

مؤلفه‌های پیشگیری از اعتیاد در محتوای کتاب تفکر و سبک زندگی پایه هفتم از دیدگاه دبیران

هاجر کریمیان^۱، تقی زوار^۲، موسی پیری^۳

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۵/۱۱/۲۰

تاریخ دریافت: ۱۳۹۳/۱۱/۱۸

چکیده

هدف: هدف پژوهش حاضر بررسی دیدگاه دبیران در خصوص میزان توجه به مؤلفه‌های پیشگیری از اعتیاد در محتوای کتاب تفکر و سبک زندگی پایه هفتم در سال تحصیلی ۹۳-۹۲ بود. **روش:** روش مطالعه توصیفی، از نوع پیمایشی بود و نمونه آن ۷۴ نفر از دبیران پایه هفتم شهرهای میاندوآب و شاهین دژ بودند که به شیوه‌ی تصادفی طبقه‌ای انتخاب شدند. ابزار مورد استفاده پرسش‌نامه‌ی محقق ساخته بود که ادراک و انتظار دبیران را در هفت مؤلفه بررسی می‌کند. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد که از دیدگاه دبیران در محتوای کتاب تفکر و سبک زندگی پایه هفتم به مؤلفه‌ی مدیریت هیجان و استرس بیشترین و به مؤلفه‌ی آموزش درباره مواد کم‌ترین توجه شده است. همچنین نتایج آزمون فریدمن نشان می‌دهد که میانگین رتبه‌ها در مؤلفه‌ی مدیریت هیجان و استرس بیشترین رتبه و میانگین آموزش درباره مواد دارای کم‌ترین رتبه می‌باشد. همچنین در همه مؤلفه‌های پیشگیری از اعتیاد بین ادراک و انتظار دبیران تفاوت وجود داشت و لازم است به مؤلفه‌های پیشگیری از اعتیاد بیشتر توجه شود. **نتیجه‌گیری:** دیدگاه دبیران در خصوص میزان توجه کتاب تفکر و سبک زندگی پایه هفتم به مؤلفه‌های پیشگیری از اعتیاد مثبت است و توجه به مباحث پیشگیری از اعتیاد و مهارت‌های زندگی از جمله مهارت‌های تفکر و آموزش در باره مواد در کتب درسی می‌تواند از جهات مختلف دارای اهمیت باشد.

کلیدواژه‌ها: پیشگیری از اعتیاد، محتوای کتاب، تفکر و سبک زندگی

۱. کارشناس ارشد روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان، ایران

۲. نویسنده مسئول: دانشیار گروه علوم تربیتی، دانشگاه شهید مدنی، آذربایجان، ایران، پست الکترونیک:

zavvar@azaruniv.ac.ir

۳. دانشیار گروه علوم تربیتی، دانشگاه شهید مدنی، آذربایجان، ایران

مقدمه

در دهه‌های اخیر، جهان با آمارهای تکان‌دهنده از شیوع سوء مصرف مواد، عموماً در سطح جامعه و به ویژه در جمعیت نوجوان و جوان مواجه است (عماری، پاشاشریفی، هاشمیان، و میرزمانی، ۱۳۹۰). در این بین، اعتیاد نوجوانان به مواد مخدر پیامدهای وخیم‌تری در پی دارد. زیرا ادامه حیات و پیشرفت و توسعه هر جامعه‌ای در گرو سرزندگی، شادابی و فعال بودن نوجوانان آینده‌ساز جامعه است. از طرف دیگر نوجوانان به سبب تغییرات سریع جسمی و روانی و نیز به خاطر این که هویت آن‌ها تازه در حال شکل گرفتن است، در وضعیت خطیری قرار دارند و نسبت به تمایلات محیطی حساس‌تر و بیشتر در معرض خطر اعتیاد مواد مخدر هستند (صرامی، قربانی و مینوئی، ۱۳۹۲). گرایش نوجوانان به مصرف مواد، یکی از بزرگترین نگرانی‌های والدین محسوب می‌شود. میانگین سن شروع سیگار در ایران ۱۶/۶ سال بود و بالاترین نسبت سن شروع اعتیاد (۴۵/۷) در فاصله سنی ۱۷ تا ۲۲ سالگی بوده و شروع زود هنگام؛ مصرف بیشتر، مداوم‌تر و استفاده از مواد خطرناک‌تر را افزایش می‌دهد (فتحی و فدوی، ۱۳۹۱).

نوجوانی یک دوره بحرانی در زندگی است که الگوهای رفتاری نادرست از این دوره آغاز می‌شود. بین آسیب‌های دوره کودکی و نوجوانی با سوء مصرف مواد رابطه وجود دارد (دراکر، فان و مزرسایک، ۲۰۱۳). خود کارآمدی ضعیف زمینه سوء مصرف مواد را در دانش‌آموزان فراهم می‌سازد (بروکنر^۱ و همکاران، ۲۰۱۳). ای بابی، استین، نیاماسی، بنتلر، و پتر^۳ (۲۰۱۳) در پژوهشی که از افرادی خانمان لس آنجلس و کالیفرنیا انجام دادند، نشان دادند که سابقه آسیب و سابقه مصرف و بی‌خانمانی مزمن و استرس‌های روحی و روانی، پیش‌بینی‌کننده‌ی سوء مصرف مواد بوده است. همچنین بین راهبردهای مقابله‌ای ناکارآمد و شیوه‌های حل مسئله نامناسب در معتادان رابطه وجود دارد. افراد معتاد بیشتر از شیوه‌های حل مسئله غیر سازنده، مانند درماندگی، مهارگری و اجتناب استفاده می‌کنند و کمتر از شیوه‌های حل مسئله سازنده، مثل خلاقیت، اعتماد و گرایش استفاده می‌کنند. افراد

