الإمارات العربية المتحدة
وزارة الداخلية



# دليل الوالدين للوقاية
# من المخدرات

الإصدار الأول 2021

#MOIUAE
www.moi.gov.ae







# دليل الوالدين للوقاية
# من المخـدرات

الشركاء الاستراتيجيين



























الترقيم الدولي
978-9948-8753-0-7
التصنيف العمري : E
حقوق الطبع محفوظة للإدارة العامة لمكافحة المخدرات الإتحادية
وزارة الداخلية
دولة الإمارات العربية المتحدة

## محتويات الدليل:


- مقدمة وتمهيد 5
- البرنامج الوطني للوقاية من المخدرات «سراج» 6
- إستراتيجية البرنامج الوطني للوقاية من المخدرات (سراج) 7
- التعريفات 10
- الفصل الأول: المواد المُخدّرة 13
  - من تصنيف المواد المُخدّرة 14
  - الآثار العامة الناجمة عن تعاطي المواد المُخدّرة 15
  - بعض أنواع المواد المُخدّرة وطرق تعاطيها وآثارها 17
  - المعتقدات الخاطئة المتعلقة بتعاطي المواد المُخدّرة 26
- الفصل الثاني: مسببات ومؤشرات تعاطي المواد المُخدّرة 31
  - الأسباب المؤدية إلى تعاطي المواد المُخدّرة والمؤثرات العقلية 33
  - مؤشرات تعاطي المواد المُخدّرة والمؤثرات العقلية 34
- الفصل الثالث: عوامل الحماية والخطورة 39
  - عوامل الحماية الخطورة المتعلقة بتعاطي المواد المخدرة 37
- الفصل الرابع: دور الوالدين في وقاية أبنائهم من المواد المخدرة 43
  - الدور الوقائي للوالدين 44
  - مهارات الرفض الواجب تعليمها للأبناء 48
  - ماينبغي القيام به من عدمه أثناء التحدث مع الأبناء 50
  - دور الوالدين في الكشف والتدخل المبكر 52
  - دور الوالدين في العلاج وإعادة التأهيل 53
- الفصل الخامس: القانون الإتحادي في شأن مكافحة المواد المُخدّرة 55
  - القانون الإتحادي في شأن مكافحة المواد المخدرة 56
  - حالات لاتقام فيها الدعوى الجنائية 57
- الفصل السادس: خدمات العلاج وإعادة التأهيل في دولة الإمارات 59
  - خدمات العلاج وإعادة التأهيل 60




# مقدمة وتمهيد:

يلعب الوالدين دور محوري في وقاية الأبناء من عدة مخاطر منها تعاطي المواد المخدرة ومن هذا المنطلق يسعى البرنامج الوطني للوقاية من المخدرات (سراج) إلى المساهمة في حماية الأسر من خطر المخدرات وتنمية مهاراتها لحماية الأبناء من التعاطي وتمكينها من إدارة ومعالجة كافة عوامل الخطورة المحيطة بالأبناء.

## أهداف هذا الدليل:

1. تعريف الوالدين بأنواع المواد المخدرة والمؤثرات العقلية وأضرارها ومؤشرات تعاطيها.
2. تعريف الوالدين بالمعتقدات الشائعة والخاطئة حول المواد المخدرة والمؤثرات العقلية.
3. تعريف الوالدين بعوامل الحماية والخطورة المحيطة بالأبناء
4. تعريف الوالدين بدورهما الوقائي وكيفية حماية الأبناء من المواد المخدرة والمؤثرات العقلية.
5. تمكين الوالدين من الكشف والتدخل المبكر في حالات تعاطي المواد المخدرة والمؤثرات العقلية.
6. تنمية مهارات الوالدين لتعليم الأبناء مهارات رفض تعاطي المواد المخدرة والمؤثرات العقلية.
7. تعريف الوالدين ببعض نصوص القانون الإماراتي بشأن مكافحة المواد المخدرة والمؤثرات العقلية ومراكز العلاج المتوفرة في الدولة.

سـراج
SIRAJ
U.A.E.
إ. ع. م.

البرنامج الوطني للوقاية من المخدرات
National Program for Drugs Prevention

# البرنامج الوطني للوقاية من المخدرات «سراج»

برنامج سراج هو البرنامج الإماراتي للوقاية من المخدرات، ويستهدف المجتمع بكل فئاته، وينبثق هذا البرنامج من اللجنة الوطنية العليا للوقاية من المخدرات والتابعة لمجلس مكافحة المخدرات.



# إستراتيجية البرنامج الوطني للوقاية من المخدرات
## (سراج)

**الرؤية:**

نحو مجتمعٍ واعٍ بمخاطر المواد المُخدّرة والمؤثرات العقلية.

**الرسالة:**

تمكين مؤسسات الدولة وأفراد المجتمع، وبناء قدراتهم ومهاراتهم للوقاية من المواد المُخدّرة والمؤثرات العقلية وفق منهجية علمية وتكامل مؤسسي.

**الأهداف الإستراتيجية:**

- رفع الوعي المجتمعي بأخطار المواد المُخدّرة والمؤثرات العقلية.
- تنمية المهارات الشخصية والقيم الأخلاقية المعززة للسعادة والإيجابية.
- تعزيز دور الأسرة على المساهمة في الوقاية من المواد المُخدّرة.
- المشاركة في إعداد الكفاءات المتخصصة في مجال الوقاية من المواد المُخدّرة.

# محاور البرنامج الوطني للوقاية من المخدرات (سراج)






**السعادة:**

اعتبار السعادة والإيجابية جزء لا يتجزء من حياتنا اليومية يساعد على مواجهة ضغوطات الحياة المختلفة والاستمتاع بكل يوم بعيداً عن المواد المخدرة. نتطلع للمساهمة في ترسيخ قيم السعادة والإيجابية كأسلوب حياة في مجتمعنا الإماراتي عن طريق رفع الوعي بمصادر السعادة المختلفة والعادات التي تسهم فيها.

**الرفقة الطيبة:**

اختيار أصدقاء يثرون الحياة بالوعي والنصح الإيجابي يساعد في تطور الشخص والإبتعاد عن المشاكل المختلفة كتعاطي المواد المخدرة. نتطلع إلى رفع الوعي وتعزيز المهارات اللازمة لاختيار الرفقة الصالحة.

