

مقدمه مترجم

اعتیاد به انواع مخدرها و مواد شیمیایی یکی از مشکلات فراگیر و عمیقی است که دامنه بسیاری از جوامع و جمعیت‌های جهان را گرفته است. متخصصان حرفه‌های یاورانه به‌خوبی با این مسئله مهم فردی، خانوادگی و اجتماعی و پیامدهای ویرانگر آن آشنا هستند و می‌دانند عواقب این مشکل فقط فرد معتاد را درگیر نمی‌کند، بلکه اعضای خانواده، افراد مهم زندگی و جامعه نیز از آتش ناشی از وجود حتی یک عضو معتاد در امان نخواهند ماند. متأسفانه کم نیستند خانواده‌هایی که با نابسامانی‌ها و گسستگی‌های ناشی از وجود عضو معتاد دست‌وپنجه نرم می‌کنند و چه‌بسا همه زندگی‌شان تحت تأثیر این مشکل قرار می‌گیرد و آن را به نسل‌های بعد از خود نیز انتقال می‌دهند. بنابراین پرداختن به چنین مسئله فراگیری به تجربه، دانش، آگاهی‌های وسیع و روزآمد و شناخت نتایج مطالعات تحقیقی روز نیاز دارد.

کتاب حاضر با توجه به همین نیاز ترجمه شده است. یاورانی که با افراد معتاد سروکار دارند، هر یک براساس تجربه، نظریه و دیدگاه خود به مشکل رسیدگی می‌کنند و می‌کوشند نقشی هرچه کارآمدتر در حل آن و رفع پیامدهایش داشته باشند. این کتاب یک منبع رهنمودی و ارزشمند برای یاوران مزبور و حاصل سال‌ها تجربه عملی نویسنده و کار آموزشی با دانشجویان حوزه مشاوره اعتیاد است. علاوه بر این متکی به نتایج مطالعات تحقیقی فراوانی است که در مورد کارایی و اثربخشی نظریه‌ها و فنون مختلف مشاوره اعتیاد صورت گرفته است.

نویسنده با دقت و باریک‌بینی قابل تحسینی رویکردها و فنون مؤثرتر را انتخاب کرده و شیوه استفاده از آن‌ها در مشاوره اعتیاد را شرح داده است و در عین حال، تقریباً هیچ‌یک از مسائل، بیماری‌ها و اختلالات همراه با اعتیاد را نادیده نگرفته و با توضیح هر یک از این مشکلات و اختلالات، روش کار با آن‌ها را توضیح می‌دهد و بنابراین می‌توان ادعا کرد که یک منبع عملی و رهنمودی در حوزه مشاوره اعتیاد است. امید که بتواند راهی برای کار هرچه مؤثرتر در این زمینه باشد.

بدیهی است ترجمهٔ کتاب نمی‌تواند عاری از هر نوع کاستی و نقصی باشد و مترجم امیدوار است خوانندگان فرهیخته با رهنمودها و بازخوردهای ارزشمند خود ما را یاری دهند تا در چاپ‌های آینده این کاستی‌ها را کمتر کنیم.

فریده همتی

پیشگفتار

مشاوره/اعتیاد حاصل علاقه به بررسی کارهای بالینی، نظری و مطالعاتی در رشته مشاوره اعتیاد از دیدگاه متخصصان بود. چاپ چهارم این کتاب شامل تغییراتی اساسی است که از همین آغاز کار باید روشن شوند. نخست، برای معرفی دیدگاه‌هایم درباره مشاوره اعتیاد که طی سی سال کار در این حوزه، بیش از بیست سال کار آموزشی با دانشجویان و فارغ‌التحصیلان مشاوره اعتیاد، و بیش از بیست سال آموزش یاوران حرفه‌ای حوزه اعتیاد و سلامت روان تکوین و تحول یافته است، بخش «تأملات شخصی» ابتدای هر فصل را روزآمد کرده‌ام.

