Journal of Police Medicine

Special Issue; Vol. 5, No. 4: 251-256

Original Article

A study of the Effectiveness of Assertive Behavior on Dory on Reducing the Addiction Potential

Received: 22 December 2015 **Revised:** 10 January 2016 **Accepted:** 18 January 2016

Tahereh Jalili[1*]
Afshin Zarei[2]

[1]MA in Educational Psychology, Department of Educational Psychology, Allameh Tabatabai University, Tehran, Iran

[2]MA in Educational Psychology, Department of Educational Psychology, Allameh Tabatabai University, Tehran, Iran

ABSTRACT

Background: The aim of this study was to evaluate the effectiveness of assertiveness training in reducing the addiction potential of eleventh grade male students in the city of Hamadan.

Materials and Methods: This was an experimental study with pretest -posttest design. From Boy's High Schools of Hamadan participated in this study, one school was selected by the cluster sampling method and 40 people were randomly selected and were replaced in a test group and a control group (n = 20 subjects, per group). Assertiveness training for 8 sessions were conducted in the first group while the control group was on the waiting list.

Results: Data were analyzed using analysis of covariance. Descriptive statistics showed that scores of the experimental group had decreased, compared to the control group and post-test showed that the value of F for the preparation of active addiction was 1076.7 and for passive readiness to addiction was 2608.4 which is significant in the level of ($P<.001$).

Conclusion: The analysis of covariance showed assertiveness training could significantly decrease the scores of experimental group compared to the control group in both dimensions of the addiction potential.

Keywords: assertive behavior, reduction of addiction potential, analysis of covariance.

[*]**Corresponding Author:**
Tahereh Jalili
Tel: (+98)9127087796
email: gitijalili66@gmail.com

ویژه‌نامه- دوره ۵- شماره ۴- صفحات ۲۵۶-۲۵۱

مجله طب انتظامی

مقاله تحقیقی

بررسی اثربخشی رفتار جرات‌مندانه بر کاهش آمادگی به اعتیاد

تاریخ دریافت: ۱ دی ۱۳۹۴ **تاریخ اصلاح:** ۲۰ دی ۱۳۹۴ **تاریخ پذیرش:** ۲۸ دی ۱۳۹۴

طاهره جلیلی [1*]

افشین زارعی [2]

[1] کارشناس ارشد روانشناسی تربیتی دانشگاه علامه طباطبایی، گروه روان شناسی تربیتی،تهران،ایران

[2] کارشناس ارشد روانشناسی تربیتی دانشگاه علامه طباطبایی، گروه روان‌شناسی تربیتی، تهران، ایران

***نویسنده مسئول:**
طاهره جلیلی
تلفن: ۹۱۲۷۰۸۷۷۹۶(۹۸+)
پست الکترونیک:
gitijalili66@gmail.com

چکیده

مقدمه: هدف از پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش مهارت رفتار جرات‌مندانه بر کاهش آمادگی به اعتیاد دانش‌آموزان پسر کلاس یازدهم شهر همدان بوده است.

مواد و روش‌ها: این پژوهش از نوع آزمایشی با طرح پیش‌آزمون- پس آزمون بود. از میان دبیرستان‌های پسرانه شهر همدان از طریق نمونه‌گیری خوشه‌ای یک مدرسه انتخاب و به صورت تصادفی ۴۰ نفر انتخاب شدند و در یک گروه آزمایش و یک گروه کنترل جایگزین شدند (تعداد هر گروه ۲۰ نفر بوده است). آموزش مهارت رفتار جرات‌مندانه به‌مدت هشت جلسه در مورد گروه اول اجرا شد و گروه کنترل در لیست انتظار بودند.

یافته‌ها: داده‌ها بااستفاده‌از تحلیل کوواریانس تجزیه‌وتحلیل شدند. در آمار توصیفی مشخص شد که نمرات گروه آزمایش نسبت‌به گروه کنترل کاهش زیادی پیداکرده است و پس‌آزمون نشان داد که مقدار F به‌دست آماده در آمادگی فعال به اعتیاد ۱۰۷۶/۷ و در آمادگی منفعل به اعتیاد ۲۶۰۸/۴ است که در سطح ($P < ۰/۰۰۱$) معنی‌دار است.