**الأسرة المتماسكة:**

تلعب الأسرة الدور الرئيسي في تحصين أبنائها من مخاطر تعاطي المواد المخدرة وذلك من خلال غرس المبادئ والقيم الأخلاقية وبناء علاقة قوية مع الأبناء مرتكزاتها الحب والاحترام والثقة والحوار. نتطلع إلى تعزيز دور الأسرة في وقاية الأبناء من السلوكيات الخطرة وتعاطي المواد المخدرة.

**الجسم السليم:**

المحافظة على الصحة الجسدية والنفسية عاملان مهمان لتطور الفرد والمجتمع. نتطلع إلى رفع وعي الأفراد حول مخاطر المواد المخدرة على الصحة وتعزيز مهارات اتخاذ الخيارات المثلى لصحة أفضل بعيداً عن مخاطر المواد المخدرة.

# التعريفات:

**المخدرات**

هي مواد طبيعية أو كيميائية لها تأثير سلبي على وظائف الجسم، وتؤدي إلى حالة من التعود أو الإدمان عليها، ويحظر تداولها أو زراعتها أو تصنيعها أو جلبها إلا لأغراض يحددها القانون.

**الإدمان**

هي الحالة الناتجة عن استعمال المواد المخدرة بصفة مستمرة، بحيث يصبح الشخص معتمداً عليها نفسياً أو جسمياً أو كلاهما، بل ويحتاج إلى زيادة الجرعة من وقت لآخر ليحصل على الأثر نفسه دائماً، بحيث يصبح غير قادر على القيام بأعماله وواجباته في غياب المواد المخدرة، ويعتبر الإدمان مرضا مزمنا يصيب الدماغ ولذلك يحتاج المدمن إلى العلاج وإعادة التأهيل.

**الوقاية**

هي الإجراءات والخطط التي تهدف إلى منع الأفراد من الوقوع في تعاطي المواد المُخدّرة والمؤثرات العقلية، وتشمل تعزيز عوامل الحماية وتقليل عوامل الخطورة.
من أهم أهداف الوقاية من المواد المُخدّرة :
• تقليل عدد الذين يشرعون في تعاطي المواد المُخدّرة



**عوامل الحماية**

هي تلك العوامل التي تسهم في حماية الفرد من الوقوع في تعاطي المواد المُخدّرة والمؤثرات العقلية.

**عوامل الخطورة**

هي تلك العوامل التي تزيد من خطر الوقوع في تعاطي المواد المُخدّرة والمؤثرات العقلية.



## الفصل الأول

# المواد المُخدّرة

يتناول هذا الفصل معلومات تخص المواد المُخدّرة بشكل عام، وتصنيفها، والآثار الناجمة عن تعاطيها، سواء كانت صحية أو اجتماعية أو اقتصادية، ومن ثم يسلط الضوء على بعض الأنواع من المواد المُخدّرة بالإضافة إلى طرق تعاطيها والآثار الناجمة عن التعاطي، كما يعرض ويصحح المفاهيم غير الصحيحة والشائعة ضمن الوسط الشبابي عن تعاطي المواد المُخدّرة.

# من تصنيف المواد المُخدّرة






# الآثار العامة الناجمة عن تعاطي المواد المُخدّرة

**الآثار الصحية الجسدية مثل:**

- اضطرابات القلب واضطرابات ضغط الدم.
- اضطرابات الجهاز الهضمي وفقدان الشهية.
- الصداع المزمن والإجهاد الجسدي والعصبي.
- الضعف العام والهُزال.
- الإصابة بفيروس الكبد الوبائي C,B.
- الإصابة بفيروس نقص المناعة . AIDS
- إتلاف الكبد والكلى.
- الالتهابات الرئوية المزمنة.
- الموت المفاجئ.
- الإصابة بنوبات الصرع والتقلصات العقلية.

**الآثار الصحية النفسية مثل:**

- اضطرابات النوم.
- الأوهام والهلاوس السمعية والبصرية والحسية.
- اضطرابات الشخصية الفصامية.
- القلق والاكتئاب والتوتر.
- اضطرابات التفكير المنطقي والإدراك الحسي.
- ضعف التركيز والانتباه.
- الإنطوائية والعزلة.
- عدم استقرار العواطف والمشاعر.
- الميول الإنتحاري.

**الآثار الإجتماعية مثل:**

- انتشار الجرائم ومنها جرائم الإيذاء والقتل والسرقة.
- تفكك الأسر.
- ارتفاع نسبة البطالة.
- الانعزال عن المجتمع وعدم تحمل المسؤولية.
- القدوة السيئة للأبناء وغيرهم.

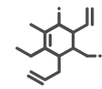
**الآثار الإقتصادية مثل:**

- ضعف إنتاجية الفرد.
- الأعباء المالية المترتبة على مكافحة المواد المُخدّرة، ومعالجة الإدمان والأمراض المصاحبة له.
- استنزاف الأموال نتيجة إنفاق المبالغ الكبيرة لشراء المواد المُخدّرة.



# بعض أنــواع المواد المُخدّرة وطرق تعاطيها وآثارها

## الهيروين



**الهيروين**

هي مادة أفيونية تكون على هيئة مسحوق أبيض أو بني أو مادة سوداء لاصقة.

**طرق التعاطي**

- حقن
- شم
- تدخين

**آثار التعاطي**

- الإحساس بالخمول والنعاس.
- جفاف في الفم وتقلص.
- اختلال في الجهاز التنفسي.
- حرقة في العين.
- احمرار في الجلد.
- ثقل في الأرجل واليدين.

**أعراض الجرعة الزائدة**

- بطء في التنفس.
- إزرقاق في الشفتين والأظافر.
- تشنجات.
- غيبوبة.
- وفاة.