دوم، همه فصل‌های کتاب با بازنگری‌های فراوان روزآمد شده‌اند، از جمله اینکه در برخی از بخش‌ها مؤلفه‌هایی اضافه شد تا بیانگر تغییراتی باشد که در این حوزه رخ داده است و بخش‌هایی هم به فصل‌های مناسب‌تر انتقال یافت. سوم، بخش مطالعات موردی و تمرین‌های آخر فصل گسترده و روزآمد شد. در نهایت، امیدوارم این کتاب به مشاوران و معلمان کمک کند کارشان را با آمادگی بیشتر انجام دهند.

در زندگی‌ام از این موهبت بهره‌مند شده‌ام که نزد یاوران زیادی در حرفه مشاوره آموزش بینم؛ یاورانی که تعهد عمیقی به این رشته دارند و به مردمی کمک می‌کنند که در چرخه ویرانگر اعتیاد گیر افتاده‌اند و در زندگی با حوادث وحشتناکی مواجه شده‌اند. در سراسر سال‌های کارم در حوزه اعتیاد شاهد احترام و توجه این افراد حرفه‌ای به کسانی بوده‌ام که نه در درون خود و نه از دیگران عشق و احترام را در سطحی عمیق تجربه نکرده‌اند. احساس همدردی همین حرفه‌ای‌ها - با رنج معتادان و عزیزانشان، و امیدشان به شفابخشی بازتوانی همه معتادان و عزیزانشان - مرا به این رشته سوق داد و عامل ماندگاری‌ام در آن طی همه این سال‌ها بوده است.

کتاب حاضر شامل نگاهی است به مشاوره اعتیاد مبتنی بر کاربرد عملی تحقیق و نظریه. این کتاب برای دو گروه کتاب مرجع است: (۱) فارغ‌التحصیلان و دانشجویانی که برای خدمت

مستقیم به افراد معتاد آموزش می‌بینند، ۲) متخصصانی که تازه وارد حوزهٔ اعتیاد شده‌اند یا آن‌هایی که مایل‌اند نگاهی به جایگاه هنر مشاورهٔ اعتیاد داشته باشند. گرچه فنون و رویکردهای مورد بحث در کتاب مبتنی بر کارهای مطالعاتی است، تمرکز کتاب بر کارورزهاست. در سراسر کتاب، تمرین‌های تعاملی، مثل مطالعات موردی و تمرین‌های مورد بحث، برای کمک به خواننده در زمینهٔ استفاده از اطلاعات طراحی شده است و به معلم نیز کمک می‌کند تا مطالب را در بحث کلاس درس تلفیق کند. با توجه به رویکردهای مختلف در این حوزه، غالباً اختلاف نظرهایی در خصوص نظریه و عمل وجود دارد. کتاب حاضر در پی رفع این اختلاف نظرها نیست، اما ملاحظات نظری و عملی را وارد چهارچوب مشاورهٔ عمل‌گرا می‌کند و، در نتیجه، رهنمودی مفید برای مشاورانی است که با معتادان کار می‌کنند. یادگیری زبان مشاورهٔ اعتیاد کتاب مرجعی است که کارورزان می‌توانند با مراجعه به آن به رهنمودهای اساسی، عملی و بالینی دست یابند.

خلاصه‌ای کوتاه از هر فصل

فصل نخست با عنوان «مقدمه» مروری است کوتاه بر مشاورهٔ اعتیاد و در آن عواملی بررسی می‌شود که، در گذشته و حال، این حوزهٔ مشاوره و الگوهای مورد استفاده برای توضیح اعتیاد را تحت تأثیر قرار داده است.

فصل دوم با عنوان «نظریه‌های کاربردی مشاوره برای درمان اعتیاد» شامل بررسی نظریه‌هایی است که برای مشاوره دادن به افراد معتاد کاربرد دارد.