نتیجه‌گیری: تحلیل کوواریانس نشان داد آموزش جرات ورزی توانسته است نمرات گروه آزمایش را نسبت به گروه کنترل در هر دو بعد آمادگی به اعتیاد به‌طور معنی‌داری کاهش دهد.

کلید واژه‌ها: رفتار جرات‌مندانه، کاهش آمادگی به اعتیاد، تحلیل کوو

مقدمه

سوءمصرف مواد مخدر یکی از مشکلات بهداشتی، اجتماعی و اقتصادی بسیار مهم در بسیاری از کشورها است [۱]. جهان در سه دهه اخیر با آمارهای تکان‌دهنده در خصوص شیوع مصرف مواد در سطح جامعه و به‌ویژه در بین جوانان و نوجوانان مواجه شده است [۲]. هرچند سیر صعودی مصرف مواد مخدر در کشورهای صنعتی تا حدودی کاهش‌یافته و در حال حاضر سیر نزولی در میان جوانان دارد اما به نظر می‌رسد که در کشور ایران سوءمصرف مواد میان جوانان سیر پیشروند ای را طی می‌کند [۳] و دوره نوجوانی، دوره رشد مهمی است که با فرایند شکل‌گیری هویت همراه است. قسمتی از این فرایند رشدی، خطر جدی است که به شکل رفتارهای جنسی ناسالم و مصرف الکل، سیگار و سایر مواد تظاهر می‌نماید [۴]. برای مصرف بالای مواد مخدر توسط جوانان در ایران دلایل متعددی وجود دارد که می‌توان به سهولت ساخت، دسترسی و استفاده از مواد مخدر، نادیده انگاشتن خطرات ناشی از سوءمصرف مواد، عدم اعتماد جدی برای طراحی و اجرای برنامه های مؤثر پیشگیری کنند، از سوءمصرف مواد و تغییر در شیوه زندگی ورود به محیط‌های جدید اشاره کرد [۵].

امروزه علی‌رغم ایجاد تغییرات عمیق فرهنگی و تغییر در شیوه‌های زندگی، بسیاری از افراد در رویارویی با مشکلات زندگی فاقد مهارت‌ها و توانایی‌های لازم و اساسی هستند و همین امر آنان را در مواجهه با مشکلات زندگی آسیب‌پذیر نموده و در معرض انواع اختلالات روانی- اجتماعی و رفتاری قرار می‌دهد باتوجه‌به ساختار جمعیت فعلی کشورمان و فراهم بودن بسترهای لازم برای شیوع

Journal of Police Medicine
Special Issue; Vol. 5, No. 4: 251-256

اعتیاد در بین جوانان، حدود ۴۴ میلیون نفر از جمعیت کشور در معرض خطر هستند. بالبطع باید راهکار مناسبی جهت مصون‌سازی جوانان و نوجوانان پیدا کرد و آن پیشگیری از سوءمصرف مواد است [۶]. مطالعات نشان می‌دهد که مداخله‌های درونی مناسب می‌تواند به میزان بسیار بالائی رفتارهای پرخطر ازجمله اعتیاد، خودکشی و فرار نوجوانان را قبل و پس از اقدام کاهش دهد. برای تدوین مداخلات درونی مناسب بررسی‌های زیادی در مورد شناخت ویژگی‌های شخصیتی و شناختی این‌گونه افراد و نیز عامل های خطرساز محیطی انجام‌شده است. در بیشتر این مطالعات مشخص‌شده است که این افراد خصوصیات شناختی دارند که می‌تواند عامل خطرساز مهمی برای آنان باشد. ازجمله این ویژگی‌ها می‌توان از نداشتن مهارت جرات ورزی، عدم مهارت های حل مسئله، ناامیدی، سبک اسنادی منفی، نظر منفی نسبت‌به خود و محیط عدم ارتباط صحیح با دیگران را نام برد [۷].