## القنّب



**القنّب**

هو نبات طبيعي يحتوي على مادة كيميائية لها تأثير مخدر حيث يتم تجفيف النبتة بالكامل لتبدو على شكل أعشاب مجففة، وتستخرج من القنب مادتين طبيعيتين ومخدرتين:

**الحشيش:** وهو عبارة عن السائل المجفف الذي يؤخذ من المادة الصمغية الموجودة على أوراق وسيقان نبات القنب

**الماريجوانا:** وهو عبارة عن الزهور المجففة التي تكون على رؤوس نبات القنب الهندي

### طرق التعاطي

- التدخين
- الاستنشاق عن طريق أجهزة التبخير
- المضغ
- التخمير مع الشاي

### آثار التعاطي

- عدم القدرة على التركيز
- تباطؤ في الحركة
- التأثير على التفكير والإدراك
- القلق الشديد والإكتئاب
- زيادة في ضربات القلب
- الإصابة بسرطان الرئة



## الكوكايين



**الكوكايين**

(كوك، الكراك)
هو مسحوق أبيض بلوري مصنوع من أوراق تشبه الكوكا أو الكراك، ويكون على شكل قطع صغيرة بيضاء الشكل على هيئة الحصى

### طرق التعاطي

- الاستنشاق
- مضغ أوراق الكوكا
- الحقن بالوريد
- التدخين

### آثار التعاطي

- زيادة معدل ضربات القلب
- السلوك العدواني والهيجان
- الهلوسة وعدم وضوح الرؤية
- فقدان الشهية والأرق
- الغثيان
- ارتفاع في ضغط الدم
- القلق
- الإصابة بسرطان الرئة
- التشنجات والنوبات القلبية
- الجلطة والوفاة

## الميثامفيتامين



**الميثامفيتامين**

(آيس، كريستال، الشبو، السرعة، الزجاج)
هي مادة تم تصنيعها في المختبرات، وتكون على شكل قطع زجاجية أو بلورات لامعة، ويميل لونها إلى الزرقة والبياض، ولها تأثير قوي على الجهاز العصبي.

### طرق التعاطي

- البلع
- التدخين
- الحقن
- الاستنشاق

### آثار التعاطي

- زيادة في ضربات القلب ودرجة حرارة الجسم
- القلق والإكتئاب والتهيج
- تضرر القلب والأعصاب
- أمراض الكبد والكلى
- تقلب في المزاج والهلاوس
- النوبات القلبية والسكتة الدماغية والموت



## المستنشقات



**المستنشقات**

(غاز الولاعات، الأصباغ، الغراء)
هي عبارة عن مواد متطايرة تحتوي على أبخرة كيميائية، ولها تأثير على الجسم يشبه تأثير المواد المُخدّرة وتحتوي على غازات مثل غاز أيروسول وغاز البيوتان.

### طرق التعاطي

- الاستنشاق

### آثار التعاطي

- تضرر الدماغ
- تضرر الكبد
- تنميل الأطراف
- صداع وغثيان وهلوسة
- تضرر الكليتين
- فقدان الوعي والوفاة
- تضرر القلب
- تثبيط الجهاز العصبي
- فشل في الجهاز التنفسي
- حساسية حول الأنف والفم

## سبايس (K2)



**سبايس**

هي مخدرات مصنعة لها نفس تأثير الحشيش أو الكريستال، ومنها ما يسمى (سبايس) وهو مزيج من الماريجوانا المعالج بواسطة مواد كيميائية مخدرة، وتعتبر هذه المواد خطرة جداً لأنها لا يمكن معرفة المواد الكيميائية المستخدمة في معالجة الماريجوانا، وتباع على هيئة أوراق جافة في أكياس بلاستيكية أو تمزج في تبغ التدخين.



### طرق التعاطي

- التدخين
- الشرب



### آثار التعاطي

- التسمم الشديد
- ضرر في الكلى
- الهلوسة
- النوبات القلبية
- القلق والإكتئاب
- الوفاة
- ازدياد في ضربات القلب وضغط الدم



## الكبتاجون أو فينيثايلين



**الكبتاجون**

(فينيثايلين)
هو أحد مشتقات الأمفيتامين، وتعد من المواد المُخدّرة المصنعة وتحتوي على مواد كيميائية لها تأثير على الجهاز العصبي.



### طرق التعاطي

- البلع



### آثار التعاطي

- كثرة الكلام والحركة دون سبب
- ضعف الذاكرة والتفكير غير الواقعي
- تحريك الفكين بشكل متعاكس أو بشكل دائري.
- التلفظ بكلمات دون وعي
- ارتفاع ضغط الدم وزيادة ضربات القلب
- احمرار واتساع حدقة العين.
- الاضطرابات النفسية كالقلق والتوتر والشعور بالاضطهاد والشك بالآخرين والميول للعدوانية
- ضعف الشهية والتقيؤ
- جفاف الريق والشفتين
- رعشة الأيدي وبرودة الأطراف.
- الهلوسة السمعية
- الأرق وعدم النوم.

## الأدوية الموصوفة طبياً



**الأدوية الموصوفة طبياً**

هي الأدوية التي لا يمكن إستخدامها إلا بوصفة طبية، وإساءة إستخدام هذه الأدوية عن طريق تعاطيها دون وصفة طبية أو إستخدامها بطريقة مخالفة لإرشادات الطبيب قد يؤدي إلى الإدمان ويكون لها آثار صحية خطيرة ومنها:

### المسكنات

- الكسيكودون
- الهيدروكودون

**آثار التعاطي**

- البطء في التنفس
- التلف الدماغي
- الوفاة

### المثبطات

- الفوليوم
- الزاناكس

**آثار التعاطي**

- عدم وضوح الرؤية
- الغثيان
- صعوبة التركيز والتفكير
- تناولها مع الكحول تسبب الوفاة

### المنبهات

- أدرال
- ريتالين

**آثار التعاطي**

- ارتفاع درجة الحرارة
- عدم انتظام ضربات القلب
- الشعور بالشك



## الترامادول



**الترامادول**

يعتبر من الأدوية الأفيونية التي تستخدم في تسكين الألم، قد يؤدي سوء إستخدام دواء الترامادول إلى الإدمان.



### طرق التعاطي

- البلع



### آثار التعاطي

- الاكتئاب والتوتر والقلق
- تثبيط في الجهاز العصبي
- الغضب والعدوانية
- تثبيط في الجهاز التنفسي
- الصداع والرعشة
- زيادة الأفكار والميول الإنتحاري
- قلة النوم والأرق
- الغيبوبة والموت المفاجئ
- التعرق بكثرة

# المعتقدات الخاطئة المتعلقة بتعاطي المواد المُخدّرة

هناك معتقدات خاطئة وشائعه في المجتمع حول تعاطي المواد المُخدّرة ومن الضروري أن تعرفها وتعرف الحقائق حولها كما هي موضحة:

**المعتقد الخاطئ**



تعاطي المواد المُخدّرة يخلصك من مشاعر القلق والتوتر ويمنحك شعوراً بالسعادة.