فاقد مهارت‌های اجتماعی و دارای تصمیم‌گیری ضعیف، بدترین پیش‌آگهی و بالاترین نرخ مواد رانشان می‌دهند (بهرامی، معاضدیان، و حسینی‌المدنی، ۱۳۹۲). همچنین رفتارهای ضد اجتماعی و پرخاشگرانه مهم‌ترین عوامل خطر برای مصرف مواد هستند (عماری و همکاران، ۱۳۹۰) و دانش‌آموزانی که احساس بی‌کفایتی می‌کنند برای فرار از مشکلات و استرس‌ها به مصرف مواد روی می‌آورند و در نهایت آسیب‌پذیری آن‌ها نسبت به همسالان بیشتر است (پورکرد، ابوالقاسمی، نریمانی و جمالویی، ۱۳۹۲).

بسیاری از تحقیقات نشان داده‌اند که اختلال سوء مصرف مواد دارای پیش‌آگهی نامطلوبی است و هزینه‌های درمانی هنگفتی را به صورت مستقیم و غیرمستقیم به خانواده و جامعه تحمیل می‌کند (بهرامی و همکاران، ۱۳۹۲). پرهزینه و طاقت‌فرسا بودن درمان، بحث‌ها را متوجه برنامه‌های پیشگیری اولیه از سوء مصرف مواد، به ویژه در سطح مدارس و در میان دانش‌آموزان کرده است (مهری، اسماعیلی، رستمی، رجیبی و ترکاشوند، ۱۳۹۱). نوجوان و جوانی که به اعتیاد روی می‌آورد، نه تنها دیگر عنصر سازنده‌ای برای جامعه نیست، بلکه تا زمانی که نجات نیابد، در بهترین حالت خنثی و در بدترین حالت منشاء بی‌نظمی اجتماعی است. عوارض سوء مصرف مواد، در بسیاری موارد جبران‌ناپذیر است و حتی مؤثرترین درمان از عود بالایی برخوردارند. در چنین شرایطی اهمیت پیشگیری در این است که به طور منطقی جایگزین درمان شود و فرض بر این است که جلوگیری از مبتلا شدن افراد به سوء مصرف مواد مخدر مؤثرتر از درمان این اختلال است (جمالی و قربانی، ۱۳۸۷).

در سال‌های اخیر رویکردها و فنون متفاوتی برای درمان سوء مصرف مواد و عدم عود به آن مورد توجه قرار گرفته‌اند که یکی از مهم‌ترین آن‌ها آموزش‌های مهارت‌های زندگی بر پیشگیری از اعتیاد بوده است. از طریق آموزش‌های مهارت‌های زندگی، فرد می‌تواند ضمن برقراری روابط سالم و دوستانه با همسالان و سایر افراد، خود را نیز در جمع مطرح کرده و نیاز به احترام را برآورده سازد (هربرت^۱ و همکاران، ۲۰۰۵، کوپلوویچ، لیبرمن و زارت^۲، ۲۰۰۶). در طی پنجاه سالی که از طرح اولین برنامه‌های پیشگیری می‌گذرد،

1. Herbert

2. Kopelowice, Liberman, & Zarate

برنامه‌ها و راهبردهای متنوعی برای پیشگیری از سوء مصرف مواد مخدر معرفی و به کار گرفته شده است (بوتوین، گریفین و ویلیامز^۱، ۲۰۰۱). یکی از عوامل گرایش به مصرف مواد، عدم آشنایی جوانان با مهارت‌های زندگی است (بوتوین، گریفین^۲، ۲۰۰۴). در طرح جامع آموزشی پیشگیری، همواره مدارس از جایگاه ویژه‌ای برخوردارند (جمالی و قربانی، ۱۳۸۷). نیس و مک ایون^۳ (۲۰۰۱) در تحقیقی نشان دادند که آموزش در گام مهمی در راستای پیشگیری اولیه از اعتیاد نوجوانان است. همچنین آریزا^۴ و همکاران (۲۰۱۳) نشان دادند که برنامه مبتنی بر مدرسه در کاهش مصرف حشیش مؤثر است. فاگیانو^۵ و همکاران (۲۰۱۰) نیز در تحقیق خود مشخص کردند که برنامه‌های مبتنی بر مدارس و با تأکید بر دانش آموزان، چگونه در کاهش مصرف مواد و دخانیات مؤثر است. بروکنر و همکاران (۲۰۱۳) در تحلیل محتوای برنامه‌های پیشگیرانه مبتنی بر مدارس در ایالات متحده در راستای استفاده از استانداردهای آموزشی در این برنامه‌ها به این نتیجه رسیدند که در مدارس ابتدایی از مهارت‌های اجتماعی عمومی و عاطفی برای پیشگیری و در دبیرستان‌ها از اطلاع‌رسانی از عواقب مواد استفاده شده است. تاهیری، گاشی، لس مجلی و موجا^۶ (۲۰۱۲)، کوئیچ پرس^۷ (۲۰۰۲)، فرمانی، معاضدیان، حسینی‌المدنی و بهرامی (۱۳۹۰)، طارمیان و امیر هوشنگ (۱۳۸۶)، یونسی و محمدی (۱۳۸۵)، قادری دهکردی (۱۳۷۹)، در نتایج پژوهشی خود اشاره کرده‌اند که آنچه در دبیرستان‌ها در خصوص پیشگیری از اعتیاد صورت می‌گیرد اطلاع‌رسانی از عواقب مواد و آموزش درباره مواد می‌باشد. همچنین ماتسوموتو^۸ و همکاران (۲۰۱۱)، در بررسی اثر احتمالی مداخله با استفاده از کتاب خودآموزش‌گری در معتادان به مواد مخدر نشان دادند که استفاده از کتاب کار باعث افزایش آگاهی آن‌ها از مشکلات ناشی از وابستگی به مواد شده و انگیزه برای به دست آوردن درمان می‌شود. عده‌ای از محققان (اسپیث، ویچهود، راینر و واینسز^۹، ۲۰۱۰؛ بهرامی و همکاران، ۱۳۹۲؛ ورفاهی، ۱۳۸۷) معتقدند که در میان تمام