در همین راستا سازمان جهانی بهداشت آموزش را یکی از اساسی‌ترین اقدامات در پیشگیری و درمان مبتلایان به آسیب های اجتماعی می‌داند، چراکه آموزش باعث تغییر پایدار در نگرش و عملکرد افراد و درنهایت تغییر در نحوه زندگی آن‌ها خواهد شد [۸]. هم‌چنین مطالعات زیادی نشان داده‌اند که آموزش مهارت های زندگی بر پیشگیری از سوءمصرف مواد اثرات رضایت بخشی داشته است. به‌عنوان‌مثال بوتون و همکاران طی مطالعات خود به این نتیجه رسیدند که آموزش مهارت‌های زندگی بر پیشگیری از سوءمصرف مواد نقش داشته است [۹].

برنامه آموزش مهارت‌های زندگی برای جلوگیری از سوءمصرف مواد در نوجوانان برنامه پیشگیری اولیه مؤثری است که روی عوامل خطرساز و محافظت‌کننده مرتبط با مصرف مواد تمرکز دارد و به‌خوبی مهارت‌های اجتماعی و شایستگی شخصی را افزایش می‌دهد [۱۰]. کارایی این برنامه به‌خوبی در تحقیقات خارجی مشخص‌شده است [۱۲ و ۱۱].

در بین مهارت‌های زندگی، قاطعیت (جرات ورزی) به‌معنی دفاع از حقوق خود و بیان افکار و احساسات به شیوه مستقیم صادقانه و مناسب است [۱۲]. افراد قاطع برای خود و دیگران احترام قائل اند، منفعل نیستند و اجازه نمی‌دهند دیگران از آن‌ها سوءاستفاده کنند [۱۳]. مهارت جرات ورزی به نوجوانان احساس خود کارآمدی داده که در روابط متقابل او با دیگران و ایجاد اعتماد عزت‌نفس در وی تأثیر مثبت خواهد داشت [۹]. مطالعات مشابه نیز تأثیر مهارت قاطعیت را در پیشگیری از سوءمصرف مواد گزارش کرده‌اند [۹ -۲]. آموزش رفتارهای سالم مانند مهارت قاطعیت ازاین‌جهت ضرورت می‌یابد که این آموزش‌ها می‌توانند در پیشگیری از شیوع رفتارهای پرخطر دیگر نیز مؤثر باشد. از سوی دیگری بی‌توجهی به جمعیت جوانان و نیازهای این گروه سنی و افزایش شیوع انواع رفتارهای پرخطر مانند سوءمصرف مواد می‌تواند سلامت روانی جوانان، خانواده و کل جامعه را مورد تهدید قرار می‌دهد [۲].

مواد و روش‌ها

روش پژوهش، جامعه آماری و نمونه: پژوهش حاضر از نوع آزمایشی با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون دوگروهی، یک گروه آزمایشی با یک گروه گواه بود. متغیر مستقل در این پژوهش آموزش رفتار جرات‌مندانه و متغیر وابسته آمادگی به اعتیاد بود. جامعه آماری پژوهش حاضر دانش آموزان پسر پایه کلاس یازدهم شهر همدان در سال تحصیلی ۹۵-۹۴ بودند.

روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی بود. بدین ترتیب انتخاب شدند مرحله اول یکی از نواحی ۱ و یا ۲ آموزش‌وپرورش شهر همدان به‌صورت تصادفی انتخاب شد، مرحله دوم از بین دبیرستان‌های ناحیه ۲ یک دبیرستان به‌صورت تصادفی انتخاب شد، مرحله سوم ۲ کلاس به‌صورت تصادفی انتخاب شد. مرحله چهارم از هر کلاس ۲۰ نفر انتخاب شدند و در دو گروه آزمایش و گواه قرار گرفتند و مقیاس آمادگی به اعتیاد بر روی آن‌ها اجرا شد.

ابزار سنجش: مقیاس آمادگی به اعتیاد توسط وید و بوچر (۱۹۹۲) بود که توسط وید و بوچر ساخته شد و تلاش‌هایی در جهت تعیین روایی آن در کشور ایران صورت گرفته است. این پرسشنامه، مقیاس ایرانی آمادگی به اعتیاد است که باتوجه‌به شرایط روانی- اجتماعی جامعه ایرانی توسط زرگر (۱۳۸۵)، ساخته شد این پرسشنامه از دو عامل تشکیل‌شده و دارای ۳۶ ماده به‌اضافه ۵ ماده دروغ سنج است. نمره‌گذاری هر سؤال بر روی یک پیوستار از صفر (کاملاً مخالفم) تا سه (کاملاً موافقم) هست. البته این شیوه نمره‌گذاری در سؤالات شماره ۶، ۱۲، ۱۵، ۲۱ معکوس خواهد شد.