**الحقيقة**



هذا المعتقد وهمي لا أساس له من الصحة، ويردده المتعاطي نتيجة أوهام نفسية بأن المواد المُخدّرة تساعد في التغلب على المصاعب، بينما إثبات الذات والسعادة مرتبطان بالقدرة على تحمل المسؤولية والمشاركة الفاعلة في المجتمع وأنشطته كافة والمحافظة على الصحة الجسدية والنفسية.

**المعتقد الخاطئ**



تعاطي المواد المُخدّرة يزيد من القدرة على التركيز والإبداع ويحسن القدرة على الاستذكار.

**الحقيقة**



إن تعاطي المواد المُخدّرة يؤثر سلباً على الجهاز العصبي وقدرة الشخص على استرجاع المعلومات والتركيز، والإدمان على هذه المواد يؤدي إلى نتائج عكسية ووخيمة على المدى المتوسط والبعيد.



**المعتقد الخاطئ**



تعاطي المواد المُخدّرة يضاعف القدرة البدنية ويساهم على العمل لفترات طويلة.

**الحقيقة**



إن الدراسات برهنت على أن بين (15% - 30%) من حوادث العمل ناجمة عن تعاطي المواد المُخدّرة، والعديد من حوادث السير المرورية وجد مرتكبوها تحت تأثير المواد المُخدّرة.

**المعتقد الخاطئ**



تناول أدوية المهدئات أقل خطورة من المواد المُخدّرة الأخرى.

**الحقيقة**



أثبتت العديد من الأبحاث أن إساءة إستخدام أدوية المهدئات تؤدي إلى الإدمان كغيرها من المواد المُخدّرة.

**المعتقد الخاطئ**



يمكن لمتعاطي المواد المُخدّرة أن يتوقف عنها في أي وقت يريد.

**الحقيقة**



الإدمان يتوقف على إستجابة الشخص لنوعية المواد المُخدّرة التي يتعاطاها، ويمكن أن يصبح الشخص مدمناً بعد المحاولة الأولى مما يترتب عليه صعوبة التوقف عن المواد المُخدّرة في أي وقت

**المعتقد الخاطئ**



المواد المُخدّرة لا تسبب ضرراً دائماً للجسم.

**الحقيقة**



إن إدمان المواد المُخدّرة قد يتسبب بضرر دائم على الجسم حيث يؤثر على الدماغ والقلب والرئتين والكبد والكلى.



**المعتقد الخاطئ**



تعاطي المواد المُخدّرة على فترات متباعدة لا يسبب الإدمان.

**الحقيقة**



المواد المُخدّرة تؤثر على الدماغ حتى لو كان تعاطيها بين الحين والآخر؛ فهي تُحدث تغييرات وقد يصبح الشخص مدمنًا؛ فتعاطي المواد المُخدّرة - ولو كان عابراً - يمكن أن يتحول بسرعة إلى تعاطي متكرر ومن بعدها إلى تعاطي مستمر، ولا أحد يعلم متى يحدث التغيير الكيميائي في الدماغ الذي يؤدي إلى الإدمان.

## الفصل الثاني

# مسببات ومؤشرات تعاطي المواد المُخدّرة

يتطرق الفصل في بدايته إلى أكثر الأسباب المؤدية إلى تعاطي المواد المُخدّرة كالأسباب الفردية والأسرية والمجتمعية، كما يوضح المؤشرات الدالة على التعاطي كالسلوكية والجسدية والبيئية التي تمكّن الأفراد من الكشف عن متعاطي المواد المُخدّرة والتدخل المبكر.

### المعتقد الخاطئ



تعاطي الحشيش ومنتجاته لا يسبب الإدمان.

### الحقيقة



إن الإدمان يمر بمراحل عدة، وتعاطي المواد المُخدّرة ولو كان عابراً يمكن أن يتحول بسرعة إلى تعاطي متكرر ومن بعدها إلى تعاطي مستمر، ويؤدي في النهاية إلى الإدمان. وللحشيش مخاطر عدة، فعلى سبيل المثال:

- دخان الحشيش يحتوي على نسبة كبيرة من المواد الكيميائية والقطران المسببة للسرطان وتدمّر خلايا المخ.
- تعاطي الحشيش من الممكن أن يؤدي إلى اضطرابات عقلية وسلوكية.
- تعاطي الحشيش من الممكن أن يؤدي إلى ضعف عضلة القلب.



# الأسباب المؤدية إلى تعاطي المواد المُخدّرة والمؤثرات العقلية

### أسباب فردية

- ضعف الوازع الديني والقيم الأخلاقية
- رفقاء السوء أو التقليد أو الفضول
- الاعتقاد غير الصحيح بالآثار الناجمة عن التعاطي
- وقت الفراغ والشعور بالملل
- ضعف المهارات الحياتية في التعامل مع الضغوط بشكل إيجابي

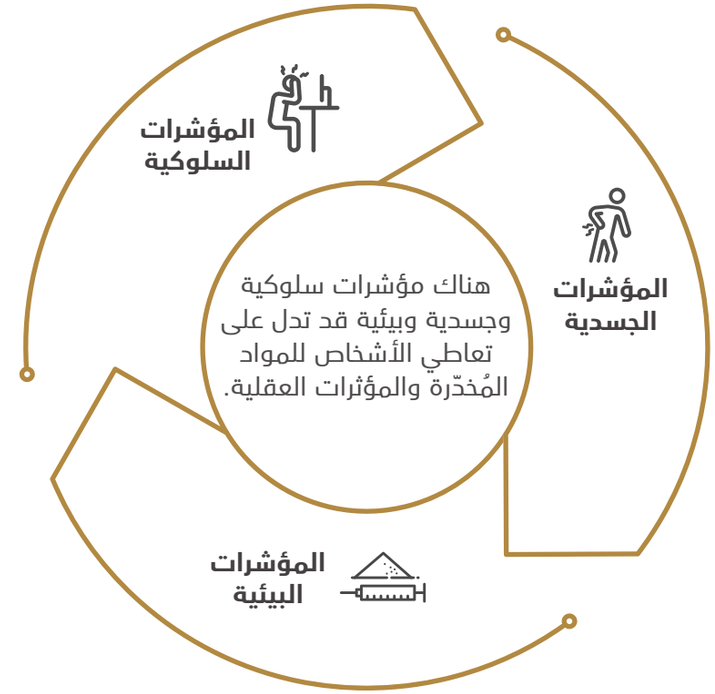
### أسباب أسرية

- وجود المشاكل الأسرية بين الوالدين أو الوالدين والأبناء.
- القسوة على الأبناء أو الإفراط في التدليل.
- عدم وجود ضوابط وقوانين واضحة وثابتة في حالة ارتكاب الأخطاء
- ضعف المهارات الأسرية مثل مهارات التواصل والحوار مع الأبناء

