

به نام خدا

برنامه های پیشگیری از مصرف مواد مخدر در دانشگاه های انگلستان

Mentor UK سازمان خیریه ای است که توسط برخی استادان و مربیان انگلستان و با هدف ارتقاء سلامت و بهبود کیفیت زندگی و کاهش آسیب های زندگی جوانان آن کشور، تأسیس شده است. این سازمان با چهار رویکرد، اهداف خویش را دنبال می کند:

الف) آموزش درباره مواد و تشکل های آگاهی بخش:

آموزش های دولتی بر گروه سنی ۱۶ تا ۱۹ سال تمرکز دارد ولی آموزش های سازمان Mentor UK، گامی فراتر از آموزش های دولتی است. این سازمان از روش های متنوع و جذابی برای این کار استفاده می کند. یکی از شیوه های جالب اطلاع رسانی آنان، کمک گرفتن از کارخانه های تولیدکننده خوراکی ها و نوشیدنی های مفید و سالم است. بدین ترتیب از حمایت مالی این کارخانجات بهره مند می شوند و هزینه ها را کاهش می دهند.

اقدام تأثیرگذار دیگر، برگزاری کمپین بود با شعار « با آرامش مطالعه کن ». این کمپین در اوایل سال ۲۰۰۰ اجرا شد و جامعه هدف آن، دانشجویان ۱۸ تا ۲۶ ساله بود که نتایج خوبی در پیشگیری از اعتیاد داشت. اجرای چنین شعار و شیوه ای برای مطالعه یکی از بهترین روش های پیشگیری از مصرف محرک ها به نظر می رسد.

اقدام دیگری که در چارچوب اطلاع رسانی قرار گرفت، برگزاری جلسات بحث درباره تأثیرات مواد بود، به شکلی که باورها و تصورات دانشجویان، بدون آنکه با حالت دستوری و تحکم آمیز تهدید شود، به چالش کشیده شد. به نظر می رسد این گونه اطلاع رسانی، می تواند تغییرات معنی داری در نگرش و رفتار دانشجویان ایجاد کند. زیرا آنها احساس می کنند در فرآیند تولید دانش شرکت دارند و به این ترتیب با احساس مسئولیت بیشتری نسبت به آموخته های خویش وفادار می مانند.

ب) مداخله در هنجارهای اجتماعی:

مطالعات این پژوهشگران نشان داد که مصرف مواد با قرار گرفتن دانشجویان در بین گروه هم سالان افزایش می یابد. بررسی های بیشتر آشکار کرد که علت افزایش مصرف مواد به صورت دسته جمعی، نتیجه ارزش ها و باورهای منفی جمعی آنان است؛ یعنی ارزش های آسیب زا و خطرناکی که همه آنها به آن اعتقاد داشتند و با ارزش های جامعه و افراد سالم آن، تضاد دارد. بدین معنی که تلقی نادرست و سوگیرانه دانشجویان از هنجارهای اجتماعی، موجب افزایش احتمال مصرف مواد آنان می شد. بنابراین پیش بینی برنامه های مداخله گرانه هدفمند که ارزش

ها، هنجارها و خرده فرهنگ های آنان را به نشانه می گرفت، به دانشجویان این فرصت را داد که توافقات نادرست جمعی خود را به چالش بکشند و با مقایسه آن با هنجارهای سالم اجتماعی، به نگرش متعادل تری دست یابند. همین اصلاح دیدگاه و نگرش دانشجویان موجب کاهش مصرف مواد در بین آنان شد. زیرا دانشجویان در محیطی قرار گرفتند که هنجارهای اجتماعی، سالم و عاقلانه بود. برای مثال هنجار گروهی « فرار از مشکلات» به هنجار « از مشکلات فرار نکن! با آنها کنار بیا» تبدیل شد.

(ج) فعالیت های فوق برنامه:

فعالیت های فوق برنامه می تواند بر رشد متعادل شخصیت دانشجویان تأثیر بگذارد (یعنی جنبه های متفاوت شخصیت آنها همراه هم رشد کند). یکی از نتایج جالب توجه به دست آمده درباره تأثیر این فعالیت ها بر پیشگیری از اعتیاد این نکته بود که فعالیت های فوق برنامه به جنگ انزوا می رود (انزوا و احساس تنهایی یکی از مهم ترین دلایل روی آوردن دانشجویان به مصرف مواد بود). از سوی دیگر شرکت در فعالیت های گروهی، عزت نفس دانشجویان را افزایش می داد و این افزایش، کاهش تمایل به مصرف مواد را در پی داشت.

بررسی و یافته های بیشتر نشان داد که ورزش های گروهی بیش از ورزش های انفرادی در پیشگیری از رفتارهای آسیب زا تأثیر دارد. به نظر می رسد یکی از علل بهبود ارتباط های اجتماعی از طریق ورزش های دسته جمعی امکان پذیر می شود.

به کارگیری چنین یافته هایی به عنوان تجارب موفق در دیگر کشورهای جهان می تواند مصداق خوبی برای «ترجمه تجربه» باشد که یکی از بهترین مصادیق خردمندی است.

ترجمه و تلخیص: بهزاد دارابی (پژوهشگر حوزه اعتیاد)

منبع: پایگاه علمی، آموزشی پیشگیری نوین