این پرسشنامه دارای عامل دروغ‌سنج هست که شامل سؤالات شماره ۱۲، ۱۳، ۱۵، ۲۱ و ۳۳ می‌شود. برای بدست آوردن امتیاز کلی پرسشنامه باید مجموع امتیازات تک‌تک سؤالات (به‌غیراز مقیاس دروغ‌سنج) را باهم جمع نمود. این نمره دامنه‌ای از صفر تا ۱۰۸ را خواهد داشت. نمرات بالاتر به‌منزله آمادگی بیشتر فرد پاسخ دهنده برای اعتیاد می‌باشند و برعکس.

این پرسشنامه ترکیبی از دو عامل آمادگی فعال و آمادگی منفعل است. آمادگی فعال مربوط‌به رفتارهای ضداجتماعی، میل‌به مصرف مواد، نگرش مثبت به مواد، افسردگی و هیجان خواهی است و در عامل دوم (آمادگی منفعل) بیشترین ماده‌ها مربوط‌به عدم ابراز وجود و افسردگی است.

مجله طب انتظامی
ویژه‌نامه- دوره ۵- شماره ۴- صفحات ۲۵۶-۲۵۱

روایی و پایایی: در پژوهش زرگر و همکاران (۱۳۸۷) جهت محاسبه روایی این مقیاس از دو روش استفاده شد. در روایی ملاکی، پرسشنامه آمادگی به اعتیاد دو گروه معتاد و غیر معتاد را به‌خوبی از یکدیگر تمییز داده است. روایی سازه مقیاس از طریق همبسته کردن آن با مقیاس ۲۵ ماده‌ای فهرست بالینی علائم بالینی ۰/۴۵ محاسبه‌شده است که معنی‌دار هست. اعتبار مقیاس با روش آلفای کرونباخ ۰/۰۹ محاسبه شد که در حد مطلوب است.

برنامه آموزش مهارت رفتار جرات‌مندانه

برای آموزش مهارت رفتار جرات‌مندانه هشت جلسه یک‌ساعته در نظر گرفته‌شده است. آموزش مهارت‌ها در هر جلسه با استفاده از الگودهی، ایفای نقش، بازخورد دادن، تمرین و تکرار و دیگر تکلیف‌های شناختی و رفتاری انجام می‌شود. در پایان هر جلسه متناسب با مباحث مطرح‌شده تکالیفی برای خارج از جلسات داده خواهد شد. در ابتدای هر جلسه تکالیف بررسی‌شده و بازخورد داده خواهد شد.

جلسه اول: معارفه و آشنایی با اعضای گروه، هدف از تشکیل گروه، تعداد و تواتر و زمان پایان جلسات، رعایت قوانین، انجام تکالیف منزل، دادن تکلیف در مورد نحوه‌ی معارفه‌ی خود به دیگران.

جلسه دوم: ارائه گزارش از تکلیف جلسه‌ی قبل و دادن بازخورد، بحث در مورد مهارت‌های کلامی و مهارت های غیرکلامی و تمرین بر روی نحوه‌ی تصدیق، تحسین، توسعه ارتباط و هرگونه استفاده از زبان کلامی مثل گفتن متشکرم، می‌فهمم، بله و مهارت‌های غیرکلامی شامل صداهای زیر لب، لمس (مثل دست دادن در ابتدای برخورد اجتماعی، دست زدن روی شانه‌ها، زدن دست محبت به پشت، فشردن توأم بامحبت دست دیگران و نحوه‌ی بیان (لحن و تن صدا) و دادن تکالیف در مورد مهارت‌های کلامی و غیرکلامی.

جلسه سوم: ارائه گزارش از تکلیف جلسه‌ی قبل و دادن بازخورد، تمرین بر روی نحوه‌ی گوش دادن، آماده کردن محیط فیزیکی، سؤال کردن به‌منظور روشن شدن مطلب گفته شده، بازگرداندن صحبت‌ها برای ایجاد همدلی در طرف مقابل و ابراز خود و دادن تکلیف در مورد به‌کارگیری مهارت‌های گوش دادن فعال در هنگام صحبت کردن با دیگران.

