اخیر نشان می‌دهند که سن شروع مصرف مواد به طور نگران‌کننده‌ای کاهش یافته و الگوهای مصرف از مواد سنتی به سمت ترکیبات شیمیایی و صنعتی با قدرت تخریب بالاتر تغییر یافته است (۶) در همین راستا، اندرسون^۲ (۷) تأکید می‌کند که نوجوانی پنجره بحرانی برای مداخلات پیشگیرانه است؛ چرا که رفتارهای تثبیت شده در این سن، شالوده سبک زندگی فرد در بزرگسالی را تشکیل می‌دهند و هرگونه غفلت در این مقطع، هزینه‌های جبران‌ناپذیری بر نظام سلامت و رفاه جامعه تحمیل خواهد کرد.

پژوهش‌های نوروساینس و روان‌شناختی نشان داده‌اند که مصرف مواد در نوجوانی منجر به تغییرات پایداری در سیناپس‌های مغزی شده و عملکردهایی نظیر حافظه کاری، توجه پایدار و بازداری پاسخ را مختل می‌سازد (۸). علاوه بر آسیب‌های عصبی، اعتیاد در این سنین با افت شدید عملکرد تحصیلی، انزوای اجتماعی و افزایش رفتارهای بزهکارانه همراه است که منجر به گسست پیوند نوجوان با نهادهای حمایتی نظیر مدرسه و خانواده می‌شود (۹). همچنین، شواهد حاکی از آن است که نوجوانان درگیر با مصرف مواد، با احتمال بیشتری در معرض اختلالات همبود نظیر اضطراب فراگیر و افسردگی اساسی قرار می‌گیرند که خود عاملی برای تداوم و تشدید سوءمصرف می‌گردد (۱۰).

در تبیین علل اعتیاد، رویکردهای نوین بر مدل‌های اکولوژیک تأکید دارند که در آن ترکیبی از عوامل زیستی، روان‌شناختی و محیطی در هم تنیده شده‌اند (۱۱). در سطح فردی، ویژگی‌هایی چون ناامیدی، جستجوی تازگی و ضعف در حل مسأله (۱۲) و در سطح خرد، گسست عاطفی در خانواده و الگوهای فرزندپروری مستبدانه یا رهاکننده، پیش‌بین‌های نیرومندی برای اعتیاد هستند (۱۳). از سوی دیگر، متغیرهای کلان نظیر نابرابری‌های اقتصادی، در دسترس بودن مواد در محیط‌های آموزشی و تأثیرات مخرب فضای مجازی بر تصویر بدنی و عزت‌نفس، نقش شتاب‌دهنده را در این فرآیند ایفا می‌کنند (۱۴). در این راستا اوברاین^۳ و همکاران (۲۰۲۵) در مطالعه خود نشان داد که استرس مزمن ناشی از فشارهای اجتماعی و تحصیلی در دوران نوجوانی، از طریق ایجاد تغییرات در مسیرهای التهاب عصبی، حساسیت سیستم پاداش مغز را به شکلی تغییر می‌دهد که فرد برای رهایی از تنش‌های روانی، تمایل بیشتری به مصرف مواد مخدر به عنوان یک مکانیسم مقابله‌ای ناسالم پیدا می‌کند. از

³. O'Brien

². Anderson

بستر فناوری‌های نوین، به این نتیجه رسید که مداخلات مبتنی بر گیمیفیکیشن (بازی‌وارسازی) و اپلیکیشن‌های تعاملی خودمراقبتی، به دلیل جذابیت بصری و در دسترس بودن، نرخ مشارکت نوجوانان را در برنامه‌های پیشگیرانه نسبت به روش‌های حضوری تا ۴۰ درصد افزایش داده و پایداری نتایج پیشگیری را بهبود می‌بخشد.

علیرغم تدوین برنامه‌های پیشگیری گوناگون در دهه‌های گذشته که عمدتاً بر تاب‌آوری فردی (جویس^۸، ۲۰۲۵) یا مداخلات جامعه‌محور (مارتینز^۹، ۲۰۲۵) متمرکز بوده‌اند، بسیاری از این الگوها در مرحله اجرا با چالش‌هایی همچون عدم پایداری نتایج، هزینه‌های عملیاتی بالا و ناهماهنگی با بافت فرهنگی مواجه شده‌اند. بسیاری از این مدل‌ها به دلیل نگاه بالا به پایین و نادیده گرفتن تجربیات عملی متخصصان بومی، نتوانسته‌اند پاسخی درخور به نیازهای متغیر نوجوانان در مناطق جغرافیایی خاص بدهند. این خلأ نشان‌دهنده نیاز مبرم به طراحی الگوهایی است که نه تنها از نظر تئوریک غنی باشند، بلکه بر پایه واقعیت‌های میدانی و دیدگاه‌های تخصصی عملیاتی بنا شوند. بر این اساس، مسأله محوری پژوهش حاضر این است که چگونه می‌توان با تجمیع آرای متخصصان و تحلیل عمیق عوامل خطر و محافظت‌کننده، به الگویی جامع برای پیشگیری از اعتیاد دست یافت که با مقتضیات اجتماعی و فرهنگی فعلی همخوانی داشته باشد؟ انتخاب شهر بیرجند به عنوان بستر این پژوهش، پاسخی به ضرورت‌های محلی در منطقه‌ای است که علی‌رغم بافت سنتی و ارزشی خود، به دلیل موقعیت جغرافیایی و تغییرات سریع سبک زندگی، با چالش جدی نفوذ مواد مخدر در میان نسل جوان روبه‌روست. شناسایی دقیق ویژگی‌های اقلیمی و اجتماعی بیرجند و ترکیب آن با دانش متخصصان، می‌تواند

سوی دیگر، پژوهش چن و وانگ^۴ (۲۰۲۴) بر نقش تعیین‌کننده محیط‌های دیجیتال تأکید کرده و به این نتیجه دست یافت که قرار گرفتن مداوم در معرض محتواهای عادی‌ساز مصرف مواد در رسانه‌های اجتماعی، نه تنها دسترسی ادراک شده به مواد را تسهیل می‌کند، بلکه از طریق فرآیند تأیید اجتماعی مجازی، باورهای بازدارنده نوجوانان را تضعیف کرده و احتمال گذار از کنجکاوی به اولین تجربه مصرف را به میزان قابل توجهی افزایش می‌دهد.

شناخت دقیق این علل و ریشه‌های چندبعدی، نشان می‌دهد که مقابله با اعتیاد نوجوانان فراتر از برخورد‌های مقطعی است؛ در واقع، درک این عوامل زمینه‌ساز، سنگ‌بنای طراحی مداخلات پیشگیرانه‌ای است که باید به‌طور همزمان بر تقویت عوامل محافظتی و کاهش عوامل خطر تمرکز کنند. بنابراین مداخلات پیشگیرانه زمانی اثربخش خواهند بود که تمامی این سطوح را به‌طور همزمان هدف قرار دهند. بررسی الگوهای نوین پیشگیری، نشان‌دهنده چرخش از رویکردهای صرفاً اطلاع‌رسان به سمت مدل‌های ترکیبی و چندسطحی است. در این راستا، مطالعه اشمیت^۵ و همکاران (۲۰۲۵) بر کارآمدی الگوهای خانواده‌محور تقویت شده تأکید کرده و نشان داد که مداخلات متمرکز بر ارتقای سواد عاطفی والدین و بهبود کیفیت دلبستگی، به‌طور معناداری نرخ گرایش به مواد را در نوجوانان پرخطر کاهش می‌دهد. همزمان، لی و کیم^۶ (۲۰۲۵) در پژوهش خود بر الگوهای پیشگیری مدرسه‌محور مبتنی بر یادگیری اجتماعی-هیجانی تمرکز کرده و دریافتند که تقویت مهارت‌های بازداری رفتاری و تصمیم‌گیری نقادانه در محیط مدرسه، مؤثرتر از برنامه‌های سنتی مبتنی بر ترساندن از عوارض مواد عمل می‌کند. علاوه بر این، رابرتسون^۷ (۲۰۲۴) با بررسی الگوهای پیشگیری در

7. Robertson

8. Joyce

9. Martinez

4. Chen & Wang

5. Schmidt

6. Lee & Kim

مشارکت‌کننده آغاز و پس از ۳۳ مصاحبه و به دلیل تکرار داده‌ها متوقف شد. در گروه دوم نیز مصاحبه‌ها پس از ۳۲ مصاحبه و با رسیدن به اشباع نظری پایان یافت. در گروه سوم، مصاحبه با ۱۵ نفر از متخصصان انجام شد و تعداد نمونه‌ها بر اساس کفایت داده‌ها و اشباع نظری تعیین گردید.

