

پژوهشی درباره مفهوم تکانشگری و ارتباط آن با اعتیاد

خانواده هایی که راه اعتیاد فرزندانشان را هموار می کنند

مفهوم تکانشگری یعنی فرد بدون توجه به پیامدهای یک اقدام یا انتخاب و در واقع بدون تامل و تفکر، عملی را انجام می دهد که برایش تنها لذت های زودگذر و پاداش کوتاه مدت مهم است. تکانشگری به عنوان یک ویژگی شخصیتی، ارتباط نزدیکی با سبک های فرزندپروری دارد.

اختلالات ناشی از مصرف انواع مواد مخدر و پیامدهای آن امروزه یکی از بالاترین رده های فهرست آسیب های اجتماعی و چالش های سلامت عمومی در سراسر جهان را به خود اختصاص داده و این مشکلات، تهدیدی جدی برای جامعه و به ویژه نسل جوان است. گرایش به سمت مصرف مواد مخدر در نسل جوان، سلامت جسمی و روانی این قشر را با خطر جدی مواجه ساخته است. تلاش برای درک، پیشگیری و درمان گرایش به مصرف مواد مخدر و آسیب هایی که به بار می آورد با این سوال شروع می شود که چرا افراد مصرف می کنند؟

متغیرهای روان شناختی زیادی وجود دارند که رفتار گرایش به مواد مخدر را تحت تاثیر قرار می دهند. همچنان که اشاره شد، اگر بخواهیم از نابودی گران مایه ترین و بارزترین سرمایه جوامع انسانی، یعنی جوانان جلوگیری کنیم و آنان را از چنگال عوارض گرایش به مواد مخدر (از جمله آسیب اجتماعی، تهدید سلامت جسم و روان در جنبه های اخلاقی، اجتماعی و اقتصادی و ...) نجات دهیم باید عوامل موثر بر گرایش به مواد مخدر شناخته شوند و برنامه ریزی دقیقی انجام شود. بدون شک گرایش به مواد مخدر نتیجه یک عامل نیست بلکه عوامل و متغیرهای بسیاری در آن دخالت دارند.

اگر خانواده ها فرزندانشان را بدون تجربه دخانیات یا هر مخدری به ۱۸ سالگی برسانند، احتمال ایجاد مشکلات جدی گرایش به مواد مخدر در سال های بعدی زندگی کاهش می یابد.

در یکی از آخرین اظهارنظرهای رسمی درباره مساله اعتیاد در ایران و بین جوانان، سردار «اسکندر مومنی» دبیرکل ستاد مبارزه با مواد مخدر با اشاره به تعداد ۲ میلیون و ۴۰۰ هزار نفر مصرف کننده مستمر، اظهار داشت میانگین سن اعتیاد در کشور ما ۲۴ سال است که در مقایسه با میانگین دنیا، شرایط ایران بهتر است و این نتیجه اقدامات پیشگیرانه است.

به گفته سردار مومنی، براساس نتایج یک پژوهش حدود ۳۰ درصد جوانان و نوجوانان گرفتار اعتیاد فکر نمی‌کردند با یکی دو بار مصرف معتاد شوند و حدود ۳۰ درصد دیگر آنان نیز در مقابل تعارف همسالان توان نه گفتن نداشتند؛ بنابراین با کمک نهادهای فرهنگ‌ساز و خانواده‌ها؛ جوانان و نوجوانان باید به راحتی بتوانند در مقابل این پیشنهادهای مخرب نه بگویند.

در همین پیوند، «رابطه سبک‌های فرزندپروری و گرایش به مصرف مواد مخدر: نقش میانجی تکانشگری» [۱] از جمله پژوهش‌ها در این حوزه است. نویسندگان این مقاله تلاش دارند تا سبک فرزندپروری و تکانشگری و تاثیر آن بر گرایش جوانان به مواد مخدر را مورد بررسی قرار دهند.

سبک فرزندپروری یعنی چه؟

مفهوم سبک فرزندپروری بیش از ۵۰ سال است که در حوزه روان‌شناسی رشد به عنوان ابزار کنترلی والدین بر فرزندانشان به رسمیت شناخته شده است. سبک فرزندپروری به مجموعه‌ای از نگرش‌ها، رفتارها و ابزارهایی اشاره دارد که والدین به طور مداوم در همه زمینه‌ها برای مدیریت رفتار فرزندان خود از آن‌ها استفاده می‌کنند.

شیوه‌های فرزندپروری را می‌توان به عنوان رفتارهای ویژه‌ای که والدین برای اجتماعی کردن و نحوه معاشرت فرزندان خود از آنها استفاده می‌کنند، تعریف کرد.