جلسه چهارم: ارائه گزارش از تکلیف جلسه‌ی قبل و دادن بازخورد، تمرین روی دادن و گرفتن تعارفات اجتماعی، احوال پرسی و خوش‌آمد گویی، ابراز احساسات به یک دوست صمیمی و آرزوی موفقیت برای او، تبریک اعیاد، ابراز احساسات در مجالس شادی و تسلیت به کسی، معرفی دو دوست به یکدیگر باهدف افزایش شبکه اجتماعی و رشد اجتماعی و دادن تکلیف در مورد تعارفات اجتماعی.

جلسه پنجم: ارائه گزارش از تکلیف جلسه‌ی قبل و دادن بازخورد، تمرین روی شناسایی خود و آموزش رفتار قاطعانه، برخورد جدی در زندگی و ارتباط عمیق‌تر با دیگران، تعریف کردن و قدردانی از دیگران، تقاضا کردن و رد تقاضاهای غیرمنطقی به‌منظور برآوردن نیازهای فردی و اجتماعی و آشنایی با حقوق خود، دادن تکلیف در مورد تعریف و قدردانی از خانواده و دوستان، تقاضا کردن و رد تقاضاهای غیرمنطقی دیگران.

جلسه ششم: ارائه گزارش از تکلیف جلسه ی قبل و دادن بازخورد، تمرین بر روی تشخیص بین رفتار همراه با رفتار جرات‌مندانه، عدم رفتار جرات‌مندانه، شناسایی عوامل ناراحت‌کننده شخصی به‌منظور شناسایی نقاط آسیب‌پذیر خود در ارتباط با دیگران و سعی در رفع آن ها و دادن تکلیف در مورد رفتارهای همراه با رفتار جرات‌مندانه و شناسایی عوامل ناراحت‌کننده شخصی.

جلسه هفتم: ارائه گزارش از تکلیف جلسه‌ی قبل و دادن بازخورد، تمرین بر روی انتقادپذیری و نحوه‌ی کنار آمدن با انتقاد باهدف پذیرش خطا و اشتباه خود و عدم توجیه و بهانه‌تراشی درجایی که فرد مقصر است و حفظ خوش‌رویی و متانت و پرهیز از پرخاش به فردی که اشتباه می‌کند. دادن تکلیف در مورد کنار آمدن و قبول انتقاد، تمرین در مورد نحوه انتقاد مناسب و مؤثر و نحوه خصوصی سؤال کردن و کنترل و بیان خشم و دادن تکلیف در مورد نحوه انتقاد کردن و بررسی علل خشم و برخورد با آن.

جلسه هشتم: ارائه گزارش از تکلیف جلسه‌ی قبل و دادن بازخورد، تمرین روی نحوه ابراز احساسات مثبت خود به دیگران و شناسایی عوامل زمینه‌ساز برای باورهای غیرمنطقی و نحوه ی برخورد با تحقیرهای کلامی و غیرکلامی و دادن تکلیف در مورد پاسخ به تحقیرهای کلامی و غیرکلامی و شناسایی عوامل زمینه ساز باورهای غیرمنطقی. جمع‌بندی و ارائه خلاصه‌ای از مطالب ارزشیابی و مطرح‌شده [۱۴].

یافته‌ها

در جدول ۱ آمار توصیفی مربوط‌به نمرات ابعاد آمادگی به اعتیاد به تفکیک برای دو گروه آزمایش و کنترل و نتیجه تحلیل کوواریانس یک‌راهه گزارش‌شده است. باتوجه‌به جدول ۱ مشخص است که نمرات گروه آزمایش نسبت‌به گروه کنترل کاهش زیادی پیدا می‌کند. برای تعیین این تفاوت و یا به‌عبارت‌دیگر اثربخشی آموزش جرات ورزی بر روی ابعاد آمادگی به اعتیاد باتوجه‌به طرح پیش آزمون- پس‌آزمون با گروه کنترل از تحلیل کوواریانس یک‌راهه برای هر