برای جمع‌آوری داده‌ها از مصاحبه ژرف نیمه‌ساختارمند استفاده شد. بدین منظور، پرسش‌های اصلی بر اساس هدف و مسأله پژوهش طراحی و متناسب با ویژگی‌های هر یک از سه گروه مشارکت‌کننده تنظیم شد. همچنین پیش از آغاز گردآوری داده‌ها، پروتکل انجام مصاحبه شامل اصول، مراحل، نکات اجرایی و ملاحظات اخلاقی تدوین گردید. زمان و مکان مصاحبه‌ها با مشارکت کنندگان از قبل هماهنگ شد و مصاحبه‌ها با رضایت آگاهانه آنان ضبط گردید. پس از انجام مصاحبه‌ها، فایل‌های صوتی به‌دقت توسط پژوهشگر بازنویس و به متن مکتوب تبدیل شد. سپس داده‌های حاصل از طریق تحلیل مضمون مورد بررسی و کدگذاری قرار گرفت. در جریان مصاحبه‌ها، متناسب با پاسخ‌های هر مشارکت‌کننده و برای دستیابی به درک دقیق‌تر از مفاهیم مطرح‌شده، پرسش‌های تکمیلی نیز مطرح شد. مدت زمان هر مصاحبه بسته به گروه مشارکت‌کنندگان و میزان همکاری آنان، بین ۵۰ تا ۶۰ دقیقه متغیر بود. مصاحبه‌ها تا رسیدن به اشباع نظری در هر گروه ادامه یافت. همچنین در تمام مراحل پژوهش، اصول اخلاقی از جمله حفظ محرمانگی، رعایت امانت در بازنویسی مطالب و صیانت از حقوق مشارکت‌کنندگان رعایت شد.

منجر به طراحی الگویی شود که نه تنها برای این منطقه، بلکه برای جوامع مشابه، راهگشا باشد. این پژوهش در پی آن است تا با اعتبارسنجی یک مدل پیشگیرانه بومی، گامی عملی در جهت صیانت از سرمایه‌های انسانی و ارتقای سلامت روان نوجوانان بردارد.

روش کار

این پژوهش با رویکرد آمیخته (کیفی-کمی) انجام شد. در این پژوهش مشارکت‌کنندگان بالقوه شامل ۳ گروه می‌باشد که عبارتند از:

گروه اول. نوجوانان دختر و پسر ۱۳ تا ۱۸ ساله درگیر اعتیاد که به علت حداقل ۲ سال مصرف مداوم مواد مخدر در کانون اصلاح و تربیت شهر بیرجند در سال ۱۴۰۴ نگهداری می‌شوند.

گروه دوم. نوجوانان دختر و پسر ۱۳ تا ۱۸ ساله سالمی که دارای اعتیاد نیستند. نوجوانان سالم بر اساس آزمون سلامت روانی و رفتاری که هر ساله توسط مدارس از دانش‌آموزان به عمل می‌آید گزینش شدند. این نوجوانان تجربه مصرف دخانیات و الکل بر اساس آزمون سلامت روانی رفتاری تدوین شده توسط وزارت آموزش و پرورش در دوران رشد را ندارند.

گروه سوم. متخصصین حوزه اعتیاد در این حوزه شامل:

الف) جامعه‌شناسان، مشاوران، روان‌شناسان دارای درجه دکتری و اعضای هیئت علمی دانشگاه بیرجند؛

ب) کارشناسان آسیب‌های اجتماعی دستگاه‌های اجرایی شهر بیرجند (شامل سازمان نیروی انتظامی و ستاد مبارزه با مواد مخدر، دانشگاه علوم پزشکی، دفتر امور اجتماعی استانداری، اداره کل آموزش و پرورش استان، اداره کل ورزش و جوانان، اداره کل بهزیستی).

نمونه‌گیری در هر سه گروه به روش هدفمند و بر اساس اشباع نظری انجام شد. در گروه اول، مصاحبه‌ها از اولین

انجام و از تکنیک دلفی استفاده شد. در این راستا، پرسشنامه دلفی شامل ۹۴ آیتم راهکار پیشگیری تهیه و در اختیار ۱۵ متخصص و کارشناسان حوزه اعتیاد قرار گرفت. متخصصان هر آیتم را بر اساس مقیاس ۵ درجه‌ای (۱=کمترین اهمیت تا ۵=بیشترین اهمیت) ارزیابی کردند و میزان توافق نیز بر حسب درصد محاسبه شد.

الگوی پیشگیری از اعتیاد نوجوانان به مواد مخدر چه می‌باشد؟

در تحلیل داده‌های کیفی، به منظور افزایش اعتبار یافته‌ها و جلوگیری از ورود مضامین کم‌اهمیت یا موردی، معیار مشخصی برای پذیرش مؤلفه‌ها در نظر گرفته شد. بدین منظور، تنها کدها و مؤلفه‌هایی به‌عنوان مضمون پایه پذیرفته شدند که حداقل توسط دو مشارکت‌کننده مستقل مورد اشاره قرار گرفته باشند. کدهایی که صرفاً در یک مصاحبه مطرح شده بودند، در صورت عدم تکرار و عدم ارتباط مفهومی با سایر داده‌ها، از فرآیند تحلیل حذف شدند. در ذیل به مضامین پایه مستخرج از مصاحبه با ۳ گروه هدف ارائه گردیده است:

بر اساس دیدگاه روس و جوهانسون^{۱۰} (۲۰۲۰) برای حصول از اطمینان از اعتمادپذیری و انتقال‌پذیری پژوهش (روایی) به صورت ذیل اقدام شد:

۱. مشارکتی بودن پژوهش: به طور همزمان از مشارکت‌کنندگان در تحلیل و تفسیر داده‌ها کمک گرفته شد.

۲. تطبیق توسط اعضاء: دو نفر از افراد خبره مرحله نخست فرآیند تحلیل و مقوله‌های به دست آمده را بازبینی کردند.

برای تأیید اتکاپذیری (پایایی) پژوهش، مصاحبه‌ها توسط پژوهشگر، کدگذاری مجدد شد. پس از یک ماه از کدگذاری هر مصاحبه، پژوهشگر دوباره برای کدگذاری داده‌ها اقدام کرد. چند مصاحبه به‌عنوان نمونه در بازه زمانی سی روزه کدگذاری مجدد شد.

تحلیل داده‌ها بر اساس تحلیل مضمون کراسول و کلارک^{۱۱} (۲۰۱۷) صورت گرفت.