### أسباب مجتمعية

- عدم الوعي بالقوانين والتشريعات المتعلقة بالمواد المُخدّرة
- ضعف القيم الرافضة لتعاطي المواد المُخدّرة في المجتمع
- الدور السلبي للإعلام في نشر المعتقدات غير الصحيحة عن تعاطي المواد المُخدّرة

# مؤشرات تعاطي المواد المُخدّرة والمؤثرات العقلية:






## المؤشرات السلوكية:

- التغيير المفاجئ للأصدقاء.
- التدني المفاجئ في التحصيل الدراسي.
- سلوك الكذب والمراوغة.
- تقلبات مزاجية مفاجئة تتراوح بين الفرح والاكتئاب.
- المبالغة في رد الفعل للنقد المعتدل أو الطلبات البسيطة.
- إستخدام المبررات بدلاً من تحمل مسؤولية الأفعال.
- خلق الأعذار دائماً للأخطاء الشخصية.
- نقص ملحوظ في الانضباط الذاتي.
- القلق والخوف الشديد والسلوك القهري.
- طلب الأموال بشكل غير مبرر أو الشكوى المستمرة من عدم كفايتها.
- التغيير في أنماط النوم.
- المواقف العدائية أو الجدالية.
- فقدان الإهتمام المفاجئ بالأنشطة العائلية.
- السهر لفترات طويلة خارج المنزل.
- الانفراد في استقبال المكالمات الهاتفية وإستخدام مصطلحات ورموز مشفّرة.

## المؤشرات الجسدية:

- بشرة شاحبة بشكل غير طبيعي.
- المرض بشكل متكرر.
- فقدان الوزن بشكل مفاجئ.
- التعب الدائم ونقص الحيوية والنشاط.
- فقدان الشهية والعطش الشديد.
- فقدان الذاكرة على المدى القصير، وسيلان الأنف عندما لا يكون المسبب الرئيسي الحساسية وغيرها من الأمراض.
- مشاكل في العينين مثل: احمرار العينين، توسع حدقة العين، حركات العين غير الدقيقة.
- مشاكل في التنسيق مثل: النوبات، والدوار، والارتعاش.
- تغيرات كبيرة في الشهية، وتغيرات في أنماط الكلام مثل: الكلام السريع، الكلام البطيء، والكلام غير المتزن، والتأتأة.

## المؤشرات البيئية:

- وجود أدوات تتعلق بتعاطي المواد المُخدّرة (الإبر، القصدير، الملاعق)
- روائح غير عادية في الملابس أو في التنفس.
- أغلفة غير عادية.
- أدوية غير مألوفة للأهل.
- فقدان النقود.
- فقدان الأشياء الثمينة.

## الفصل الثالث

# عوامل الحماية والخطورة

يتناول هذا الفصل العوامل المختلفة التي من الممكن أن تساهم في وقاية الأشخاص من تعاطي المواد المُخدّرة، وتختلف هذه العوامل باختلاف المرحلة العمرية، وقد سلطنا الضوء على هذه العوامل سواء كانت في مرحلة الطفولة المبكرة أم المتأخرة أم في مرحلة المراهقة؛ ليتمكن أولياء الأمور من تعزيز عوامل الحماية والإنتباه إلى عوامل الخطر ومعالجتها.

# عوامل الحماية والخطورة المتعلقة بتعاطي المواد المخدرة والمؤثرات العقلية





هناك عوامل من الممكن أن تقلل من احتمالية تعاطي المواد المُخدّرة والمؤثرات العقلية وتُسمى عوامل الحماية، مثل العلاقة الإيجابية بين الوالدين والأبناء، وعلى النقيض هناك عوامل من الممكن أن تزيد من خطر تعاطي المواد المُخدّرة والمؤثرات العقلية، وتسمى عوامل الخطورة، مثل ضغط الأقران السلبي؛ ولذلك فإن أحد أهم أهداف الوقاية هي تغيير التوازن بين عوامل الحماية والخطورة وذلك بتغليب وزن عوامل الحماية على عوامل الخطورة.

## وتختلف هذه العوامل بإختلاف المراحل العمرية للفرد:

مرحلة الطفولة المبكرة
**(0 - 5) سنة**

مرحلة الطفولة المتأخرة
**(6 - 10) سنة**

مرحلة المراهقة
**(11 - 18) سنة**

# عوامل الحماية والخطورة في مرحلة الطفولة المبكّرة (0-5)

| | عوامل الحماية | عوامل الخطورة |
|---|---|---|
| فردية | • وجود وإستخدام المهارات الإجتماعية مثل: تحية الآخرين والترحيب بهم. تكوين صداقات محدودة، طلب المساعدة، والإنصات. | • الاضطرابات النفسية والسلوكية مثل فرط الحركة.<br>• الخجل وتأخّر النطق والانعزال. |
| أسرية | • دعم تطوير مهارات الأبناء الإجتماعية والسلوكية.<br>• تلبية احتياجات الطفل المادية والعاطفية.<br>• الإنصات للطفل والتحاور معه. | • التدخين وتناول الكحول أثناء فترة الحمل قد يجعل الطفل عرضة للخلل السلوكي.<br>• تعاطي أحد الوالدين أو كلاهما للمواد المُخدّرة.<br>• إهمال الطفل وعدم تلبية احتياجاته المادية والعاطفية.<br>• انفصال الوالدين.<br>• الدّلال الزائد |