Journal of Police Medicine
Special Issue; Vol. 5, No. 4: 251-256

جدول ۱: نمرات میانگین و انحراف معیار دو بعد آمادگی به اعتیاد به تفکیک گروه و دو مرحله سنجش

	گروه	میانگین	انحراف معیار	F	سطح معنی‌داری
پیش‌آزمون آمادگی فعال	آزمایش	۳۲/۶۰۰۰	۲/۹۲۷۱۹		
	کنترل	۳۵/۵۵۰۰	۳/۵۴۶۳۱		
پیش‌آزمون آمادگی	آزمایش	۱۴/۶۵۰۰	۱/۶۳۱۱۱		
	کنترل	۳۳/۹۵۰۰	۲/۶۶۵۰۸		
پس‌آزمون آمادگی فعال	آزمایش	۳۲/۲۰۰۰	۳/۲۸۶۳۴	۱۰۷۶/۷۳۳	۰/۰۰۰
به اعتیاد	کنترل	۳۳/۲۰۰۰	۲/۶۰۷۶۸		
پس‌آزمون آمادگی منفعل	آزمایش	۱۵/۰۰۰۰	۲/۱۰۲۶۳	۲۶۰۸/۴۵۲	۰/۰۰۰
به اعتیاد	کنترل	۳۳/۵۵۰۰	۲/۰۶۴۱۰		

یک از ابعاد این مقیاس استفاده شد. باتوجه‌به نتیجه تحلیل کوواریانس که در جدول ۱ گزارش‌شده است، مشخص است که آموزش جرات ورزی توانسته است نمرات گروه آزمایش را نسبت‌به گروه کنترل در هر دو بعد آمادگی به اعتیاد به طور معنی داری ($P < ۰/۰۰۱$) کاهش دهد.

به‌عبارت‌دیگر، باتوجه‌به نتایج گزارش در فوق نتیجه فرضیه اصلی پژوهش مبنی‌بر اثربخشی آموزش جرات ورزی بر کاهش نمرات آمادگی به اعتیاد مورد تایید قرار می‌گیرد.

بحث و نتیجه‌گیری

مشکل سوءمصرف مواد مخدر و پایین آمدن سن مصرف و رسیدن سن مصرف به سن دانش آموزان و نتایج مأیوس‌کننده رویکردهای درمانی و پیشگیری، محرک‌های قوی برای تدوین و کاربرد رویکردهای درمانی و پیشگیری است. این مطالعه نیز با بهره‌گیری از آموزش مهارت‌های زندگی (آموزش رفتار جرات‌مندانه) در جهت کاهش آمادگی به اعتیاد نتایج اثربخش به‌دنبال داشته است که بیانگر تأثیر برنامه آموزش جرات‌مندی در کاهش آمادگی به اعتیاد نوجوانان است. در بررسی فرضیه اصلی مطالعه که به‌دنبال بررسی تأثیر ارتقاء و مهارت جرات ورزی در کاهش آمادگی به اعتیاد بود، نتایج نشان‌داد که آموزش قاطعیت باعث کاهش آمادگی به اعتیاد در هر دو بعد آمادگی فعال و آمادگی منفعل به اعتیاد می‌شود.

بدترین با رویکرد شناختی- رفتاری برنامه پیشگیری از سوءمصرف مواد را در بین نوجوانان انجام داد که نتایج شان از کاهش هنجارهای انتزاعی ترغیب‌کننده مصرف مواد مخدر در گروه تحت آموزش بود [۱۲] و در مطالعه دائمی و همکاران نیز آموزش مهارت قاطعیت باعث تغییر در مؤلفه‌های شناختی، عاطفی رفتاری و عملی نگرش دانشجویان نسبت به مواد مخدر شده که این مسئله تغییرات معنی‌داری در آمادگی عمل دانشجویان، حالات هیجانی و احساسی باورهای غلط و نگرش علمی آن‌ها نسبت‌به مواد مصرف مواد مخدر را به‌دنبال داشته است [۲]. در برنامه آموزش ساخت رفتار سالم که توسط سهرابی و همکاران انجام‌شده بود، اختلاف معنی داری در نمرات پیش‌آزمون و پس از آزمون در بین دو گروه مشاهده‌شده بود که نشان از تأثیر برنامه آموزشی ساخت رفتار سالم با تکیه بر مهارت‌های در مواد مخدر در بین جامعه هدف بود [۱۵] نیز به اثبات رسیده است که همگی در راستای یافته‌های نتایج خون می‌باشد. بدیهی است یکی از رویکردهای پیشگیری از سوءمصرف مواد کاربرد رویکرد آموزش مهارت‌های زندگی برای پیشگیری از سوءمصرف مواد هست که نتایج به‌دست‌آمده در این مطالعه می‌تواند در راستای تقویت این رویکرد باشد.