پس از طراحی الگوی پیشگیری نوجوانان از اعتیاد، برای اطمینان از کارآمدی الگوی پیشنهادی، مرحله اعتبارسنجی

¹¹. Creswell & Clark

¹⁰. Rose & Johnson

جدول ۱. راه‌های پیشگیری از اعتیاد از دیدگاه نوجوانان درگیر اعتیاد

کد	مضامین پایه	تکرار فراوانی
۱	اراده و خواست فرد	۴
۲	آگاه نمودن فرد از عاقبت مصرف	۵
۳	افزایش آگاهی و فهم نوجوان	۴
۴	افزایش اطلاعات نوجوانان	۳
۵	شرکت در کلاس‌های NA	۲
۶	متقاعد کردن فرد از طریق افراد بزرگتر و آگاه	۶
۷	ارائه مشاوره به فرد	۷
۸	حضور مشاور برای اصلاح فکر و ذهن نوجوان	۲
۹	کار کردن روی طرز فکر و نحوه برخورد	۲
۱۰	درگیر نمودن ذهن و فکر نوجوان با موارد مثبت	۳
۱۱	درگیر نمودن فرد با کار	۳
۱۲	مدیریت احساسات	۲
۱۳	تغییر تفریحات ناسالم	۲
۱۴	عدم همراهی و معاشرت با افراد مصرف‌کننده	۷
۱۵	دوری از دوستان ناباب	۹
۱۶	عدم ارتباط با دوستان نامناسب	۵
۱۷	عدم اهمیت و توجه به دوستان	۴
۱۸	عدم حضور در مکان‌های نامناسب و نامتعارف	۴
۱۹	همراهی با دوستان در گروه‌های مناسب	۳
۲۰	انتخاب دوستان مناسب و خیرخواه	۲
۲۱	گوش دادن به درد و دل نوجوان	۴
۲۲	حفظ احترام نوجوان	۳
۲۳	درک نوجوان از سمت والدین	۱۱
۲۴	کم کردن فشار از روی دوش نوجوان	۹
۲۵	دادن آزادی عمل بیشتر در خانواده	۸
۲۶	لحن خوب در نصیحت	۳
۲۷	ارتباط خوب گرفتن با اعضای خانواده	۲
۲۸	افزایش ارتباطات داخلی خانواده	۵
۲۹	مراقبت و نظارت والدین در فعالیت‌های نوجوان	۶
۳۰	ایفای نقش بازدارندگی خانواده	۲
۳۱	درگیر نشدن والدین با نوجوان	۵
۳۲	حمایت خانواده	۶
۳۳	محبت کردن اعضای خانواده	۳

۴	مدیریت مشکلات و درگیری‌های خانوادگی	۳۴
۳	مدیریت فضای خانواده	۳۵
۶	بهبود اوضاع اقتصادی خانواده	۳۶
۴	ارائه آموزش و مشاوره به خانواده جهت آگاه‌سازی	۳۷
۲	برگزاری کلاس برای خانواده‌های درگیر و غیردرگیر	۳۸
۸	برگزاری کلاس‌ها و برنامه‌های آگاهی در سطح شهر	۳۹
۶	نصب بنرهای آگاهی‌بخشی در سطح شهر	۴۰
۲	مدیریت شعارهای فضای مجازی	۴۱
۱۰	مدیریت محیط‌های عمومی و جلوگیری از عرضه مواد	۴۲
۵	مدیریت فضای جامعه	۴۳
۳	مهیا نمودن محیط‌های سالم، تفریحات و ورزش	۴۴
۴	برگزاری آموزش‌های فرهنگی جهت مضرات مواد مخدر	۴۵
۳	تقویت باورهای مذهبی و فرهنگی در نوجوانان	۴۶
۶	جدیدسازی اطلاعات درباره مضرات اعتیاد	۴۷
۴	آگاه‌سازی و تفسیر عوارض و مضرات اعتیاد	۴۸
۵	برگزاری کلاس‌های آموزش در مدرسه درباره معایب اعتیاد	۴۹
۶	توجه به نقش مدرسه در پیشگیری	۵۰
۳	آموزش آگاهی‌های فردی و اجتماعی در مدرسه	۵۱

بر اساس جدول فوق و با توجه به مصاحبه صورت گرفته با ۳۳ نوجوان درگیر اعتیاد، ۵۱ مضمون پایه در مورد راهکارهای پیشگیری از اعتیاد شناسایی گردید که بیشترین فراوانی مربوط به مضامین پایه ذیل می‌باشد: درک نوجوان از سمت والدین (با فراوانی ۱۱)، مدیریت محیط‌های عمومی و جلوگیری از عرضه مواد (با فراوانی ۱۰)، دوری از دوستان ناباب، کم کردن فشار از روی دوش نوجوان (با فراوانی ۹)، دادن آزادی عمل بیشتر در خانواده، برگزاری کلاس‌ها و برنامه‌های آگاهی در سطح شهر (با فراوانی ۸)، ارائه مشاوره به فرد، عدم همراهی و معاشرت با افراد مصرف‌کننده (با فراوانی ۷).

جدول ۲. راه‌های پیشگیری از اعتیاد از دیدگاه نوجوانان سالم

تکرار فراوانی	مضامین پایه	کد
۳	تدارک جو مناسب در خانواده	۱
۴	برخورد مناسب خانواده با فرزندان	۲
۶	آموزش خانواده‌ها	۳
۳	شناخت دوستان نوجوان از سمت خانواده	۴
۷	انتخاب دوست مناسب	۵
۴	مشورت با بزرگترها و افراد آگاه	۶
۵	توجه خانواده به نوجوان	۷
۶	ارتباط نوجوان با هم سن و سالان خود	۸
۴	ترغیب نوجوان به سمت ورزش کردن	۹
۸	برقراری ارتباط دوستانه با فرزندان	۱۰
۶	داشتن سرگرمی از طرف خانواده	۱۱
۳	تغییر طرز فکر والدین نسبت به نوجوان	۱۲
۵	تقویت اراده فرد	۱۳
۶	مشغول نمودن نوجوان با کار	۱۴
۷	پرهیز از رفیق‌بازی	۱۵
۶	پیگیری خانواده‌ها نسبت به دوستان نوجوان	۱۶
۹	نصحیت کردن نوجوان درباره معایب اعتیاد	۱۷
۱۱	رفیق شدن خانواده‌ها با نوجوان	۱۸
۴	سرکوب نکردن نوجوان از طرف والدین	۱۹
۴	پیگیری روند رفت و آمد نوجوان از مدرسه	۲۰
۳	محدود کردن فضای مجازی	۲۱
۷	گذران وقت با افراد مناسب	۲۲
۸	دنبال سرگرمی مفید رفتن	۲۳
۶	کمک گرفتن از مشاور مدرسه	۲۴
۵	آموزش به نوجوان از سنین پایین‌تر	۲۵
۸	توجه به نیازهای نوجوان	۲۶
۴	برآوردن نمودن نیازهای معقول نوجوان	۲۷
۳	گوش کردن به حرف نوجوان	۲۸
۳	درک کردن نوجوان مثل مشاور و مربی	۲۹
۷	برگزاری پویش برای آشنایی با مضرات مواد	۳۰
۳	دعوت از افراد معتاد و آینه عبرت شدن برای دیگران	۳۱
۳	برقراری ارتباط مطلوب، مناسب و دوستانه خانواده با نوجوان	۳۲
۷	تکیه گاه بودن خانواده برای فرد معتاد	۳۳
۸	تدارک فضای مناسب در خانه	۳۴

۸	برخورد صبورانه با نوجوان	۳۵
۴	حل کردن مشکلات خانواده	۳۶
۵	بالا بردن آگاهی خانواده‌ها نسبت به نیازهای دوره نوجوانی	۳۷
۶	استفاده از مشاورین در تلویزیون و رسانه‌ها	۳۸
۸	استفاده از متخصص برای بیان مضرات مواد و اعتیاد	۳۹
۹	مطرح کردن مشکلات با خانواده	۴۰
۱۲	عدم سختگیری والدین	۴۱
۱۰	پرهیز از رقیب‌بازی	۴۲
۷	برداشتن فشار روانی از طرف خانواده به نوجوان	۴۳
۸	همراهی خانواده با نوجوان در تفریحات سالم	۴۴
۴	برخورد محترمانه با نوجوان	۴۵
۲	تبدیل ذهنیت نوجوان برای تغییر ارزش‌ها به ضد ارزش	۴۶
۳	توجه خانواده به فرد برای جلوگیری از گمراه شدن	۴۷
۴	در نظر گرفتن جریمه بزرگ برای شخص معتاد	۴۸
۲	انتخاب مدرسه مناسب	۴۹
۲	عدم اجازه به نوجوان برای خارج شدن از مدرسه در هر ساعت	۵۰
۴	عدم معاشرت با افراد خلاف و ناباب	۵۱

بر اساس جدول فوق و با توجه به مصاحبه صورت گرفته با ۳۲ نوجوان سالم، ۵۱ مضمون پایه در مورد راهکارهای پیشگیری از اعتیاد شناسایی گردید که بیشترین فراوانی مربوط به مضامین پایه ذیل می‌باشد: عدم سختگیری والدین (با فراوانی ۱۲)، رقیب شدن خانواده‌ها با نوجوان (با فراوانی ۱۱)، پرهیز از رقیب‌بازی (با فراوانی ۱۰)، نصیحت کردن نوجوان درباره معایب اعتیاد، مطرح کردن مشکلات با خانواده (با

فراوانی ۹)، برقراری ارتباط دوستانه با فرزندان، دنبال سرگرمی مفید رفتن، توجه به نیازهای نوجوان، تدارک فضای مناسب در خانه، برخورد صبورانه با نوجوان، استفاده از متخصص برای بیان مضرات مواد و اعتیاد، همراهی خانواده با نوجوان در تفریحات سالم (با فراوانی ۸).