# عوامل الحماية والخطورة في مرحلة الطفولة (6 - 10)

| | عوامل الحماية | عوامل الخطورة |
|---|---|---|
| فردية | • الانضباط وإتباع الأنظمة واللوائح السلوكية.<br>• القدرة على تكوين صداقات وعلاقات جيدة.<br>• وجود وإستخدام مهارات السيطرة على النفس.<br>• بدء تطوير مهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات. | • العدوانية.<br>• القلق والاكتئاب.<br>• عدم الإلتزام بالأنظمة واللوائح السلوكية المدرسية. |
| أسرية | • وجود تعليمات منزلية لتنظيم سلوكيات الطفل مثل تحديد وقت النوم ووقت مشاهدة التلفاز.<br>• محاورة الأبناء والاستماع لهم في المواقف التي يتعرضون لها.<br>• مشاركة الأبناء هواياتهم.<br>• الإشراف على أوقات الفراغ.<br>• معرفة أصدقاء الأبناء والتداخل معهم. | • المشاكل الأسرية.<br>• عدم وجود ضوابط منزلية.<br>• التدخين أو تعاطي أحد الوالدين أو كليهما للمواد المُخدّرة.<br>• إساءة معاملة الأطفال (الجسدية والنفسية)<br>• الدّلال الزائد وقِلة المراقبة. |
| مجتمعية | • وجود أنشطة مجتمعية مختلفة.<br>• وجود الأندية الرياضية تحت اشراف مختصين. | • سهولة الحصول على منتجات التبغ.<br>• انتشار المعتقدات الغير صحيحة عن التدخين والتعاطي. |

# عوامل الحماية والخطورة في المرحلة العمرية (11 - 18)

| | عوامل الحماية | عوامل الخطورة |
|---|---|---|
| فردية | • النمو البدني الصحي.<br>• القدرة على التحكم بالانفعالات.<br>• الثقة بالنفس.<br>• مهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات.<br>• مهارات رفض المواد المُخدّرة والمؤثرات العقلية.<br>• مهارات اختيار الصحبة الصالحة. | • االاندفاع والتهور.<br>• الإحساس بالقلق واليأس.<br>• التدخين أو إستخدام المواد المُخدّرة والمؤثرات العقلية.<br>• انخفاض التحصيل المدرسي.<br>• قلة الوعي بأضرار المواد المُخدّرة.<br>• ضعف مهارة مواجهة الضغط السلبي للأقران. |
| أسرية | • وجود القواعد المنزلية المنظّمة لسلوكيات الأبناء.<br>• الاستماع للأبناء والتحاور معهم.<br>• تشجيع ومشاركة الأبناء هواياتهم.<br>• متابعة التحصيل الدراسي.<br>• معرفة دائرة الأصدقاء.<br>• الإبتعاد عن أسلوب العنف في التعامل مع الأبناء.<br>• متابعة ومراقبة الأبناء والتوجيه الدائم وتوعيتهم بالمخاطر وكيفية التصدي لها. | • التدخين أو تعاطي أحد الوالدين أو كليهما للمواد المُخدّرة.<br>• انعدام رقابة الوالدين.<br>• ضعف العلاقة والروابط بين الأبناء.<br>• الإهمال وعدم مراقبة سلوك الأبناء.<br>• الدّلال الزائد للأبناء.<br>• ضعف ضوابط الانفاق المالي. |
| مجتمعية | • الثقافة المجتمعية الرافضة للتعاطي.<br>• توفير الأعمال التطوعية والمجتمعية والأندية. | • توافر المواد المُخدّرة والمؤثرات العقلية وسهولة الحصول عليها.<br>• دور الإعلام ووسائل التواصل الإجتماعي السلبي مثل نشر المعتقدات غير الصحيحة عن تعاطي المواد المُخدّرة والمؤثرات العقلية. |



## الفصل الرابع

# دور الوالدين في وقاية أبنائهم من المواد المخدرة

يلعب الوالدين الدور الرئيسي في تحصين أبنائها من المخاطر والتقليل من خطر تعاطي المواد المخدرة وذلك من خلال غرس المبادئ والقيم الأخلاقية وبناء علاقة قوية مع الأبناء مرتكزاتها الحب والإحترام والثقة والحوار. ويرتكز دور الوالدين على المحاور التالية: دور وقائي, دور الكشف المبكر والتدخل, دور العلاج والتأهيل.

# الدور الوقائي للوالدين

يختلف الدور الوقائي للوالدين بإختلاف أعمار الأبناء وهناك إستراتيجيات للتعامل والتحدث مع الأبناء لوقايتهم من المواد المخدرة والمؤثرات العقلية








## 1. طرق التعامل مع الأبناء في المرحلة العمرية (0 - 5):

1. اغتنم المواقف لتوعية الأبناء حول أضرار المخدرات، حيث أن الأطفال يحبون أن يقلدوا البالغين فعند رؤية شخص يدخن مثلاً أخبرهم بأن التدخين مضر للصحة ويؤدي للإصابة بالأمراض ويزيد احتمالات الإصابة بالإمراض الخطيرة والتي من الممكن أن تؤدي إلى الوفاة.
2. اشرح ووضّح لأبنائك خطورة بعض المواد المحيطة بهم مثل منتجات التبغ، حيث أن تكوين قناعات مبكرة تساعد الأبناء على تجنب التعاطي مستقبلاً ومثال على ذلك:
   - حذر أبنائك من خطورة منتجات التنظيف ومواد الطلاء وآثارها على الصحة.
   - نبه أبنائك عن عدم تناول الأدوية إلا بوصفه من الطبيب.
   - اسمح لهم باتخاذ بعض القرارات التي تبني الثقة في أنفسهم (مثل اختيار اللبس المناسب، اقتراح أماكن قضاء وقت الفراغ).

## 2. طرق التعامل مع الأبناء في المرحلة العمرية (6 - 10):

1. ذكر الأبناء دائماً بأن أخذ العقاقير تضر بالصحة وتسبب تلفاً في الدماغ وتزيد من احتمالية الوفاة.
2. امدح أبنائك على رفضهم السلوكيات السلبية مثل رفضهم للجلوس مع مدخني السجائر ورفضهم للتنمر.
3. ناقش أبنائك بإستخدام قصص واقعية أو أحداث يتعرضون لها مثل :
   طفلك يخبرك بأن صديق له ركب سيارة مع شخص بالغ وكان الشخص يدخن سيجارة في هذه الحالة تحدث معه عن أهمية عدم الركوب مع شخص يدخن لأن استنشاق دخان السجائر له آثار صحية خطيرة.
4. أكد على إبنك أنك سوف تكون متواجد في أي وقت لتقديم المساعدة.