1. Botvin, Griffin, & Williams
2. Griffin
3. Nies, & Ma Ewen
4. Ariza
5. Faggiano

6. Tahiri, Gashi, Lsmajli, & Muja
7. Cuijpers
8. Matsumoto
9. Speath, Weichold, Rainer, & Wienser

برنامه‌های پیشگیرانه در مدارس، مؤثرترین و در دسترس‌ترین برنامه‌ها، برنامه‌های آموزش مهارت‌های زندگی و اجتماعی است. این مهارت‌ها عبارتند از: تصمیم‌گیری و حل مسئله، تفکر خلاق و انتقادی، توانایی برقراری ارتباط مؤثر، روابط بین‌فردی، خودآگاهی و همدلی، مدیریت هیجان و استرس. این برنامه‌ها معمولاً عوامل محافظتی را گسترش داده و از عوامل خطرآمیز می‌کاهند. برنامه آموزش مهارت‌های زندگی توسط بوتوین (۱۹۹۸)، جهت پیشگیری از سوء مصرف مواد مخدر، سیگار کشیدن و نوشیدن الکل طراحی شده بود. این برنامه جهت آموزش در باره مواد، داروها و نگرش در مورد آن‌ها، مهارت‌های مقاومت در برابر تأثیرات اجتماعی، ترویج و رشد مهارت‌های خود مدیریتی و مهارت‌های بین‌فردی می‌باشد. تورنر^۱ (۲۰۰۸)، واتسون، جنی و گاردان^۲ (۲۰۰۶)، بوتوین، گریفین و ویلیامز (۲۰۰۱)، بوتوین و گریفین (۲۰۰۴، ۲۰۰۵)، زولینگر^۳ (۲۰۰۳)، بهرامی و همکاران (۱۳۹۲)، در تحقیق خود نشان دادند که آموزش مهارت‌های تصمیم‌گیری و حل مسئله در کاهش اعتیاد مؤثر است.

۱۱۷

117

آموزش پیشگیری از اعتیاد در برنامه‌های درسی از اهداف اساسی آموزش و پرورش برای تربیت نسل سالم و خلاق جامعه می‌باشد. به منظور اثر بخشی برنامه‌ها در پیشگیری، نحوه ارائه برنامه و محتوای آن‌ها به دانش‌آموزان حائز اهمیت است. در ارائه محتوای آموزش پیشگیری از اعتیاد در مدارس توجه به دو چیز مهم می‌باشد ۱- برنامه درسی با تأکید بر مهارت‌های زندگی و مهارت‌های اجتماعی و با رعایت اصول حاکم بر برنامه درسی باشد. ۲- فوق برنامه، در قالب برنامه‌های تربیتی جذاب، دل‌نشین و متناسب با علائق کودکان، نوجوانان و جوانان باشد. همچنین ارائه محتوای آموزشی پیشگیری از اعتیاد در برنامه درسی پایه‌های مختلف با رعایت انسجام افقی و عمودی یکی از زیر ساخت‌های هر مدل پیشنهادی برای آموزش پیشگیری از اعتیاد در مدارس است (جمالی و قربانی، ۱۳۸۷). چون کتاب درسی از اساسی‌ترین منابع یادگیری در نظام آموزشی جامعه ما محسوب می‌شود و با اذعان به جایگاه آموزش در تغییر سوء رفتارها در جهت مثبت و ترفیع سطح

زندگی و نیز با توجه به این که از موضوعاتی که به شدت از سوی ستاد مبارزه با مواد مخدر پیگیری می‌شود، ضرورت گنجاندن محتوای مناسب در زمینه پیشگیری اولیه از اعتیاد و سوء مصرف در کتاب‌های درسی است. لذا کتب درسی در مقاطع مختلف و بخصوص مقطع متوسطه باید مورد رصد و ارزشیابی قرار گیرند. همچنین آنچه که درباره محتوا باید در نظر گرفت، علاوه بر مفاهیم، مهارت‌ها و نگرش‌هایی که تهیه‌کنندگان محتوای برنامه درسی انتخاب می‌کنند، معلمین باید نسبت به مواد، سوء مصرف آن‌ها و برنامه‌های ملی مبارزه با این مشکل آگاهی و حساسیت و نگرش‌های مناسبی پیدا کنند و بتوانند مهارت لازم برای جلب اعتماد دانش‌آموزان و صحبت کردن با آن‌ها درباره مسائل حساس مربوط به سوء مصرف مواد به دست آورند. در صورت عدم توجه به این نکات ممکن است گنجاندن ماده خاصی در برنامه درسی جز اتلاف وقت معلمین و دانش‌آموزان و ایجاد بدبینی نسبت به برنامه ملی مبارزه با مواد حاصلی نداشته باشد (مهریار و جزایری، ۱۳۷۷). بنابراین بررسی دیدگاه دبیران به عنوان مجریان برنامه‌های آموزش و پرورش درباره محتوای کتاب تفکر و سبک زندگی در راستای برنامه پیشگیری از اعتیاد مهم و ضروری به نظر می‌رسد. سؤال اصلی تحقیق حاضر این است که تا چه حد از دیدگاه دبیران، در محتوای کتاب تفکر و سبک زندگی به مؤلفه‌های پیشگیری از اعتیاد توجه شده است؟