جدول ۳. راه‌های پیشگیری از اعتیاد از دیدگاه متخصصین حوزه اعتیاد

کد	مضامین پایه	تکرار فراوانی
۱	آموزش مهارت‌های زندگی به دانش‌آموزان	۳
۲	تقویت مهارت نه گفتن	۴
۳	تقویت مهارت جرأت‌مندی و مدیریت بحران	۵
۴	افزایش مهارت خودکنترلی، تاب‌آوری و حل مسأله	۷
۵	خودمراقبتی	۳
۶	توجه به خودآگاهی	۲
۷	آموزش صبر در برابر تأخیر	۲
۸	پرورش هویت مثبت در نوجوانان	۴
۹	فراهم‌سازی بستر هویت سالم برای نوجوان	۳
۱۰	تقویت اعتماد به نفس نوجوان	۴
۱۱	آموزش مهارت‌های شناختی-رفتاری	۴
۱۲	اجرای طرح ارتقای توانمندی‌های شناختی رفتاری	۳
۱۳	مراقبه کردن	۲
۱۴	شناخت نقش‌های ناسالم توسط نوجوان	۴
۱۵	شناخت حمایت‌های ناسالم توسط نوجوان	۳
۱۶	آموزش به نوجوانان به گونه‌ای که کنجکاوی تحریک نشود	۲
۱۷	سپردن کار به نوجوانان متناسب با توانایی آن‌ها	۵
۱۸	دادن نقش به نوجوان از سمت خانواده	۶
۱۹	استفاده از همسالان مثبت	۸
۲۰	ایجاد فضای سالم با دوست سالم برای نوجوان	۶
۲۱	هدایت نوجوان به فضاهای اجتماعی کم‌خطرتر	۴
۲۲	مهارت اینکه بی‌محابا ارتباط برقرار نکنند	۲
۲۳	همدلی کردن	۷
۲۴	انجام مانورهای مهارتی مثل رازداری و حل مسأله	۵
۲۵	ایجاد تغییر در خانواده	۲
۲۶	هدایت نوجوان به سمت خانواده امن	۴
۲۷	خانواده‌مداری (دوست بودن والدین با نوجوان)	۸
۲۸	پرورش احساس تعلق به خانواده	۳
۲۹	تقویت بنیان خانواده	۷
۳۰	برگزاری دوره خانواده توانا	۳
۳۱	برگزاری دوره‌های تقویت بنیان خانواده	۴
۳۲	تقویت مهارت‌های زناشویی	۳
۳۳	وارد کردن خانواده در فرآیند درمان	۹
۳۴	افزایش آگاهی خانواده	۱۰

۳۵	آگاه‌سازی و توانمندسازی مهارتی خواهر و برادرها	۳
۳۶	ترک اعتیاد از سمت والدین	۷
۳۷	ارجاع والدین معتاد به مراکز ترک	۷
۳۸	تقویت حمایت خانواده‌ها از نوجوانان	۹
۳۹	نظارت حساب شده بر فرزندان	۶
۴۰	گذاشتن وقت بیشتر برای نوجوان از سمت خانواده	۸
۴۱	حضور والدین در کنار نوجوان به‌عنوان دوست	۵
۴۲	رابطه خوب پدر و مادر با فرزندان	۳
۴۳	صحبت کردن سالم با نوجوان	۳
۴۴	توجه به افکار و احساسات نوجوان	۶
۴۵	مطلع شدن از نیازهای نوجوان	۴
۴۶	آموزش شیوه‌های ارتباط با خانواده	۳
۴۷	آموزش مهارت‌های فرزندپروری	۵
۴۸	اصلاح سبک‌های تربیتی خانواده	۶
۴۹	آموزش همزمان والد و نوجوان برای شناخت انتظارات	۳
۵۰	پروژه‌های مشترک خانوادگی مثل ناهار مشترک	۲
۵۱	مداخلات دولت برای کنترل و کاهش آسیب	۲
۵۲	تأکید بر سیاست‌های همزمان پیشگیری، درمان و صیانت	۳
۵۳	محدود کردن دسترسی به مواد	۷
۵۴	عدم فروش سیگار به زیر ۱۸ سال و جرم‌انگاری	۶
۵۵	عدم عرضه سیگار در اطراف مدارس	۳
۵۶	استفاده از تیم تخصصی (روانپزشک، روحانیت، جامعه‌شناس)	۲
۵۷	زنده کردن مددکاری اجتماعی در مراکز مشاوره	۴
۵۸	ترمیم عامل‌های اجتماعی به صورت محله‌محور	۲
۵۹	توانمندسازی اجتماعی نوجوانان	۴
۶۰	واکسینه اجتماعی (حضور مستمر در مراکز توانمندسازی)	۳
۶۱	فرهنگ‌سازی از خردسالی	۶
۶۲	تمرکز بر دانش و نگرش افراد	۴
۶۳	افزایش آگاهی‌های عمومی درباره مضرات مواد	۸
۶۴	آگاه‌سازی نوجوانان از مواد صنعتی و سنتی	۶
۶۵	ایجاد کارزار رسانه‌ای پیشگیری از اعتیاد	۴
۶۶	ارائه آموزش در محل تجمع نوجوانان مثل پایگاه‌ها و پارک‌ها	۲
۶۷	دریافت اطلاعات از متخصصان و افراد کاربلد	۶
۶۸	اختصاص مشاور بیشتر به مدارس	۳
۶۹	تدریس درس روان‌شناسی توسط متخصص	۲
۷۰	آموزش مهارت‌های زندگی در مدارس	۳

۷۱	برگزاری کارگاه‌های مهارت‌های زندگی برای نوجوانان	۲
۷۲	برگزاری کارگاه‌های پیشگیری از اعتیاد	۳
۷۳	آموزش مدیران و معلمان در حوزه آسیب‌های اجتماعی	۴
۷۴	آموزش معلمان علوم پایه در آسیب‌های اجتماعی	۲
۷۵	تدارک واحد درسی پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی در تربیت معلم	۲
۷۶	غربالگری نوجوانان از سن ۱۰ سال به بالا	۳
۷۷	فراهم نمودن شرایط خوب در مدرسه	۴
۷۸	مستقر کردن نوجوانان با والدین معتاد در مدارس شبانه‌روزی	۲
۷۹	شروع برنامه‌های پیشگیری از مهد کودک و سنین پایین	۷
۸۰	تدارک محیط‌های امن و سالم شهری برای نوجوانان	۵
۸۱	توسعه برنامه‌های تفریحی و ورزشی	۴
۸۲	مدیریت اوقات فراغت	۳
۸۳	هدایت نوجوان به فضاهای کم‌خطر اجتماعی	۲
۸۴	ارتقاء سواد فضای مجازی	۴
۸۵	مشخص نمودن زمان حضور در فضای مجازی	۲
۸۶	ایجاد مراکز توانمندسازی نوجوانان	۳
۸۷	حضور نوجوان در مراکز توانمندسازی به صورت مستمر	۳
۸۸	جذاب نمودن خانواده و محیط جایگزین سالم برای نوجوان	۲