سبک‌های فرزندپروری را باید به عنوان مجموعه‌ای از ساختارهای روان شناختی درک کرد که بیانگر راهکارهای استاندارد است که والدین در روند تربیت کودک از آن‌ها استفاده می‌کنند و عموماً ابعادی مانند طرد شدن، گرمای عاطفی و محافظت بیش از حد را شامل می‌شوند.

کدام سبک باعث گرایش به سمت مواد مخدر می‌شود؟

از میان شیوه‌های فرزندپروری، سبک فرزندپروری مقتدرانه (انتظارات معقول با ایجاد محدودیت‌های منطقی و ابراز محبت و مشارکت فرزند در تصمیم‌گیری‌ها) به طور معکوس قادر به پیش‌بینی تغییرات آمادگی به مصرف مواد است. محققان به این نتیجه رسیده‌اند که روابط والدین با جوانان که مبتنی بر مهربانی، مشاوره، حمایت و احترام متقابل بین آنها همراه با اقتدار و کنترل متعادل است، عاملی بسیار قدرتمند جهت حفاظت فرزندان از انحرافات جامعه از جمله گرایش به سمت مواد مخدر بوده است.

روابط مبتنی بر کنترل و محدودیت شدید و عدم رابطه نیکو یا روابط مبتنی بر سهل‌گیری و آزادگذاری بیش از حد، زمینه‌گرایی به مواد مخدر را افزایش می‌دهند. به عبارت دیگر، سبک‌های فرزندپروری مستبدانه (انتظارات غیرواقعی و طاقت فرسا، استفاده از تنبیه و زور و توجه کم به نیازهای عاطفی و سهل‌گیرانه بدون انتظار از فرزند و ضعف در کنترل خواسته‌های وی) به طور مستقیم قادر به پیش‌بینی تغییرات آمادگی به مصرف مواد هستند این نتایج نشانگر اهمیت الگوهایی است که والدین جهت تربیت فرزندان خود اتخاذ می‌کنند.

اگر پیشگیری از طریق خانواده باعث به تعویق افتادن نخستین مصرف سیگار یا هر ماده دیگری باشد، یا به عبارت دیگر خانواده‌ها فرزندان‌شان را بدون تجربه مواد به ۱۸ سالگی برسانند، شانس ایجاد مشکلات جدی‌گرایی به مواد مخدر در سال‌های بعدی زندگی کاهش می‌یابد.

رفتارهای حاکی از کنترل شدید یا آزادگذاری شدید، زمینه‌گرایی به سمت مواد مخدر را افزایش می‌دهند.

الگوهای رفتاری والدین می‌توانند نقش مهمی در گرایش جوانان به مواد مخدر داشته باشند زیرا سبک رفتاری مناسب والدین عامل محافظتی قدرتمندی است. والدین با استفاده از این عامل می‌توانند با برآورده ساختن نیازهای اساسی، برقراری فضای امن در خانواده، ارائه مشاوره، قانونمندی‌های مناسب و نظارت بر زندگی فرزندان خود، آن‌ها را از بسیاری از رفتارهای مشکل‌ساز در جامعه و از جمله گرایش به سمت مواد مخدر محافظت کنند.

اگر والدین در ابزارهای کنترلی خود از ابزار محبت و مشارکت استفاده کنند، قطعاً آمادگی به مصرف مواد در فرزندان آنها کاهش می‌یابد چرا که این دسته از والدین با فرزندان خود رابطه خوبی برقرار کرده و به عقاید و نظرات آن‌ها احترام می‌گذارند و رفتارهای فرزندان را به صورت متعادل و آگاهانه پیگیری می‌کنند. این دسته از والدین می‌توانند میزان گرایش به مواد مخدر را در فرزندان‌شان کاهش دهند.

آنچنان که اشاره شد، رفتارهای حاکی از کنترل شدید یا آزادگذاری شدید، زمینه‌گرایی به سمت مواد مخدر را افزایش می‌دهند. والدینی هستند که در ابراز محبت خود به فرزندان‌شان بدون توجه به سن و انتظارات آنها زیاده‌روی می‌کنند و تلاش چندانی برای شکل‌دهی شیوه رفتاری آنها انجام نمی‌دهند. روش این دسته از والدین، مسئولیت‌گریزی و اجازه برای انجام هر کاری به فرزندان‌شان است، بنابراین این کودکان در آینده نزدیک به فردی بی‌هدف و بی‌مسئولیت تبدیل شده و در مواجهه با سختی‌های پیش رو فاقد مهارت‌های لازم برای مقابله با آن هستند. بنابراین، برای فرار از مسئولیت‌ها و عدم کنترل آن به سمت مواد مخدر کشیده می‌شوند.