روش

جامعه، نمونه، و روش نمونه‌گیری

روش پژوهش توصیفی و از نوع پیمایشی بود. جامعه آماری پژوهش دبیران پایه هفتم شهرهای میاندوآب و شاهین‌دژ به تعداد ۹۱ نفر بودند که در سال تحصیلی ۹۳-۹۲ کتاب تفکر و سبک زندگی را تدریس می‌کردند. از این تعداد بر اساس جدول کرجسی و مورگان ۷۴ دبیر به روش نمونه‌گیری طبقه‌ای تصادفی انتخاب شدند که تعداد ۳۴ نفر (۴۶٪) از نمونه‌ی انتخابی مرد و ۴۰ نفر (۵۴٪) زن بودند. تعداد ۱۰ نفر (۱۳/۵٪) در بازه‌ی سنی ۳۰-۲۳ سال، ۲۳ نفر (۳۱/۱٪) در بازه‌ی سنی ۴۰-۳۱ سال، و ۴۱ نفر (۵۵/۴٪) در بازه‌ی سنی ۴۱ سال و بالاتر قرار داشتند. تعداد ۲۳ نفر (۳۱/۱٪) دبیر رشته‌ی علوم تجربی، ۱۱ نفر (۱۴/۹٪) امور پرورشی، ۱۵ نفر (۲۰/۲٪) علوم تربیتی، ۱۲ نفر (۱۶/۲٪) ادبیات

فارسی، و ۱۳ نفر (۱۷/۶٪) سایر رشته‌ها بودند. تعداد ۱۷ نفر (۲۳٪) سابقه‌ی ۱۰-۱ سال، ۱۶ نفر (۲۱/۶٪) دارای سابقه‌ی ۲۰-۱۱ سال، و ۴۱ نفر (۵۵/۴٪) دارای سابقه‌ی ۳۰-۲۱ سال بودند. تعداد ۴ نفر (۵/۴٪) دارای تحصیلات دیپلم و فوق دیپلم، ۶۵ نفر (۸۷/۸٪) دارای تحصیلات لیسانس، و ۵ نفر (۶/۸٪) دارای تحصیلات فوق لیسانس بودند.

ابزار

برای بررسی دیدگاه دبیران از پرسش‌نامه محقق ساخته ۴۰ سئوالی با طیف پنج درجه‌ای لیکرت (خیلی زیاد، زیاد، متوسط، کم و خیلی کم) استفاده شد. برای ساخت پرسش‌نامه و در انتخاب مؤلفه‌ها و شاخص‌های پیشگیری از اعتیاد، از پیشینه نظری و تجربی و منابع مرتبط و قابل دسترس و مرتبط با اهداف سند جامع پیشگیری از اعتیاد استفاده شد. پس از مشخص شدن اولیه مؤلفه‌ها و گویه‌ها، روایی و اعتبار آن بررسی شد. به این ترتیب مؤلفه‌ها و گویه‌های آن در اختیار صاحب‌نظران و متخصصان برنامه‌ریزی درسی و روان‌شناسی تربیتی برای بررسی روایی محتوایی قرار داده شد و نظرات اصلاحی آن‌ها اعمال شد. اعتبار از طریق آلفای کرونباخ در اجرای نهایی ۹۵/۰ به دست آمد. روایی سازه از طریق تحلیل عاملی اکتشافی با روش مؤلفه‌های اصلی و چرخش واریماکس بر روی داده‌ها تعیین شد و جهت بررسی مفروضه وجود همبستگی بین متغیرها، از آزمون کرویت بار تلت استفاده شد که نتایج حکایت از وجود همبستگی بود ($P < 0/001$ ، $2/271 =$ کرویت بار تلت، $KMO = 0/822$).

برای انجام تحلیل عاملی از روش مؤلفه‌های اصلی استفاده شد. نتایج اولیه این تحلیل ۱۳ عامل (مؤلفه) با مقدار ویژه بالاتر از یک را نشان داد که بر روی هم ۶۹/۰ واریانس را تبیین می‌کردند. با توجه به مقدار اشتراک پایین تر از ۴۵/۰، ۱۶ گویه از تحلیل خارج شد. بار دیگر در تحلیل عاملی و با روش چرخش واریماکس که انجام گرفت در چهار چرخش ۲۱ گویه حذف شدند که در نهایت منجر به استخراج ۷ عامل (مؤلفه) با ۴۰ گویه یعنی، آموزش درباره‌ی مواد (۷ گویه)، مهارت‌های تفکر (۹ گویه)، مهارت‌های موفقیت و مقابله با شکست (۸ گویه)، مهارت‌های ارتباطی (۴ گویه)، مدیریت هیجان و مقابله با استرس (۴ گویه)، مهارت‌های ابراز وجود و جرأت‌مندی (۴ گویه)، خودآگاهی و همدلی (۴ گویه)

شد. آلفای کرونباخ مؤلفه‌های مهارت‌های تفکر ۰/۹۲، آموزش درباره‌ی مواد ۰/۹۰، مهارت‌های موفقیت و مقابله با شکست ۰/۸۸، مهارت‌های ارتباطی ۰/۸۸، مدیریت هیجان و مقابله با استرس ۰/۸۷، مهارت‌های ابراز وجود و جرأت مندی ۰/۸۲، و خودآگاهی و همدلی ۰/۷۶ به دست آمد.