هم‌چنین، نتایج نشان‌داد که آموزش مهارت‌های زندگی بر میزان جرات‌مندی دانش آموزان در معرض خطر تأثیر دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌های ملک شاهی و مؤمن نسب [۱۶] در رفاهی [۱۷] و براتی و همکاران [۱۸] همخوانی دارد. این پژوهش ها به طور غیرمستقیم آموزش مهارت‌های زندگی را در افزایش جرات‌مندی نوجوانان مؤثر می‌دانند.

وجود مشکل درزمینه جرات‌مندی ازقبیل حضور فعال در اجتماع، کمرویی، ناتوانی در پیدا کردن دوستان جدید وتوانایی رد درخواست‌های غیرمنطقی در نوجوانان در معرض خطر موجب می‌شود تا اثرات زیان‌بار این رفتارها سلامتی آنان را تحت تأثیر قرار دهد. ازاین‌رو، با آموزش مهارت‌های زندگی در تصمیم‌گیری، مقابله با افسردگی، کنترل خشم و مقابله با تنهایی، کمرویی و مقابله با شکست و مراد شدگی می‌توان میزان جرات‌مندی در نوجوانان در معرض خطر را افزایش داد. با این آموزش‌ها نوجوان می‌تواند در جمع به‌خوبی صحبت کند و از ارزش‌های موردپذیرش خود دفاع کند. مخالفت خود را با نظرات مخالف دیگران بیان کند. دوستان جدید و مفید برای خود پیدا کند و مهارت و شجاعت رد درخواست های غیرمنطقی دیگران را به‌دست آورد [۱۹].

باتوجه‌به مباحث مطرح‌شده و یافته‌های پژوهش مبنی بر نقش آموزش ارتباط جرات‌مندانه در کاهش آمادگی به اعتیاد در هر دو بعد

مجله طب انتظامی
ویژه‌نامه- دوره ۵- شماره ۴- صفحات ۲۵۶-۲۵۱

آمادگی فعال به اعتیاد و آمادگی منفعل به اعتیاد به مشاوران و درمانگران مدارس توصیه می‌شود در برنامه های آموزش خود آموزش رفتار جرات‌مندانه گنجانده شود و هم‌چنین در کار با افراد و خانواده‌ها به بررسی سطح آمادگی به اعتیاد آن‌ها سنجیده شود و آموزش مهارت‌های زندگی در برنامه کاری آن‌ها قرار داده شود. هم‌چنین شناسایی دانش آموزان مستعد به اعتیاد شناسایی شوند و انجام اقدامات مؤثر توصیه می‌گردد. هم‌چنین سایر نهادها و سازمان‌ها می‌توانند از نتایج پژوهش حاضر می‌توانند در جهت شناسایی افراد مستعد سوءمصرف مواد استفاده نمایند. درمانگران جهت کاهش و رفع نشانگان بیماری تلاش کنند و افراد را به سطح بالای رفتار جرات‌مندانه و مهارت نه گفتن و ابراز وجود سوق‌دهنده هرچند زمان‌بر است ولی شیوه مؤثری است. آشنایی با مهارت های زندگی و برگزاری کارگاه‌های آموزشی درباره اعتیاد و متغیرهای پیش‌بین آن، برای دانش‌آموزانی که در جو خانوادگی متفاوتی به‌سر می‌برند، پیشنهاد می‌گردد.

تشکر و قدردانی

در پایان از تمام کسانی که در امر انجام این پژوهش ما را یاری نمودند خصوصاً اداره آموزش‌وپرورش شهر همدان تشکر و قدردانی می‌نمایم. هم‌چنین از تمام دانش‌آموزانی که با پر کردن پرسشنامه و حضور در کلاس ما را یاری نمودند کمال سپاس رادارم.

