

بی‌حوصلگی، چراغ سبز اعتیاد برای نوجوانان

در تحقیق جدیدی که توسط محققان کشورمان انجام شده است، نشان داده شده که افتادن نوجوانان در چاله بی‌حوصلگی، ممکن است شرایط را برای افتادن آنان در چاه اعتیاد فراهم کند.



در تحقیق جدیدی که توسط محققان کشورمان انجام شده است، نشان داده شده که افتادن نوجوانان در چاله بی‌حوصلگی، ممکن است شرایط را برای افتادن آنان در چاه اعتیاد فراهم کند.

به گزارش ایسنا، بررسی‌های ملی و بین‌المللی نشان می‌دهند که افزایش سطح اعتیادپذیری نوجوانان و شیوع اعتیاد در بین آن‌ها بسیار نگران‌کننده است، زیرا اکثر نوجوانانی که مصرف مواد را در سال‌های اولیه نوجوانی آغاز می‌کنند، به مصرف این مواد در سال‌های بعد نیز ادامه می‌دهند و میزان مصرف مواد و مشکلات مرتبط با آن نیز مرتباً افزایش می‌یابد. استرس‌های این دوران خطرناکی مانند سیگار کشیدن و مصرف مواد را افزایش می‌دهند، زیرا مواد برای آن‌ها معنایی از ایجاد مسئولیت مشترک با گروه مرجع خاص و طغیان در برابر اقتدار والدین یا ایجاد هویت فردی را فراهم می‌کند.

بر اساس دیدگاه‌های متخصصان، سنین نوجوانی به دلیل قرار دادن فرد در موقعیت‌های اجتماعی متنوع‌تر می‌تواند بیشتر مستعد ارتکاب رفتارهای پرخطر از قبیل مصرف مواد و آمادگی اعتیاد باشد. البته حدود نیمی از خطر ابتلا به اعتیاد به مسائل ژنتیکی ربط داده می‌شود، به گونه‌ای که ژن‌ها بر میزان پاداشی که فرد به واسطه مصرف مواد کسب می‌کند، تأثیرگذار هستند. این موضوع می‌تواند نشانگر آن باشد که چرا برخی افراد تنها پس از چند بار مصرف، به مواد وابسته می‌شوند، درحالی که برخی دیگر این‌گونه نیستند. مطالعات انجام شده در حوزه آمادگی اعتیاد در نوجوانان عنوان می‌کنند که در حال حاضر در این قشر، دیدگاه منفی قوی نسبت به مواد مخدر وجود ندارد و از بار ارزشی منفی آن کاسته شده است و لذا بسیاری از نوجوانان مستعد افتادن در دام اعتیاد هستند.

این موضوع، با توجه به اهمیت بالایی که دارد، نظر محققان از دانشگاه لرستان را به خود جلب کرده تا در خصوص آن پژوهشی را انجام دهد. در این پژوهش، رابطه بین بروز حالت بی‌حوصلگی در نوجوانان با آمادگی آن‌ها به اعتیاد به شکل علمی مورد ارزیابی واقع شده است.

در این پژوهش که روی نزدیک به 400 نفر از دانش‌آموزان نوجوان پسر منطقه 14 شهر تهران با سن 16 تا 18 انجام شده است، محقق از مقیاس استاندارد سنجش بی‌حوصلگی، استعداد اعتیاد و بهزیستی معنوی استفاده کرده و سپس داده‌های حاصله را با استفاده از روش‌های آماری به کمک کامپیوتر، تجزیه و تحلیل کرده است.

نتایج بررسی‌های انجام شده در این تحقیق نشان داد که بین میزان بی‌حوصلگی و آمادگی به اعتیاد در نوجوانان رابطه مثبت و قابل توجهی وجود دارد. این بدان معنا است که هرچه بروز بی‌حوصلگی در نوجوانان پسر بیشتر باشد، امکان گرایش آن‌ها به سمت مواد مخدر بیشتر است.

در این رابطه، سلمان زارعی، پژوهشگر گروه روان‌شناسی دانشگاه لرستان می‌گوید: «نوجوانانی که سطح بی‌حوصلگی بالایی دارند، در تجربه لذت از فعالیت‌های روزانه و اوقات فراغت خود دچار مشکل می‌شوند و به دنبال رفتارها و فعالیت‌هایی می‌گردند که خیلی سریع برای آنان پاسخ لذت را فراهم کند و منجر به کاهش احساس بی‌حوصلگی در آن‌ها شود».

به گفته این محقق، «پژوهشگران در مقایسه رفتارهایی از قبیل قماربازی، بازی‌های اینترنتی و مصرف مواد در نوجوانان، معتقدند مصرف مواد برای آنان احساسی را فراهم می‌کند که با تجارب معمول در زندگی روزانه آنان متفاوت‌تر است. بنابراین می‌توان استنباط کرد که هرچه سطح بی‌حوصلگی نوجوانان بالا باشد، احتمال گرایش آن‌ها به مصرف مواد و اعتیاد بیشتر خواهد بود».

بر اساس یافته‌های این تحقیق، احساس بی‌حوصلگی به مرور زمان باعث می‌شود که خودکنترلی نوجوانان کاهش یابد و آنان در مواجهه با استرس‌های ناشی از مدرسه و سایر حوزه‌های زندگی، به دلیل ناتوانی در تعدیل احساسات و شناخت‌های خود، به برخی رفتارهای تکانشی به منظور مقابله با بی‌حوصلگی دست بزنند. یکی از این رفتارها جستجوی لذت فوری در زمان حال به جای پاداش‌های بزرگ‌تر در آینده است.

بنابراین به نظر می‌رسد که نوجوانان با سطح بی‌حوصلگی بالا هنگام تجربه استرس شدید و به منظور تعدیل بی‌حوصلگی و

رهایی از ملالت و یکنواختی ناشی از این احساس به سمت لذت های روانی مانند مصرف مواد گرایش داشته باشند.

زارعی معتقد است: «با این حال می توان از طریق تقویت بهزیستی و باورهای معنوی، به نوجوانان کمک کرد که بی حوصلگی روان شناختی خود را مدیریت کنند و به احتمال کمتری به اعتیاد گرایش داشته باشند. باورها و بهزیستی معنوی مهارت و منبعی است که متخصصین می توانند از طریق آموزش و مداخلات مشاوره ای آن را ارتقاء دهند».

این یافته ها را فصل نامه «اعتیادپژوهی» وابسته به دفتر تحقیقات و آموزش ستاد مبارزه با مواد مخدر ریاست جمهوری منتشر کرده است.