کمبود محبت نیز عامل اصلی انحراف فرد دانسته شده است. فرزندان این خانواده‌ها احساس تنهایی، ناتوانی و بی‌ارزشی می‌کنند و در نتیجه به دنبال تایید محبت و حمایت از افرادی به غیر از خانواده هستند و دست نیاز به سمت دیگران دراز می‌کنند. در اینجا است که دیگران از جمله دوستان ناباب می‌توانند عامل اصلی روی آوردن فرد به سمت انحرافات اجتماعی از جمله گرایش به سمت مواد مخدر باشند. بنابراین، دقت در انتخاب سبک‌های فرزندپروری می‌تواند آینده جوانان را رقم بزند.

تکانشگری چیست و چه زمانی بروز می‌کند؟

شواهد، میزان بالایی از تکانشگری در میان جوانانی را گزارش کرده‌اند که اجبار والدین را تجربه کرده‌اند؛ جوانانی که تکانشگری بالا، آنان به صورت جدی در معرض اعتیاد قرار می‌دهد.

در ارتباط با موضوع بحث باید به مفهوم تکانشگری اشاره کرد. تعریف تکانشگری به طور قابل توجهی متنوع است و مفاهیم متنوعی از جمله بی‌توجهی به عواقب عمل، بی‌صبری یا ناتوانی در حذف رفتارهای نامناسب و تکانشگری شناختی را شامل می‌شود. تکانشگری مجموعه‌ای از صفات ناهمگن یا الگوهای رفتاری از جمله عدم توانایی در نظر گرفتن پیامدهای آینده رفتار فعلی را توصیف می‌کند. تکانشگری صفتی است که فرد دارای آن اهل ریسک کردن و عمل کردن بدون تامل کافی است.

وجود تکانشگری در فرد او را به سمت واکنش‌های بدون برنامه و فوری به عوامل محرک درونی یا بیرونی، بدون حساسیت به نتایج منفی این واکنش‌ها به خود یا دیگران می‌کشاند. تکانشگری مجموعه وسیعی از رفتارهایی را شامل می‌شود که روی آنها اصولاً تفکری انجام نشده و برای نیل به یک پاداش یا لذت زودگذر بروز می‌کنند و خطرات و پیامدهای قابل توجهی را به دنبال دارند. تکانشگری زمانی ظهور پیدا می‌کند که تنظیم بهنجار رفتار به طور مناسب انجام نشود.

اثر تکانشگری بر گرایش جوانان به سمت مواد مخدر

در ارتباط با تکانشگری و گرایش به مواد مخدر می‌توان گفت که میان تکانشگری و گرایش به مواد مخدر رابطه معناداری وجود دارد، به این صورت که هر چه صفت تکانشگری در فرد بیشتر باشد، میزان گرایش به مواد مخدر بیشتر خواهد بود. به تعبیر دیگر تکانشگری به عنوان یک عامل مهم در نتایج مختلف مصرف مواد در نظر گرفته می‌شود و می‌تواند عامل مهمی در گرایش به مواد مخدر باشد.

فرد دارای صفت تکانشگری، اهل ریسک کردن بدون توجه به پیامدهای آن است و در واقع بدون تامل و تفکر، عملی را انجام می‌دهد و تنها به لذات زودگذر و دستیابی به پاداش کوتاه مدت فکر می‌کند بنابراین، مشخص است که چنین فردی که گرفتار تکانشگری است، مستعد گرایش به سمت مواد

مخدر است زیرا به پیامدهای کوتاه مدت مصرف مواد که همان لذات زودگذر است فکر می‌کند و به عواقب ناشی از آن که بسیار وخیم و طاقت فرسا است فکر نمی‌کند و راحت‌تر از بقیه مستعد گرایش به سمت مواد مخدر است.

تکانشگری به عنوان یک ویژگی شخصیتی، ارتباط نزدیکی با سبک‌های فرزندپروری دارد. از نگاه متخصصان و روان‌شناسان عاملی که می‌تواند منجر به مشکلات و ناهنجاری‌های فرزندان مثل تکانشی بودن شود، همان روابط خانوادگی و روش فرزندپروری والدین است.

شواهد، میزان بالایی از تکانشگری در میان جوانانی را گزارش کرده‌اند که اجبار والدین را تجربه کرده‌اند، والدینی که الگوی رفتاری کنترل شدید یا آزادگذاری شدید دارند، می‌توانند زمینه را برای عدم پیشرفت در کنترل تکانشگری در فرزندان فراهم کنند. بنابراین علاوه بر توجه به تاثیر مستقیم سبک‌های فرزندپروری بر گرایش به سمت مواد مخدر، باید عامل تکانشگری نیز جهت طراحی مداخلات، مورد توجه قرار گیرد.