بر اساس جدول فوق و با توجه به مصاحبه صورت گرفته با ۱۵ نفر از متخصصین حوزه اعتیاد، ۸۸ مضمون پایه در مورد راهکارهای پیشگیری از اعتیاد شناسایی گردید که بیشترین فراوانی مربوط به مضامین پایه ذیل می‌باشد: افزایش آگاهی خانواده (با فراوانی ۱۰)، وارد کردن خانواده در فرآیند درمان، تقویت حمایت خانواده‌ها از نوجوانان (با فراوانی ۹)، استفاده از همسالان مثبت، خانواده‌مداری (دوست بودن والدین با نوجوان)، گذاشتن وقت بیشتر برای نوجوان از سمت خانواده، افزایش آگاهی‌های عمومی درباره مضرات مواد (با فراوانی ۸)، افزایش مهارت خودکنترلی، تاب‌آوری و حل مسأله، همدلی کردن، تقویت بنیان خانواده، ترک اعتیاد از سمت والدین، ارجاع والدین معتاد به مراکز ترک، محدود کردن دسترسی به مواد، شروع برنامه‌های پیشگیری از مهد کودک و سنین پایین (با فراوانی ۷)، دادن نقش به نوجوان از سمت خانواده، ایجاد فضای سالم با دوست سالم برای نوجوان، نظارت حساب شده بر فرزندان، توجه به افکار و احساسات نوجوان، اصلاح سبک‌های تربیتی خانواده، عدم فروش سیگار به زیر ۱۸ سال و جرم‌انگاری، فرهنگ‌سازی از خردسالی، آگاه‌سازی نوجوانان از مواد صنعتی و سنتی، دریافت اطلاعات از متخصصان و افراد کاربلد (با فراوانی ۶).

یافته‌های پژوهش

هم‌پوشانی مفهومی در قالب مضامین سازمان‌دهنده تجمیع شدند و در نهایت، مضامین سازمان‌دهنده‌ای که از پشتوانه داده‌ای کافی برخوردار بودند، در قالب مضامین فراگیر

پس از استخراج مضامین پایه از مصاحبه با ۳ گروه هدف، مضامین پایه پذیرفته شده بر اساس شباهت معنایی و

طبقه‌بندی گردیدند. این رویکرد، ضمن حفظ غنای داده‌ها، به افزایش انسجام، اعتبار و اتکاپذیری نتایج تحلیل مضمون انجامید که در ذیل به مضامین پایه، سازمان‌دهنده و فراگیر در زمینه راه‌های پیشگیری از اعتیاد نوجوانان به مواد مخدر ارائه شده است.

جدول ۴. مضامین پایه، سازمان‌دهنده و فراگیر در زمینه راه‌های پیشگیری از اعتیاد به مواد مخدر

ردیف	مضامین پایه	مضامین سازمان‌دهنده	مضامین فراگیر
۱	افزایش آگاهی نوجوانان درباره مضرات مواد		
۲	آگاه‌سازی از عواقب و پیامدهای اعتیاد		
۳	افزایش اطلاعات و فهم نوجوان		
۴	آموزش مهارت‌های زندگی		
۵	آموزش مهارت نه گفتن		
۶	تقویت جرأت‌مندی		
۷	تقویت خودکنترلی		
۸	افزایش تاب‌آوری		
۹	تقویت مهارت حل مسئله		
۱۰	آموزش مهارت‌های شناختی-رفتاری		
۱۱	توجه به خودآگاهی نوجوان		
۱۲	پرورش هویت مثبت		
۱۳	تقویت اعتماد به نفس		
۱۴	مدیریت هیجانات و احساسات	راهکارهای فردی	راهکارهای پیشگیرانه
۱۵	خودمراقبتی		در سطح فردی و
۱۶	اصلاح نگرش و طرز فکر نسبت به مواد		بین فردی
۱۷	شناخت پیامدهای واقعی مصرف مواد		
۱۸	عدم تحریک کنجکاوی نسبت به مواد		
۱۹	درگیر کردن نوجوان با فعالیت‌های مثبت		
۲۰	سپردن مسئولیت و نقش به نوجوان		
۲۱	مشغول نمودن نوجوان با کار و فعالیت مفید		
۲۲	هدایت به سرگرمی‌های مفید		
۲۳	توسعه ورزش و فعالیت بدنی		
۲۴	مدیریت اوقات فراغت		
۲۵	تغییر تفریحات ناسالم به سالم		
۲۶	واکسینه‌سازی اجتماعی نوجوانان		
۲۷	استفاده از همسالان مثبت		
۲۸	انتخاب دوستان مناسب	راهکارهای بین فردی	
۲۹	دوری از دوستان ناباب		

	عدم معاشرت با افراد مصرف کننده	۳۰
	کاهش رفیق بازی و همنشینی پرخطر	۳۱
	شناخت دوستان نوجوان توسط خانواده	۳۲
	پیگیری رفت و آمد و روابط نوجوان	۳۳
	محدودسازی حضور در مکان های پرخطر	۳۴
	هدایت نوجوان به فضاهای اجتماعی کم خطر	۳۵
	نقش فعال و حمایتی خانواده در پیشگیری	۳۶
	تقویت بنیان خانواده	۳۷
	ایجاد فضای امن و سالم در خانواده	۳۸
	تدارک جو مناسب در خانه	۳۹
	آموزش و توانمندسازی خانواده ها	۴۰
راهکارهای ساختاری و زمینه ای خانواده	آگاه سازی خانواده نسبت به اعتیاد	۴۱
	وارد کردن خانواده در فرآیند پیشگیری	۴۲
	ارجاع والدین معتاد به مراکز درمان	۴۳
	ترک اعتیاد والدین	۴۴
	اختصاص زمان بیشتر والدین به نوجوان	۴۵
	حضور والدین به عنوان دوست در کنار نوجوان	۴۶
راهکارهای پیشگیرانه در سطح خانواده	افزایش محبت و توجه به نوجوان	۴۷
	حمایت عاطفی خانواده	۴۸
	گوش دادن به حرف نوجوان	۴۹
	درک احساسات و نیازهای نوجوان	۵۰
	برخورد محترمانه و صبورانه با نوجوان	۵۱
	ارتباط دوستانه والدین با فرزند	۵۲
راهکارهای عملکردی و ارتباطی خانواده	گفت و گوی سالم در خانواده	۵۳
	افزایش ارتباطات درون خانوادگی	۵۴
	توجه خانواده به نیازهای دوره نوجوانی	۵۵
	کاهش فشار روانی از سوی خانواده	۵۶
	حل تعارضات و مشکلات خانوادگی	۵۷
	اصلاح سبک های فرزندپروری	۵۸
	آموزش مهارت های فرزندپروری	۵۹
	نظارت آگاهانه و حساب شده والدین	۶۰
راهکارهای پیشگیرانه در سطح اجتماعی، فرهنگی و محیطی	افزایش آگاهی عمومی جامعه	۶۱
راهکارهای اجتماعی	مداخلات اجتماعی و سیاستی پیشگیرانه	۶۲
	ترمیم عوامل اجتماعی به صورت محله محور	۶۳
	توانمندسازی اجتماعی نوجوانان	۶۴