## 3. طرق التعامل مع الأبناء في المرحلة العمرية (11 - 14):

إذا لم تبدأ بالحديث مع أبنائك في سن مبكر عن مخاطر المخدرات والمؤثرات العقلية، فإن هذه المرحله تعتبر الوقت المناسب والمهم لتوجيه الأبناء، ومن الطرق المستخدمة لتوجيه الأبناء والحديث معهم هي:

1. سؤال الأبناء عن الأنشطة التي يستمتعون بها ومشاركتهم هواياتهم وتحديد أهدافهم.
2. مساعدة الأبناء في إدارة التوتر الناتج عن التغيرات الجسدية والنفسية في

هـذه المرحلـة عـن طريـق توعيتهـم بهـذه المرحلـة وطـرق إدارة التوتـر مثـل: ممارسـة الرياضـة أو القيـام بالأعمـال التطوعيـة والمجتمعيـة.

3. مساعدة الأبناء على إختيار الصديق الصالح والتعرف على أصدقائهم وكيفية تعامل الأبناء مع الآخرين.
4. أخبر أبنائك بأنك سوف تكون دائماً موجوداً لأخذهم من الأماكن التي يواجهون فيها المشاكل، وإذا كنت مشغولاً قم بتكليف شخص آخر.
5. اسمع لأبنائك واطرح عليهم بعض الأسئلة لتتعرف على اتجاهاتهم وقناعاتهم مثال ذلك " في أحد مشاهد التلفاز كان هناك شخص يتعاطى الكحول، هل تعتقد بأن الكحول مضر للصحة؟
6. علم أبنائك على كيفية الحصول على المعلومات الموثقة من المواقع الإلكترونية.
7. قم بتمثيل بعض أدوار مهارات الرفض للمخدرات لتعليم أبنائك على كيفية الرد في حالة عرض المخدرات عليهم.

## 4. طرق التعامل مع الأبناء في المرحلة العمرية ( 15– 18):

1. أكد على أبنائك بأن تعاطي المخدرات سوف يؤدي إلى تحطيم أحلامهم ويؤثر على التحاقهم في الكليات والجامعات وكذلك الحصول على الوظائف.
2. شارك أبنائك في وضع القواعد والمبادئ المنزلية ووضح لهم العواقب المترتبة على كسر هذه القواعد.
3. أظهر الإهتمام لأبناءك من خلال قضاء وقت مع كل واحد منهم على حده.
4. امدح أبنائك على الإنجازات التي يحققونها وإن كانت بسيطة.
5. اشرح لأبنائك الآثار القانونية والصحية المترتبه على تعاطي المخدرات والمؤثرات العقلية.
6. تعرف على الإتجاهات السائدة في المجتمع حول المخدرات والأنواع الجديدة التي تظهر من وقت إلى آخر وحذر أبنائك منها.





# مهارات الرفض الواجب تعليمها للأبناء:






### 1. كُن مُمازحاً:

في بعض الأحيان يكون للمزاح تأثير قوي في صرف الانتباه إلى موضوع آخر وتغير الحالة المزاجية؛ فعلى سبيل المثال تستطيع أن تقول: (ممازحاً) ليس لدي أموال لأنفقها على المواد المُخدّرة والمؤثرات العقلية، وسوف يتم الرد بأنها توزع مجاناً، وعندها يمكنك أن تقول: تجار المواد المُخدّرة والمؤثرات العقلية ليسوا رجالاً يديرون جمعية خيرية، ولن يتم توزيعها على المتعاطين بالمجان في كل مرة.

### 2. كن مستعداً لقول "لا" واستخدم المبررات التالية:

- لا ، المواد المُخدّرة والمؤثرات العقلية غير قانونية.
- لا ، أريد أن تكون نهايتي في السجن.
- لا ، أريد أن أخيب ظن أهلي بي وكذلك مجتمعي.
- لا ، فحياتي أفضل دون مخدرات.
- لا ، أريد أن أدمر صحتي.

### 3. تجاهل الاقتراح وغيّر الموضوع:

تظاهر بأنك لم تسمع، وتصرف بأن الموضوع ليس له أهمية لتتناقش فيه.

### 4. تجنب المواقف:

تجنب الأشخاص الذين تعلم أنهم يتعاطون المواد المُخدّرة والمؤثرات العقلية أو لديهم سلوكيات سلبية واختر أصدقائك بحكمة وكن مع الأشخاص الصالحين.

### 5. غادر المكان:

إذا وجدت الموقف خطراً غادر المكان بأن تقول مثلاً: يجب أن أذهب، لدي موعد، أو يجب أن أذهب لأن أبي سوف يأتي.

### 6. أقترح نشاطاً بديلاً:

من أسباب تعاطي معظم الشباب هو عدم وجود خيارات لقضاء وقت الفراغ ولذلك إن اقترحت القيام بنشاط معين مثل الذهاب إلى الأندية أو القيام بأعمال تطوعية فإن ذلك سوف يسهم في صرف التفكير عن التعاطي.

### 7. قوة العدد:

دائماً كن مع عدد من الأصدقاء الصالحين الذين لديهم أهداف في الحياة لتحقيقها؛ وذلك لأن(نحن أقوى من أنا).

# ماينبغي القيام به من عدمه أثناء التحدث مع الأبناء

**عدم القيام به**



لا تتعامل بغضب حتى ولو صرح الأطفال بأمور تصدمك، ولا تتوقع أن تكون كافة محادثاتك مع أطفالك مثالية، فهي لن تكون كذلك.

**يجب القيام به**



اشرح لهم المخاطر بلغة يفهمونها وحسب أعمارهم.



**عدم القيام به**



لا تفترض أن أطفالك يعرفون كيف يتعاملون مع الضغوطات المختلفة في تعاطي المواد المخدرة، بل عليك تثقيفهم وتعليمهم مهارات الرفض وكيفية التعامل مع الضغوطات بطريقة صحيحة كي يتمنكوا من اتخاذ قرارات صحيحة.

**يجب القيام به**



اشرح لهم لماذا لا تريدهم أن يستخدمون المخدرات والمؤثرات العقلية لأنها تضر بصحتهم الجسدية والعقلية وتضر بالدماغ مما تؤثر على قدرتهم على التركيز، والذاكرة، والمهارات الحركية وقد تؤدي إلى ضعف في التحصيل العلمي.

**عدم القيام به**



لا تتحدث دون أن تحسن الاستماع.

**يجب القيام به**



كن دائماً متواجداً لأبنائك وعلى استعداد للاستماع لهم.