یافته‌ها

آماره‌های توصیفی مؤلفه‌های پیشگیری از اعتیاد در محتوای کتاب درسی تفکر و سبک زندگی پایه هفتم و مقایسه‌ی آن با نمره‌ی متوسط (۳) در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱: آماره‌های توصیفی مؤلفه‌های پیشگیری از اعتیاد در محتوای کتاب درسی تفکر و سبک زندگی

مؤلفه‌ها	میانگین	انحراف استاندارد	آماره t	معناداری
مهارت‌های تفکر	۲/۷۴	۰/۷۰	۳۳/۳۱۰	۰/۰۰۰۵
آموزش درباره‌ی مواد	۲/۴۴	۰/۸۴	۲۳/۸۸۰	۰/۰۰۰۵
مهارت‌های موفقیت و مقابله با شکست	۳/۱۵	۰/۶۶	۴۰/۷۶۰	۰/۰۰۰۵
مهارت‌های ارتباطی (روابط بین فردی)	۲/۸۲	۰/۷۸	۳۰/۹۸۰	۰/۰۰۰۵
مدیریت هیجان و استرس	۳/۲۶	۰/۷۶	۳۶/۶۲۰	۰/۰۰۰۵
ابراز وجود و جرأت مندی	۲/۸۴	۰/۸۰	۳۰/۵۸۰	۰/۰۰۰۵
همدلی و خودآگاهی	۳/۰۵	۰/۶۶	۲۰/۴۳۰	۰/۰۰۰۵
کل	۲/۹۲	۰/۶۰۲	۳۹/۸۳۰	۰/۰۰۰۵

همانگونه که در جدول ۱ مشاهده می‌شود مطابق نظر دبیران، بیشترین میانگین مربوط به مؤلفه مدیریت هیجان و استرس و کم‌ترین میانگین مربوط به مؤلفه آموزش درباره مواد می‌باشد. برای مقایسه‌ی تفاوت میانگین ادراک و انتظار دبیران از آزمون t وابسته استفاده شد که نتایج آن در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲: آزمون t وابسته برای بررسی تفاوت میانگین‌های ادراک و انتظار دبیران از مؤلفه‌های پیشگیری از اعتیاد در محتوای کتاب درسی تفکر و سبک زندگی

مؤلفه‌ها	وضعیت	میانگین	انحراف استاندارد	آماره t	معناداری
مهارت‌های تفکر	ادراک	۲/۷۴	۰/۷۰	۱۳/۰۱	۰/۰۰۰۵
	انتظار	۴/۲۱	۰/۷۵		
آموزش درباره‌ی مواد	ادراک	۲/۴۴	۰/۸۷	۱۴/۶۰	۰/۰۰۰۵
	انتظار	۴/۲۶	۰/۷۲		
مهارت‌های موفقیت و مقابله با شکست	ادراک	۳/۱۵	۰/۶۶	۱۴/۰۲	۰/۰۰۰۵
	انتظار	۴/۴۵	۰/۶۶		
مهارت‌های ارتباطی (روابط بین فردی)	ادراک	۲/۸۲	۰/۷۸	۱۰/۱۴	۰/۰۰۰۵
	انتظار	۴/۰۹	۰/۷۹		
مدیریت هیجان و استرس	ادراک	۳/۲۶	۰/۷۶	۱۰/۱۸	۰/۰۰۰۵
	انتظار	۴/۳۳	۰/۶۹		
ابراز وجود و جرات‌مندی	ادراک	۲/۸۴	۰/۸۰	۱۰/۸۵	۰/۰۰۰۵
	انتظار	۴/۱۶	۰/۸۱		
همدلی و خودآگاهی	ادراک	۳/۰۵	۰/۶۶	۹/۵۶	۰/۰۰۰۵
	انتظار	۴/۱۵	۰/۷۸		

همانگونه که در جدول شماره ۲ مشاهده می‌شود در تمام مؤلفه‌ها میانگین نمرات ادراک شده از میانگین نمرات انتظار پایین‌تر است ($P < ۰/۰۰۱$). برای رتبه‌بندی مؤلفه‌ها از آزمون فریدمن استفاده شد که نتایج آن در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳: رتبه‌بندی مؤلفه‌های پیشگیری از اعتیاد براساس آزمون فریدمن

ردیف	مؤلفه‌ها	میانگین رتبه‌ها	رتبه
۱	مهارت‌های تفکر	۳/۵۴	۶
۲	آموزش درباره مواد	۲/۹۱	۷
۳	مهارت‌های موفقیت و مقابله با شکست	۴/۷۵	۲
۴	مهارت‌های ارتباطی (روابط بین فردی)	۳/۶۳	۵
۵	مهارت‌های مدیریت هیجان و استرس	۴/۹۳	۱
۶	ابراز وجود و جرات‌مندی	۳/۸۸	۴
۷	همدلی و خودآگاهی	۴/۳۶	۳

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش بررسی دیدگاه دبیران در خصوص میزان توجه محتوای کتاب تفکر و سبک زندگی پایه هفتم به مؤلفه‌های پیشگیری از اعتیاد بود. یافته‌ها نشان داد میانگین