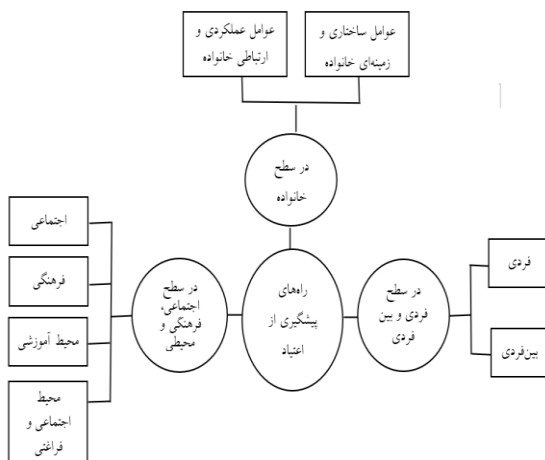
	کنترل دسترسی به مواد مخدر	۶۵
	جرم‌انگاری فروش مواد و سیگار به نوجوانان	۶۶
	عدم عرضه مواد در اطراف مدارس	۶۷
	تمرکز بر مددکاری اجتماعی	۶۸
	استفاده از تیم تخصصی (روانشناس، مددکار و ...)	۶۹
	کمک گرفتن از متخصصان حوزه اعتیاد	۷۰
راهکارهای فرهنگی	فرهنگ‌سازی پیشگیرانه از سنین پایین	۷۱
	ایجاد کارزارهای رسانه‌ای پیشگیری	۷۲
	استفاده از رسانه‌ها برای آموزش پیشگیری	۷۳
	ارتقای سواد رسانه‌ای	۷۴
	مدیریت زمان و محتوای فضای مجازی	۷۵
	تقویت باورهای فرهنگی و ارزشی سالم	۷۶
	تبدیل نگرش‌های غلط به نگرش‌های ضد‌مصرف	۷۷
	نقش فعال مدرسه در پیشگیری	۷۸
	آموزش پیشگیری از اعتیاد در مدارس	۷۹
	تدریس مهارت‌های زندگی در مدرسه	۸۰
	برگزاری کارگاه‌های پیشگیری از اعتیاد	۸۱
راهکارهای محیط آموزشی	آموزش معلمان در حوزه آسیب‌های اجتماعی	۸۲
	بهبود جو آموزشی مدرسه	۸۳
	انتخاب مدرسه مناسب	۸۴
	حضور مشاور در مدارس	۸۵
	غربالگری زودهنگام نوجوانان در معرض خطر	۸۶
	شروع برنامه‌های پیشگیری از مهدکودک و سنین پایین	۸۷
	ایجاد محیط‌های سالم و امن برای نوجوان	۸۸
	ایجاد مراکز توانمندسازی نوجوانان	۸۹
راهکارهای محیط اجتماعی و فراغتی	ایجاد محیط شهری سالم	۹۰
	توسعه برنامه‌های تفریحی و ورزشی	۹۱
	فراهم‌سازی امکانات فراغتی سالم	۹۲
	هدایت نوجوان به خانواده و محیط‌های جایگزین سالم	۹۳
	ایجاد جذابیت در خانواده و محیط سالم برای نوجوان	۹۴

جدول فوق، مضامین پایه (۹۴ مضمون)، سازمان‌دهنده (۸ مضمون) و فراگیر (۳ مضمون) در زمینه راه‌های پیشگیری از اعتیاد به مواد مخدر را ارائه می‌دهد. این جدول نشان می‌دهد که راهکارهای پیشگیری از اعتیاد، هم در سطح فردی و

بین فردی و هم در سطوح خانواده، اجتماعی، فرهنگی و محیطی قابل دسته‌بندی هستند. در این جدول، مضامین پایه شامل اقدامات و توصیه‌های مشخصی است که از تحلیل داده‌های مصاحبه با نوجوانان درگیر اعتیاد، نوجوانان سالم و

آموزش مهارت‌های زندگی، کارگاه‌های پیشگیری، حضور مشاور و ایجاد محیط آموزشی سالم، مورد توجه قرار گرفته است.

این دسته‌بندی نشان می‌دهد که پیشگیری از اعتیاد یک فرآیند چندسطحی است که نیازمند هماهنگی بین سطوح فردی، خانوادگی و اجتماعی است. این رویکرد، امکان طراحی برنامه‌های جامع پیشگیری را فراهم می‌کند که هم در سطح مهارت‌آموزی و اصلاح رفتار فردی نوجوان و هم در سطح حمایت خانواده و کنترل محیط اجتماعی اثرگذار باشد. بر اساس این توضیحات شبکه مضامین در ارتباط با راه‌های پیشگیری از اعتیاد در نوجوانان در ذیل ارائه گردیده است:



متخصصان حوزه اعتیاد استخراج شده است. این مضامین به تدریج در قالب مضامین سازمان‌دهنده و سپس در سطوح کلی‌تر به صورت مضامین فراگیر گروه‌بندی شده‌اند.

در سطح راهکارهای فردی و بین‌فردی، اقدامات پیشگیرانه شامل افزایش آگاهی نوجوانان، آموزش مهارت‌های زندگی، تقویت اراده، خودکنترلی، تاب‌آوری و مدیریت هیجانات است. همچنین تأکید بر درگیر کردن نوجوان با فعالیت‌های مثبت، مسئولیت‌پذیری، ورزش، سرگرمی سالم و استفاده از همسالان مثبت دیده می‌شود. این گروه از راهکارها به طور مستقیم با اصلاح رفتار، مهارت‌ها و انتخاب‌های فردی نوجوانان مرتبط است.

در سطح راهکارهای خانواده‌محور، راهکارها به دو دسته تقسیم می‌شوند: راهکارهای ساختاری و زمینه‌ای خانواده که شامل ایجاد فضای امن و سالم، تقویت بنیان خانواده، حضور فعال والدین و توانمندسازی خانواده‌هاست و راهکارهای عملکردی و ارتباطی خانواده که شامل افزایش محبت، توجه و حمایت عاطفی، تقویت ارتباط سالم و گفت‌وگو با نوجوان، اصلاح سبک‌های فرزندپروری و نظارت حساب‌شده والدین می‌شود. این سطح تأکید بر نقش خانواده به عنوان محور پیشگیری و ایجاد محیط حمایتگر دارد.

در سطح راهکارهای اجتماعی، فرهنگی و محیطی، اقدامات پیشگیرانه گسترده‌تر هستند و شامل مداخلات اجتماعی و سیاسی، کنترل دسترسی به مواد، فرهنگ‌سازی و آگاهی‌بخشی، مدیریت فضای مجازی و رسانه، توسعه محیط‌های سالم شهری، ایجاد مراکز توانمندسازی نوجوانان و تقویت باورها و ارزش‌های فرهنگی سالم می‌شوند. همچنین نقش مدرسه و محیط آموزشی در پیشگیری، از طریق

بحث و نتیجه‌گیری

تحلیل یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که راهکارهای پیشگیری از اعتیاد، ساختاری چندبعدی دارند که از سطح خرد (فردی) تا سطح کلان (اجتماعی و محیطی) را دربرمی‌گیرد. راهکارهای پیشگیری از اعتیاد، هم در سطح فردی و بین فردی و هم در سطوح خانواده، اجتماعی، فرهنگی و محیطی قابل دسته‌بندی هستند. مضامین پایه شامل اقدامات و توصیه‌های مشخصی است که از تحلیل داده‌های مصاحبه با نوجوانان درگیر اعتیاد، نوجوانان سالم و متخصصان حوزه اعتیاد استخراج شده است. این مضامین به تدریج در قالب مضامین سازمان‌دهنده و سپس در سطوح کلی‌تر به صورت مضامین فراگیر گروه‌بندی شده‌اند.

در سطح راهکارهای فردی و بین فردی، اقدامات پیشگیرانه شامل افزایش آگاهی نوجوانان، آموزش مهارت‌های زندگی، تقویت اراده، خودکنترلی، تاب‌آوری و مدیریت هیجانات است. همچنین تأکید بر درگیر کردن نوجوان با فعالیت‌های مثبت، مسئولیت‌پذیری، ورزش، سرگرمی سالم و استفاده از همسالان مثبت دیده می‌شود. این گروه از راهکارها به طور مستقیم با اصلاح رفتار، مهارت‌ها و انتخاب‌های فردی نوجوانان مرتبط است. این یافته با مطالعه کاسترو^۱ و همکاران (۲۰۲۵) همسو است؛ آن‌ها در پژوهش خود دریافتند که آموزش تنظیم هیجان به تنهایی می‌تواند تا ۳۰ درصد ریسک گرایش به مواد صنعتی را در نوجوانان کاهش دهد. همچنین، تأکید بر همسالان مثبت در الگوی حاضر، با یافته‌های پارک و چوی^۲ (۲۰۲۴) مطابقت دارد که نشان دادند پیوند با گروه‌های همسال‌هنجارگرا، به عنوان یک سپر حمایتی در برابر محیط‌های آسیب‌زا عمل می‌کند.