فصل سوم با عنوان «ارزیابی و تشخیص اعتیاد» شامل بررسی فرایند ارزیابی اعتیاد با کاربران است. مصاحبه‌ها، مشاهدات رفتاری، ابزارهای فیزیولوژیک، ابزارهای روان‌سنج توضیح داده شده است. بخش‌های دیگری با عنوان تشخیص‌ها و الگوی مراحل تغییر نیز در این فصل آمده‌اند. مرجع این فصل معیارهای DSM-5 است.

فصل چهارم با عنوان «اختلالات هم‌زیست و اعتیادهای رفتاری» شامل مروری است بر اختلالات هم‌زیست همراه با پیشنهادهایی برای ارزیابی و درمان، و نیز نگاهی است بر اعتیادهای رفتاری. مرجع این فصل نیز معیارهای DSM-5 است.

فصل پنجم با عنوان «فرایند اصلی درمان اعتیادها» شامل مرور چهار نوع خاص از

مشاوره اعتیاد است: مداخله در بحران، مشاوره فردی، گروهی، خانوادگی - همراه با مرور اولیه فلسفه‌های کاهش آسیب و جنبش بهبودی که بر فرایند درمان تأثیر بسزایی می‌گذارد.

فصل ششم با عنوان «موضوعات مرتبط با درمان و رویکردهای مشاوره» شامل بررسی مسائلی است که در مشاوره اعتیاد ظاهر می‌شود: موضوعات جنسی، ایدز/ HIV، خشونت شریک زندگی، و بی‌خانمانی. پیشنهادهایی برای مشاوره در این حوزه‌های مرتبط نیز مطرح شده است. در این فصل، رویکردهای خاص مشاوره، رفتاردرمانی جدلی یا دیالکتیک (DBT)^۱، جست‌وجوی امنیت، و مشاوره سوگ نیز به عنوان مبنایی برای رسیدگی به مسائل یادشده شرح داده شده است. از آنجا که بسیاری از مراجعان درگیر مسائل قانونی نیز می‌شوند، در بخش خاص دادگاه مواد مخدر به این موضوع پرداخته‌ایم.

در فصل هفتم، با عنوان «پیشگیری از عود (RP)» با مرور موضوعات پیشگیری از عود، رویکردهای مشاور، الگوها و فنون بررسی می‌شود. درباره موضوعات تشخیص‌های دوگانه هم بحث شده است.

فصل هشتم با عنوان «گروه‌های خودیاری» شامل بررسی گروه‌های خودیاری ملی مبتنی بر پرهیز در امریکا، و سابقه تاریخی گسترش آن‌ها، مفاهیم مهم، کاربردها برای مشاوره و محدودیت‌ها و مزیت‌هایشان بررسی شده است. همچنین اطلاعاتی درباره شیوه کمک به مراجعان برای یافتن گروه و حامی / مربی مناسب و مسائل خاص این گروه‌ها فراهم شده است. فصل نهم با عنوان «توضیح درمان‌ها و فنون مرتبط با مشاوره اعتیاد» شامل شرح یکی از مفاهیم مهم مشاوره (بهبودپذیری)، چهار رویکرد و فنون درمانی (روانشناسی مثبت، الگوی مراحل تغییر، مداخله انگیزشی، و درمان کوتاه‌مدت) و همچنین کار مبتنی بر شواهد است. فصل دهم با عنوان «ارزیابی و درمان دردهای مزمن» شرحی است بر مسائل هم‌پوش سوءمصرف مواد و مدیریت درد همراه با توصیه رویکردها و فنون خاصی که می‌توان برای بررسی درد مزمن در مراجع سوءمصرف‌کننده مواد به کار برد.^۲

1. dialectical behavior therapy

۲. نسخه اصلی کتاب (ویرایش چهارم) دارای چهارده فصل است. با توجه به نظر گروه مشاوره «سمت» فصولی که مؤلف صرفاً به موازین قانونی، استانداردهای حرفه‌ای مشاوره اعتیاد و حساسیت‌های فرهنگی جامعه امریکا پرداخته بود و دارای بار آموزشی اندکی برای دانشجویان ایرانی بود مورد توجه قرار نگرفت.