نمرات مؤلفه‌های پیشگیری از اعتیاد (مهارت‌های تفکر، آموزش درباره مواد، مهارت‌های موفقیت و مقابله با شکست، مهارت‌های ارتباطی (روابط بین فردی)، مدیریت هیجان و استرس، ابراز وجود و جرأت‌مندی، همدلی و خودآگاهی) با نمره متوسط معنادار بوده و این نشان از توجه کتاب تفکر و سبک‌زندگی به مؤلفه‌های پیشگیری از اعتیاد از دیدگاه دبیران می‌باشد. از آنجایی که میانگین مؤلفه‌ی مدیریت هیجان و استرس بیشتر بوده، لذا این مؤلفه از دیدگاه دبیران نسبت به سایر مؤلفه‌ها در کتاب تفکر و سبک‌زندگی بیشتر مورد توجه قرار گرفته، و میانگین مؤلفه آموزش درباره مواد کمتر بوده و از دیدگاه دبیران در کتاب تفکر و سبک‌زندگی کمتر مورد توجه قرار گرفته است. علاوه بر این از دیدگاه دبیران به مؤلفه‌ی مهارت‌های تفکر نیز توجه کمی شده است. در تبیین این یافته پژوهشی می‌توان گفت از آن جا که، مصرف و سوءمصرف مواد یکی از مخاطره‌آمیزترین رفتارهای خلال کودکی، نوجوانی و جوانی است (روترا^۱، ۲۰۰۲، ویمبرگ^۲ و همکاران، ۲۰۰۲؛ به نقل از باباپور خیرالدین، داداش‌زاده و طوسی، ۱۳۹۰). لذا، با عنایت به مشکلات فردی و اجتماعی حادث شده از آگاهی سطح پایین فراگیران، زیان‌های مواد مخدر و اعتیادآور، برنامه‌های آموزشی و درسی مدارس و محتوای کتب درسی مرتبط با این مسئله باید اطلاعات کافی و متقن در اختیار دانش‌آموزان قرار دهند که در استفاده از تجارب و برنامه‌های سایر کشورها از قبیل برنامه‌های مبتنی بر مدرسه با تاکید بر دانش‌آموزان (آریزا و همکاران، ۲۰۱۳) و به کارگیری مهارت‌های عمومی و عاطفی برای پیشگیری از مواد (فاگیانو و همکاران، ۲۰۱۰) می‌تواند در اطلاع‌رسانی از زیان‌های مواد و کاهش مصرف مواد کارساز باشد.

یافته‌ها نشان داد بین میانگین مؤلفه‌های پیشگیری از اعتیاد در دو وضعیت ادراک و انتظار تفاوت وجود دارد. نتایج آزمون فریدمن نشان داد که مؤلفه مدیریت هیجان و استرس دارای بیشترین، و مؤلفه آموزش درباره مواد دارای کم‌ترین میانگین رتبه هستند. یافته‌های این پژوهش با نتایج تحقیقات آریزا و همکاران (۲۰۱۳)، هوانگ^۳ و همکاران (۲۰۱۲)،

اسپیث و بچه‌پولد، راینر و واینسز (۲۰۱۰)، فاگیانو و همکاران (۲۰۰۹)، تورنر (۲۰۰۸)، بوتوین و گریفین (۲۰۰۴)، زولینگر (۲۰۰۳)، بوید^۱ (۱۹۹۱)، باقری و بهرامی احسان (۱۳۸۲) همسو می‌باشد که در تحقیق خود به این نتیجه رسیدند که آموزش‌های مهارت‌های زندگی می‌تواند بر رفتارهای پیشگیری‌کننده از سوء مصرف مواد مؤثر باشد. از سوی دیگر نتایج به دست آمده با نتایج تحقیق بروکنر و همکاران (۲۰۱۳)، تاهیری (۲۰۱۲)، ماتسو موتو (۲۰۱۱)، کویچ پرس (۲۰۰۲)، فرمانی و همکاران (۱۳۹۰)، یونسی و محمدی (۱۳۸۵)، تا حدودی همسو می‌گردد که به نوعی در تحقیقات خود نشان داده‌اند آنچه که در دبیرستان‌ها در خصوص پیشگیری از اعتیاد انجام می‌گیرد اطلاع‌رسانی از عواقب مواد و آموزش درباره مواد می‌باشد و در تمام سطوح تحصیلی باید زبان‌های مصرف مواد مخدر، سیگار و الکل، متناسب با سطح تحصیلی و هم سیاق با سایر متون درسی آموزش داده شود.

با توجه به یافته‌های پژوهشی و مرور پژوهش‌های حوزه پیشگیری از اعتیاد، می‌توان گفت که مهارت تصمیم‌گیری و حل مسئله که جزو مهارت‌های تفکر بوده و از جمله مؤلفه‌های مؤثر در امر پیشگیری است و آموزش هر چه بیشتر آن به افراد کمک می‌کند تا در مواجهه با مسائل و مشکلات بهترین تصمیم و راه حل ممکن را برگزینند؛ اما در محتوای کتاب، بعد از آموزش در باره مواد، مهارت‌های تفکر، مؤلفه‌ای است که به آن توجه کافی نشده است. در حالی که آموزش مهارت‌های تفکر و حل مسئله و تصمیم‌گیری بر کاهش نگرش افراد معتاد نسبت به اثرات، خطرات و تمایل به مواد مخدر تأثیر مثبت دارد (بهرامی و همکاران، ۱۳۹۲). یافته‌های تورنر (۲۰۰۸)، واتسون و همکاران (۲۰۰۶)، بوتوین و گریفین (۲۰۰۵)، مارلین^۲ (۲۰۰۵)، زولینگر (۲۰۰۳)، بهرامی و همکاران (۱۳۹۲)، نشان دادند که مؤلفه مهارت تصمیم‌گیری و حل مسئله و در نتیجه مهارت‌های تفکر از جمله مؤلفه‌های مؤثر در امر پیشگیری می‌باشد. از این رو، برنامه‌های درسی مدارس باید با ایجاد فرصت‌های آموزشی مناسب، دانش‌آموزان را در شناخت حل مسائل و مشکلات آماده سازد. لذا، گنجاندن مباحث پیشگیری از اعتیاد و مهارت‌های زندگی از جمله مهارت‌های

1. Boyd

2. Marilyn

تفکر و آموزش درباره مواد در کتب درسی می‌تواند از جهات مختلف دارای اهمیت باشد، چرا که گنجانیدن این مطالب در کتاب‌های درسی موجب آشنایی دانش‌آموزان با این معضل اجتماعی شده و آموزش مهارت‌های زندگی در تغییر نگرش و بالارفتن آگاهی فراگیران نسبت به عوارض سوء مصرف مواد می‌باشد.