در سطح راهکارهای خانواده‌محور، راهکارها به دو دسته تقسیم می‌شوند: راهکارهای ساختاری و زمینه‌ای خانواده که شامل ایجاد فضای امن و سالم، تقویت بنیان خانواده، حضور فعال والدین و توانمندسازی خانواده‌هاست و راهکارهای عملکردی و ارتباطی خانواده که شامل افزایش محبت، توجه و حمایت

عاطفی، تقویت ارتباط سالم و گفت‌وگو با نوجوان، اصلاح سبک‌های فرزندپروری و نظارت حساب‌شده والدین می‌شود. این سطح تأکید بر نقش خانواده به عنوان محور پیشگیری و ایجاد محیط حمایتگر دارد. این نتیجه با نتایج مطالعه مورالس^۳ (۲۰۲۵) تقویت می‌شود؛ وی بیان داشت که نظارت هوشمندانه در کنار دلبستگی ایمن، کلیدی‌ترین عامل پیشگیرانه در خانواده‌های با ریسک بالا است. در واقع، یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که برخلاف تصور سنتی، صرف حضور والدین کافی نیست، بلکه کیفیت تعامل است که مانع از انحراف نوجوان می‌گردد.

در سطح راهکارهای اجتماعی، فرهنگی و محیطی، اقدامات پیشگیرانه گسترده‌تر هستند و شامل مداخلات اجتماعی و سیاستی، کنترل دسترسی به مواد، فرهنگ‌سازی و آگاهی‌بخشی، مدیریت فضای مجازی و رسانه، توسعه محیط‌های سالم شهری، ایجاد مراکز توانمندسازی نوجوانان و تقویت باورها و ارزش‌های فرهنگی سالم می‌شوند. همچنین نقش مدرسه و محیط آموزشی در پیشگیری، از طریق آموزش مهارت‌های زندگی، کارگاه‌های پیشگیری، حضور مشاور و ایجاد محیط آموزشی سالم، مورد توجه قرار گرفته است. این یافته با مطالعه ژانگ و همکاران (۲۰۲۵) همسو است که نشان دادند در جوامع در حال گذار، مدیریت محیط‌های دیجیتال و سواد رسانه‌ای والدین، به اندازه کنترل فیزیکی مواد مخدر در پیشگیری اهمیت یافته است. همچنین، یافته‌های پژوهش حاضر در مورد نقش محوری مدرسه، توسط برنارد^۴ (۲۰۲۴) تأیید شده است؛ او معتقد است مدرسه‌ای که علاوه بر آموزش، خدمات مشاوره‌ای و مراکز توانمندسازی ارائه می‌دهد، به یک زیست‌بوم ایمن برای نوجوان تبدیل می‌شود. این دسته‌بندی نشان می‌دهد که پیشگیری از اعتیاد یک فرآیند چندسطحی است که نیازمند هماهنگی بین سطوح فردی، خانوادگی و اجتماعی است. این رویکرد، امکان طراحی برنامه‌های جامع پیشگیری را فراهم می‌کند که هم در سطح مهارت‌آموزی و اصلاح رفتار فردی نوجوان و هم در سطح حمایت خانواده و کنترل محیط اجتماعی اثرگذار باشد. ویژگی

3. Morales

4. Bernard

1. Castro

2. Park & Choi

پرورش، بهزیستی و ستاد مبارزه با مواد مخدر باید با تشکیل یک شورای هماهنگی پیشگیری بومی، از رویکردهای جزیره‌ای فاصله گرفته و مداخلات خود را بر اساس سطوح این الگو به صورت هم‌زمان و شبکه‌ای اجرا کنند. در سطح مدارس، پیشنهاد می‌شود آموزش مهارت‌های زندگی از حالت تئوریک خارج شده و در قالب کارگاه‌های تجربه محور و بازی‌وارسازی شده با تمرکز بر مدیریت تکانه و بازداری رفتاری اجرا شود؛ همچنین استفاده از ظرفیت همسالان اثرگذار به عنوان سفیران پیشگیری، می‌تواند ضریب نفوذ پیام‌های آموزشی را در گروه‌های دوستی افزایش دهد. در حوزه خانواده، راه‌اندازی پاتوق‌های والدگری در محلات مختلف با هدف آموزش نظارت هوشمندانه به جای کنترلگری افراطی و تقویت پیوندهای عاطفی ضرورت دارد. علاوه بر این، با توجه به شکاف دیجیتال موجود، ارتقای سواد رسانه‌ای والدین برای مدیریت فعالیت‌های مجازی نوجوانان یک اولویت اجرایی است. در نهایت، پیشنهاد می‌شود شهرداری و نهادهای فرهنگی با بهسازی محیط‌های بی‌دفاع شهری و ایجاد مراکز تفریحی و ورزشی ارزان‌قیمت در مناطق آسیب‌پذیر، فرصت‌های جایگزین برای تخلیه هیجانی نوجوانان فراهم کرده و احتمال حضور آنان در پاتوق‌های پرخطر را به حداقل برسانند.

تشکر و قدردانی

نویسنده از تمامی کسانی که در این راستا با محقق همکاری نمودند کمال تشکر را دارد.

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان مقاله حاضر فاقد هرگونه تعارض منافع بوده است.

اصلی الگو، چندسطحی بودن، انسان‌محور بودن و تأکید بر تعامل بین نظام‌هاست. مطالعات پیشین نیز بر رویکردهای جامع و چندبعدی در پیشگیری تأکید کرده‌اند. با این حال، اغلب پژوهش‌ها به یک سطح خاص (مثلاً مدرسه یا خانواده) تمرکز داشته‌اند، در حالی که الگوی طراحی شده در این پژوهش، حاصل تلفیق نظام‌مند یافته‌های میدانی و نظری است و ساختاری یکپارچه‌تر ارائه می‌دهد. الگوی پیشنهادی نشان می‌دهد که پیشگیری از اعتیاد نوجوانان زمانی اثربخش خواهد بود که به صورت شبکه‌ای و هماهنگ اجرا شود. تمرکز صرف بر آموزش بدون اصلاح محیط اجتماعی یا خانواده، اثربخشی محدودی خواهد داشت.

در مرحله اعتباریابی الگو، نتایج نشان داد که میان متخصصان حوزه اعتیاد توافق قابل توجهی درباره مؤلفه‌ها و روابط بین عناصر الگو وجود دارد و اجماع کارشناسی حاصل شد و نتایج نشان داد که الگوی پیشنهادی از روایی محتوایی بالایی برخوردار است. این رویکرد اعتبارسنجی در مطالعات طراحی مدل (گیلسون¹، ۲۰۲۵) به عنوان استاندارد طلایی پذیرفته شده است. توافق خبرگان بر بومی بودن الگو به ویژه با تمرکز بر بافت فرهنگی شهر بیرجند، نشان‌دهنده قابلیت اجرایی این مدل در سیاست‌گذاری‌های منطقه‌ای است. به طور خلاصه، پیشگیری اثربخش نه یک اقدام منزوی، بلکه یک هم‌افزایی ساختارمند بین فرد، خانواده و حاکمیت است که الگوی حاضر چارچوب عملیاتی آن را ترسیم نموده است.

بر پایه یافته‌های این پژوهش و الگوی طراحی شده، چندین پیشنهاد کاربردی برای ارتقای اثربخشی برنامه‌های پیشگیرانه ارائه می‌شود: نخست، نهادهای متولی در شهر بیرجند مانند آموزش و

References

1. Miller, S., et al. (2025). Neural Plasticity and Identity Formation during the Transition to Adulthood. *Annual Review of Psychology*, 76, 211-235.
2. Lopez, F., & Rodriguez, E. (2025). The Reward System and Peer Influence: Why Adolescents Take Risks. *Brain and Cognition Quarterly*, 33 (1), 12-29.
3. Robertson, D. (2024). Gamification in Preventive Health: The Efficacy of Interactive Digital Platforms in Reducing Substance Seeking Behaviors among Gen Z. *Computers in Human Behavior Reports*, 13, 100355.
4. Ding, X., & Zhang, Y. (2025). Emotional Regulation and Impulsivity as Predictors of Early Substance Initiation. *International Journal of Behavioral Development*, 49 (3), 340-355.