منابع

1. Jahromi L, Mokri A, Ekhtyari H. Cardiovascular Complications of Opioid Abuse. Journal of Addiction. 2009; 7 (1): 69-78. (persian)
2. Daemi H R, Sohrabi F, Moghimi barforoosh S F. Investigation of The Effect of Assertive skills Training on Attitude towards Drug Abuse in Tehran and Allame Tabatabaee University students. Quarterly Journal of Drug Abuse. 2009; 9(3): 767-96. (persian)
3. Ahmadi J, Hasani M. Prevalence of substance use among Iranian high school students. Addict Behav. 2003; 28(2):375-379. (persian)
4. Newcomb, M. D. Identifying High-Risk Youth: Prevalence and Patterns of Adolescent Drug Abuse. National Institute on Drug Abuse. (1995).
5. Dehgani Kh. Adolescents and ecstasy/ amphetamine abuse 3rded. Yazd, addiction national congress publisher, 2004: 23. (Persian)
6. Barooni Sh, Mehrdad R, Akbari E. Survey ofecstasy use among 15-25 year-olds in five areas of Tehran. Tehran Univ Med J 2008; 65(11):49- 54. (Persian)
7. Ellis, T. E & Ratillff, K. G. Cognitive characteristics of suicidal and nonsuicidal psyxhiatric inpatients. Cognitive therapy & Research, 10(6), 1986, 625-634.
8. Landry MJ. MDMA: a review of epidemiologicdata. J Psychoact Drug 2002; 34(2):163-169.
9. Botvin GJ, Griffin KW, Diaz T, Scheier LM,Williams C, Epstein JA. Preventing illicit drugs use in adolescents: Long-term follow-up data from a randomized control trial of a school population. Addict Behav 2000; 25(5):769-774.
10. Botvin, G. J. Griffin, K. W. Life skills training as a primary prevention approach for adolescents drug abuse and other problem behaviors. International journal of emergency mental health. 4, 2002, 41-7
11. Griffin, K. W. Botvin, G. J. Nichols, T. R. & Doyle, M. M. Effectiveness of a universal drug abuse prevention approach for youth at high risk for substance use initiation. Preventive Medicine, 36(1), 2003, 1-7.
12. Botvin, G. J. Griffin, K. W. & Nichols, T. R. Preventing youth violence and delinquency through a universal school-based prevention approach. Prevention Science, 7(4), 2006, 403-408.
13. Klinke CH. Life skills, coping with anxiety,depression, loneliness, shyness, failure. Tehran: Sepand Honar, 2005:261.
14. Esmaeeli, M. The effectiveness of social skills training to increase self-esteem and assertiveness methodological group behavior in girls with addicted parents, Journal of Substance Abuse Addiction Studies. The fourth year. No. XVI. Winter. 2010. (persian)
15. Sohrabi F, Hadian M, Daemi HR, Asgharnezhad F. The effectiveness of healthy behavior training program in changing attitude of students towards substance abuse. JBS; 2(3): 2008,209-220. (Persian)
16. Malekshahi F, Mo"men nasab M. Life skills training program to prevent drug abuse prevention training effects on risk behaviors in adolescents program on knowledge and attitudes of school health educators Khorramabad. Journal of Medical Sciences. Nomber 9,2001.)Persian(
17. Refahi zh. Life skills training, injury prevention strategy adolescents.fslnamh New Approaches in Educational Administration. Number 2. 2008. (persian).
18. Barati M, Allahverdi Pour H, Moeini B,Farhadinasab A, Mahjoub H, jalilian F. Persuasive Subjective Norms assertiveness skills, is effective in reducing drug use among students. Hamedan University of Medical Sciences and Health Services. Volume XVIII Number 3. Fall.2011. (persian)
19. Soltani tahour ahmadi M, Asgari M, Toghiri A. Life skills training effectiveness in reducing risk factors and protective factors for substance abuse in adolescents increased juvenile institution. Journal of Substance Abuse Addiction Research. Year Issue twenty-seventh fall.2013. (persian)