پیشنهاد می‌شود در کتاب تفکر و سبک زندگی پایه هفتم و کتاب‌های مشابه به مؤلفه‌های پیشگیری از اعتیاد و بخصوص مهارت‌های تفکر و آموزش درباره مواد بیشتر توجه شود و دبیران به عنوان مجریان اصلی برنامه درسی مدارس، آموزش‌های لازم را در زمینه روش‌ها و مبانی آموزش پیشگیری از مواد کسب کنند. همچنین در پژوهش‌های آتی در زمینه پیشگیری از اعتیاد، از روش‌های دیگر، بخصوص از تکنیک تحلیل محتوا برای بررسی و تحلیل محتوای کتاب تفکر و سبک زندگی در خصوص توجه به مؤلفه‌های پیشگیری از اعتیاد استفاده نمایند.

منابع

- باباپور خیرالدین، جلیل؛ داداش‌زاده، رحیم و طوسی، فهیمه (۱۳۹۰). مقایسه سیستم‌های مغزی-رفتاری افراد سیگاری و غیر سیگاری. *پژوهش‌های روان‌شناختی نوین*، ۶(۲۳)، ۱۴-۱.
- باقری، منصور و بهرامی احسان، هادی (۱۳۸۲). نقش آموزش مهارت‌های زندگی بر دانش و نگرش نسبت به مواد مخدر و عزت نفس دانش‌آموزان. *فصلنامه اعتیاد پژوهی*، ۳(۳)، ۱۷۲-۱۴۹.
- بهرامی، فرزانه؛ معاضدیان، آمنه و حسینی‌المدنی، سید علی (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش مهارت حل مسئله و تصمیم‌گیری بر کاهش نگرش مثبت وابستگان به مواد افیونی. *فصلنامه اعتیاد پژوهی*، ۷(۲۵)، ۱۷۲-۱۴۹.
- پورکرد، مهدی؛ ابوالقاسمی، عباس؛ نریمانی، محمد و رضایی جمالویی، حسن (۱۳۹۲). بررسی اثر مستقیم و غیرمستقیم خود کارآمدی، تکانشوری و فعال سازی-بازداری رفتاری و مهارت‌های اجتماعی بر سوء مصرف مواد دانش‌آموزان. *فصلنامه‌ی اعتیاد پژوهی*، ۷(۲۷)، ۲۶-۱۳.
- جمالی، اختر و قربانی، مجید (۱۳۸۷). مدل پیشنهادی آموزش پیشگیری از اعتیاد در مدارس از نظر دانش‌آموزان و معلمان کشور. *فصلنامه رفاه اجتماعی*، ۷(۲۹)، ۲۱۸-۱۹۳.
- رفاهی، ژاله (۱۳۸۷). آموزش مهارت‌های زندگی راهکار پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی نوجوانان. *فصلنامه رهیافتی نور در مدیریت آموزشی*، ۱(۲)، ۱۵۱-۱۳۵.
- صرامی، حمید؛ قربانی مجید؛ و مینوئی، محمود (۱۳۹۲). بررسی چهار دهه تحقیقات شیوع شناسی اعتیاد در ایران. *فصلنامه‌ی اعتیاد پژوهی*، ۲(۲۶)، ۵۲-۲۹.

طارمیان، فرهاد و مهریار، امیر هوشنگ (۱۳۸۶). اثربخشی برنامه آموزش مهارت‌های زندگی به منظور پیشگیری از مصرف مواد مخدر در دانش‌آموزان دوره‌ی راهنمایی. *مجله دانشگاه علوم پزشکی زنجان*، ۴(۱۶)، ۲۹-۳۸.

عماری، حسن؛ پاشاشریفی، حسن؛ هاشمیان، کیانوش و میرزمانی، محمد (۱۳۹۰). بررسی تاثیر برنامه پیشگیری از اعتیاد «شادی» بر رفتارهای پرخطر اختلال سلوک. *نشریه مطالعات علوم اجتماعی*، ۷(۲۶)، ۶۱-۸۱.

فتحی، سروش و فدوی، جمیله (۱۳۹۱). تحلیلی بر آسیب‌های اجتماعی جوانان طی سال‌های ۸۷-۱۳۷۸ و عوامل موثر بر آن. *فصلنامه مطالعات جامعه‌شناختی جوانان*، ۳(۸)، ۱۴۴-۱۲۱.

فرمانی، فرامرز؛ معاضدیان، آمنه؛ حسینی‌المدنی، سید علی و بهرامی، هادی (۱۳۹۰). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی در ترک سوء مصرف مواد و عدم گرایش مجدد به آن در زندانیان مرد ندامتگاه کرج. *سومین کنگره سراسری پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی، تهران*.

قادری دهکردی، صغری (۱۳۷۹). بررسی تاثیر یک طرح آموزشی پیشگیری از اعتیاد بر روی نگرش آگاهی نوجوانان مقطع راهنمایی شهر شهرکرد، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان.

مهری، نادر؛ اسماعیلی، رضا؛ رستمی، مهدیه و ترکاشوند، محمود (۱۳۹۱). فراتحلیل اثربخشی برنامه‌های پیشگیری در تغییر نگرش دانش‌آموزان نسبت به سوء مصرف مواد در ایران. *فصلنامه اعتیاد پژوهی*، ۸(۲۹)، ۲۶-۳۹.

مهریار، امیر هوشنگ و جزایری، علیرضا (۱۳۷۶). مروری انتقادی بر پیشگیری و درمان سوء مصرف مواد، مؤسسه عالی پژوهش در برنامه‌ریزی و توسعه. طرح پژوهشی تهیه برنامه ملی مبارزه با مواد مخدر.