# دور الوالدين في الكشف والتدخل المبكر

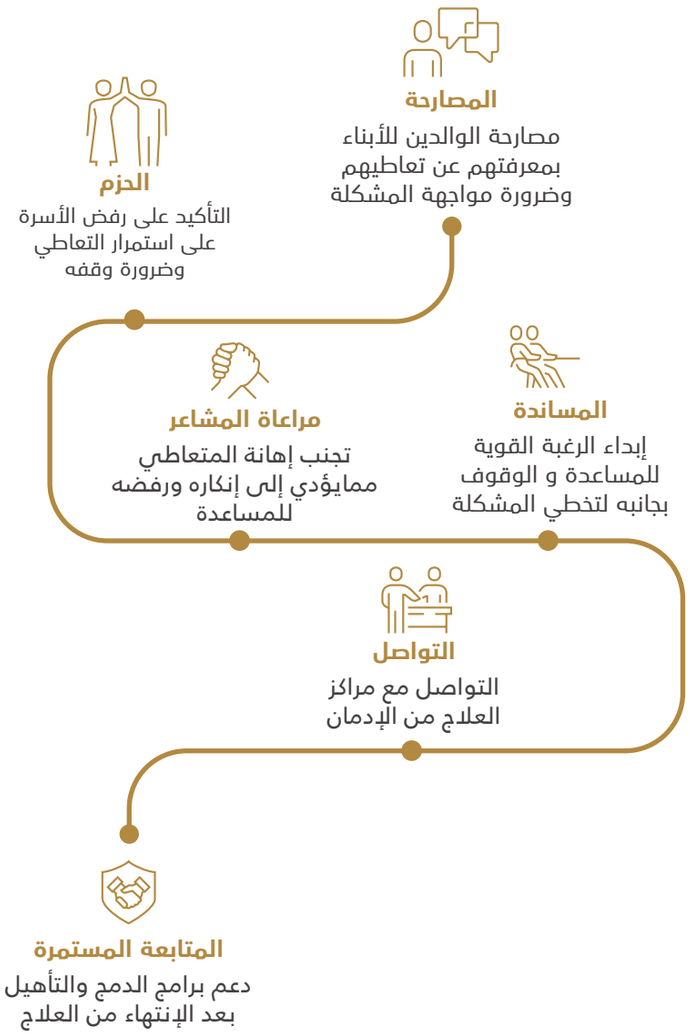
يجب على الوالدين أن تكون لهم القدرة على الكشف والتدخل المبكر، حيث أن التدخل المبكر سوف يسهم في حماية الأبناء من الإدمان والآثار الصحية المترتبة عليه، فإن هناك مهارات وطرق التعامل مع الأبناء في حالة الأشتباه بتعاطي المواد المخدرة وهي:






# دور الوالدين في العلاج وإعادة التأهيل

يتوجب على الوالدين دعم علاج أبنائهم ومساندتهم في كافة المراحل العلاجية والتأهيلية



الفصل الخامس

# القانون الإتحادي في شأن مكافحة المواد المُخدّرة



# القانون الإتحادي في شأن مكافحة المواد المخدرة

**المادة (43) من القانون الإتحادي رقم( 14 ) لسنة 1995 م في شأن مكافحة المواد المُخدّرة والمؤثرات العقلية وتعديلاته**

تبنّى المشرع الإماراتي نهجاً صارماً تجاه تجار ومروجي المواد المُخدّرة وأعد لهم عقوبات مشددة تصل إلى الإعدام لردعهم عن ممارسة نشاطهم الإجرامي ولم يكن متساهلاً مع تعاطي المواد المُخدّرة والمؤثرات العقلية فالتعاطي جريمة توجب العقاب ولكنه أبقى الأمل متاحاً لمن يتقدم لطلب العلاج وأعفاه من الدعوى الجنائية ويأتي ذلك لحماية المجتمع من آفة المواد المُخدّرة ودفع أضرارها عن الشباب.



# حالات لا تقام فيها الدعوى الجنائية

شجع القانون الإماراتي الأفراد الذين تورطوا في تعاطي المواد المُخدّرة ليتقدموا بطلب العلاج من الإدمان مما يترتب عليه عدم إقامة الدعوى الجنائية، ويمتد هذا التشجيع إلى زوج المدمن وأقاربه للدرجة الثانية، فالأب والأم والزوج والأخ والإبن وغيرهم لهم السلطة في حماية المدمن ومساعدته للتقدم بطلب العلاج له، فقد يكون المدمن مسلوب الإرادة، ولا يستطيع اتخاذ قرار طلب العلاج بنفسه، ويحتاج زوجة أو أقاربه للأخذ بيده نحو الحياة الصحية السليمة الخالية من المواد المُخدّرة.

حيث نصت المادة (43) بعدم إقامة الدعوى الجنائية على متعاطي المواد المُخدّرة إذا تقدم بطلب العلاج من تلقاء نفسه أو من زوجه أو من أحد أقاربه حتى الدرجة الثانية ، ويكون تقديم طلب العلاج إلى وحدة علاج الإدمان أو إلى النيابة العامة أو إلى الشرطة وعلى المتعاطي تسليم ما يحوزه من مواد مخدرة أو مؤثرات عقلية، وعليه أيضاً الإلتزام بالخطة العلاجية.

الفصل السادس

# خدمات العلاج وإعادة التأهيل في دولة الإمارات

# خدمات العلاج وإعادة التأهيل

نظراً للأهمية التي توليها الدولة في علاج متعاطي المواد المخدرة قامت الدولة بتوفير المراكز العلاجية المتخصصة في أنحاء الدولة والتي تهدف إلى توفير التدخلات اللازمة كالعلاج وإعادة التأهيل لضمان تعافي المدمن وعودته من جديد إلى المجتمع كفرد منتج وناجح مع ضمان الخصوصية والسرية





# اعلم أخي المتعاطي أن

## جميع المراكز الموجودة في دولة الإمارات العربية المتحدة تقدم خدمات العلاج بسرية تامة

### أبوظبي

- **مستشفى خليفة**
جناح العلوم السلوكية
028196900

- **المركز الوطني للتأهيل**
8002252

### دبي

- **مركز إرادة للعلاج والتأهيل**
042399992

- **مستشفى الأمل**
045192100

### الشارقة

- **مركز التأهيل الخاص**
065119000




البرنامج الوطني للوقاية من المخدرات
National Program for Drugs Prevention

خدمة مكافح
80044

@Siraj_UAE