¹. Gilson

5. Schmidt, L., Müller, J., & Wagner, A. (2025). Enhanced Family-Based Interventions: Longitudinal Effects of Emotional Literacy on Adolescent Substance Use Prevention. *Journal of Family Psychology*, 39 (2), 145-160.
6. Thompson, R. (2025). Modernity and Mental Health: New Stressors for the 21st Century Teenager. *Journal of Adolescent Health*, 76 (3), 445-460.
7. Garcia, M., et al. (2025). The Prefrontal Cortex and Executive Dysfunction in Adolescent Addiction. *Neurobiology of Learning and Memory*, 218, 107-124.
8. Kim, S., & Lee, H. (2025). Trends in Synthetic Drug Consumption among Global Youth: A 2025 Update. *Global Health & Epidemiology*, 15 (4), 512-529.
9. Anderson, K. J. (2025). The Critical Window: Adolescent Brain Development and the Neurobiology of Addiction. *Journal of Developmental Psychology*, 42 (1), 115-132.
10. Taylor, B., & McKenzie, L. (2025). Synaptic Changes and Adolescent Substance Exposure: A Neuroscientific Approach. *Journal of Neuroscience Research*, 103 (4), e25410.
11. Patel, R. (2025). Cognitive Impairment and Working Memory Deficits in Adolescent Drug Users. *Neuropsychology Review*, 35 (3), 410-428.
12. Murphy, A., et al. (2026). Educational Disengagement and Adolescent Substance Abuse: Long-term Consequences. *Journal of School Health*, 96 (1), 88-105.
13. Harris, P. (2025). Comorbidity of Anxiety Disorders and Substance Use in Post-Pandemic Adolescence. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 28 (1), 45-63.
14. Bryan, L., & Fisher, D. (2025). Ecological Systems Theory and Substance Use: A Multi-Level Analysis of Risk Factors in Youth. *Adolescent Research Review*, 10 (2), 201-218.
15. Sanchez, G. (2025). Problem-Solving Skills and Sensation Seeking in High-Risk Adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 54 (2), 156-172.
16. Nelson, T., et al. (2025). Parenting Styles and Substance Use: A Cross-Cultural Perspective. *Family Process Journal*, 64 (1), 77-94.
17. Walker, S., et al. (2025). Economic Inequality and Access to Psychoactive Substances: A Global Analysis. *Social Science & Medicine*, 320, 115-131.
18. Roberts, D. (2025). Digital Environments and Adolescent Vulnerability: The Role of Social Media in Substance Normalization. *Cyberpsychology & Behavior*, 28 (5), 290-305.
19. O'Brien, L. M., Harris, R., & Stewart, G. (2025). Neuro-inflammatory pathways and stress-induced vulnerability to substance use disorders in adolescence: A longitudinal neuroimaging study. *Journal of Neuroscience Research*, 103 (1),
20. Chen, H., & Wang, Y. (2024). Digital peer influence: The impact of social media substance-related content on adolescent drug-using intentions and normative beliefs. *Computers in Human Behavior*, 151, 108024
21. Lee, S. H., & Kim, Y. J. (2025). Social-Emotional Learning (SEL) in High Schools: A Meta-Analysis of Modern Prevention Models for Substance Abuse. *Educational Psychology Review*, 37 (1), 22-41.
22. Gilson, K. (2025). Methodological Standards in Model Validation: Using Delphi Consensus for Health Interventions. *Evaluation in Clinical Practice*, 31 (1), 12-28.
23. Bernard, A. (2024). The School as a Safe Ecosystem: Integrated Mental Health Services and Substance Use Prevention. *Journal of School Counseling*, 22 (3), 45-62.
24. Castro, E., et al. (2025). Emotion Regulation Training and Adolescent Substance Misuse: A Randomized Controlled Trial. *Journal of Adolescent Health*, 76 (2), 210-225.
25. Creswell, J. W., & Clark, V. L. P. (2017). *Designing and conducting mixed methods research*. Sage publications.
26. Joyce, R. (2025). Resilience-Based Interventions in Schools: A Longitudinal Study on Substance Abuse Prevention. *Prevention Science Journal*, 26 (2), 188-204.
27. Martinez, J. L. (2025). Community-Based Prevention Models: Bridging the Gap between Theory and Practice. *Journal of Community Psychology*, 53 (2), 305-321.
28. Morales, J. (2025). Smart Monitoring vs. Parental Control: A New Paradigm for Substance Abuse Prevention in the Family. *Family Science Review*, 29 (1), 88-104.
29. e25415.
30. Park, S., & Choi, L. (2024). Prosocial Peer Affiliations as a Protective Buffer against Environmental Risk Factors in Adolescence. *Social Development & Behavior*, 33 (4), 567-585.
31. Rose, J., & Johnson, C. W. (2020). Contextualizing reliability and validity in qualitative research: Toward more rigorous and trustworthy qualitative social science in leisure research. *Journal of leisure research*, 51 (4), 432-451.
32. Smith, J., & Williams, C. (2025). Peer Pressure and Social Validation in the Digital Age. *Social Development Journal*, 34 (1), 102-119.
33. Zhang, Y., et al. (2025). Digital Literacy and Substance Use Normalization: A Cross-National Study of Social Media Environments. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 28 (2), 142-158.

Original Article

Designing an addiction prevention model from the perspectives of healthy adolescents, adolescents involved in addiction, and addiction specialists; a combined approach

Received: 11/01/2025 - Accepted: 02/05/2025

Zahereh Haghparast¹
Hadi Pourshafei^{2*}
Samaneh sadat Jafar tabatabaei³
Fateme Shahabizadeh⁴

¹Department of Psychology, Bi.C.,
Islamic Azad University, Birjand,
Iran

² Associate Professor, Faculty of
Educational Sciences and
Psychology, University of Birjand,
Birjand, Iran.

³ Department of Psychology, Bi.C.,
Islamic Azad University, Birjand,
Iran

⁴Department of Psychology, Bi.C.,
Islamic Azad University, Birjand,
Iran

Email: hpourshafei@birjand.ac.ir

Abstract

Background and Objective: Adolescent addiction is one of the most complex social anomalies requiring indigenous and multidimensional preventive models. This study aimed to design and validate an addiction prevention model for adolescents, focusing on the socio-cultural context of Birjand.

Materials and Methods: This study utilized a mixed-methods (qualitative-quantitative) design. In the qualitative phase, participants consisted of three groups: 80 individuals including adolescents struggling with addiction (n=33), healthy adolescents (n=32), and addiction specialists (n=15), selected through purposive sampling until theoretical saturation was reached. Data were collected via in-depth semi-structured interviews and analyzed using the "Thematic Analysis" method proposed by Creswell and Clark (2017). To ensure trustworthiness, participatory strategies and member checking (Ross & Johansson, 2020) were employed. In the quantitative phase, the designed model was validated using the Delphi technique with 15 experts and a 94-item questionnaire.

Results: Thematic analysis led to the identification of prevention strategies at three global levels: 1) Individual and interpersonal strategies (enhancing resilience, emotion regulation, and life skills), 2) Family-oriented strategies (modifying parenting styles, smart monitoring, and strengthening emotional foundations), and 3) Social, cultural, and environmental strategies (managing cyberspace, controlling access, and the deterrent role of schools). The Delphi results indicated that the designed model, comprising 94 extracted strategies, was approved by experts, achieving a high level of professional consensus regarding the components and the structure of the thematic network.

Conclusion: The designed model provides a multi-level, networked, and indigenous framework, highlighting the necessity of synergy between individual, family, and social institutions. This model can serve as a basis for policymakers and educators to formulate targeted preventive programs in regions with similar characteristics to Birjand.

Keywords: Addiction Prevention, Adolescents, Thematic Analysis, Delphi Technique, Mixed-Methods Approach.