یونسی، سید جلال؛ محمدی، محمدرضا (۱۳۸۵). استفاده از رویکرد نشر اطلاعات در برنامه‌های پیشگیری از اعتیاد در برنامه‌های پیشگیری از اعتیاد در میان نوجوانان. *دانشور رفتار*، ۴(۱۶)، ۱۰-۱.

Ariza, C., Perez, A., Sanchez, F., Dieguez, M., Espelta, A., Pasarin, L., ..., Nebota, M. (2013). Evaluation of the effectiveness of a school-based cannabis prevention program. *Journal of Drug and Alcohol Dependence*, 132, 257-264.

Botvin, G. J., & Griffin, K. W. (2004). Life skills training empirical findings and future direction. *Journal of primary prevention*, 25, 1234-1246.

Botvin, G. J., & Griffin, K. W. (2005). School-based program. In: J.H. Lowinson, P. Ruiz, R. B. Millman, J. G. Langrod (eds.), *Substance abuse: A comprehensive textbook (4th ed)*. Philadelphia: Lippincott, Williams & Wilkins, pp. 1211-1229.

Botvin, G. J., Griffin, K. W., & Williams, M. (2001). Drug abuse prevention among Minority Adolescents: posttest and one-year follow up of school-based preventive intervention. *Prevention Science*, 2(1), 1-13.

Boyd, B. L. (1991). *Analysis of 4-H participation and leadership life skill development in Texas 4-H club members*. Unpublished doctoral dissertation. College Station, TX: Texas A & M University.

Bruckner, T., Domina, T., Jin Kyoung, H., Gerlinger, J., Carpenter, C., Wakefield, S. (2013). State-Level Education Standards for Substance Use Prevention Programs in Schools: A Systematic Content Analysis. *Journal of Adolescent Health*, 54(4), 467-473.

- Conner, M., & Abraham, C. (2001). Consciousness and the Theory of planned behavior: Toward a More complete model of the antecedents of intentions and behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(11), 1547-1561.
- Cuijpers, P. (2002). Effective ingredients of school-based drug prevention program. *A Systematic Review*, 27(6), 1009-1023.
- Draucker, C. B., & Mazurczyk, J. (2013). Relationships between childhood sexual abuse and substance use and sexual risk behaviors during adolescence: An integrative review. *Nursing Outlook*, 61(5), 291-310. DOI: 10.1016/j.outlook.2012.12.003.
- Faggiano, F., Vigna-Taglianti, F., Burkhart, G., Bohm, K., Cuomo, L., Gregori, D., ..., Rosaria, M. (2010). The effectiveness of a school-based substance abuse prevention program: 18-Month follow-up of the EU-Dap cluster randomized controlled trial. *Journal of Drug and Alcohol Dependence*, 108, 56-64.
- Herbert, J. D., Gaudiano, B. A., Rheingold, A. A., Myers, V. H., Dalrymple, K., & Nolan, E. M. (2005). Social skills training augment: The effectiveness of cognitive behavioral group therapy for social anxiety disorder. *Behavior Therapy*, 36, 125-138.
- Huang, C., Chien, L., Cheng, C., Guo, J., Ches, C. (2012). Integrating Life Skills into a Theory-Based Drug-Use Prevention Program: Effectiveness among Junior High Students in Taiwan. *Journal of School Health*, 82, 328-335.
- Ibabe, I., Stein, J. A., Nyamathi, A., Bentler, P. M. (2014). Predictors of substance abuse treatment participation among homeless adults. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 46(3), 374-381. DOI: 10.1016/j.jsat.2013.10.008.
- Kopelowice, A., Liberman, R., & Zarate, R. (2006). Recent advances in social skills training for schizophrenia. *Schizophrenia Bulletin*, 32, 456-468.
- Marilyn, A. J. (2005). School programming for the prevention of addiction. *Journal Articles*, 23, 202-210.
- Matsumoto, T., Chiba, Y., Imamura, F., Kobayashi, O., Wada, K. (2011). Possible effectiveness of intervention using a self-teaching workbook in adolescent drug abusers detained in a juvenile classification home. *Journal of Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 65, 576-583.
- Nies, M. & Mc. Ewen, M. (2001). *Community health nursing: promoting the health of population (3th ed)*. Philadelphia: WB. Saunders.
- Speath, M., Weichold, K., Rainer, k. S., & Wienser, M. (2010). Examining the differential effectiveness of a life skills program (IPSY) on alcohol use trajectories in early adolescence. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 78(3), 334-348. DOI: 10.1037/a0019550.
- Tahiri, Z., Gashi, M., Lsmajli, R., Muja, G. (2012). P-602 - The attitudes of students of high schools in Gjilan related to drug abuse. *Journal of European Psychiatry*, 27(1), 1-10. DOI: 10.1016/S0924-9338(12)74769-7.
- Turner, N. E., Macdonald, J., Somerset, M. (2008). Life skills, mathematical reasoning and critical thinking: a curriculum for the prevention of problem gambling. Center for Addiction and Mental Health. *Journal of Gambling Studies*, 24(3), 367-380. DOI: 10.1007/s 10899-007-9085-1.
- Watson, B., Jeanne, C., & Gordon, L. (2003). Comparing the effectiveness of process experiential with cognitive-behavioral psychology in the treatment of depression. *Journal of Consulting and Clinical psychology*, 71(4), 773-781.
- Zollinger, T. W., Saywell Jr., R. M., Muegge, C. M., Wooldridge, J. S., Cummings, S. F., Caine, V. A. (2003). Impact of the life skills training curriculum on middle school students Tobacco Use in Marion County, Indiana, 1997-2000. *Journal of School Health*. 73(9), 338-346. DOI: 10.1111/j.1746-1561.2003.tb04190.x.