المخدرات وهم الشعور بالرضا وكيفية محاربتها والقضاء عليها

تعد قضية المخدرات واحدة من أخطر التحديات التي تواجه المجتمعات المعاصرة، وتكمن خطورتها القصوى في قدرتها على خداع العقل البشري وسلب إرادته من خلال التلاعب بكيمياء الدماغ.

المخدرات: وهم الشعور بالرضا

يعتمد تأثير المخدرات على العقل من خلال استغلال **"نظام المكافأة** (Reward System) "الطبيعي في الدماغ. إليك كيف يتم هذا الخداع:

- **الخداع الكيميائي:** ترفع المواد المخدرة مستويات "الدوبامين) "ناقل عصبي مسؤول عن الشعور بالسعادة والمكافأة (إلى مستويات غير طبيعية وفائقة، مما يخلق حالة من "النشوة الزائفة "التي لا تعكس إنجازاً حقيقياً أو رضاً نفسياً مستحقاً.
- **تعطيل المسارات الطبيعية:** مع الاستمرار في التعاطي، يتكيف الدماغ مع هذه المستويات العالية، مما يجعل المتعاطي غير قادر على الشعور بالسعادة من الأنشطة اليومية البسيطة)مثل الهوايات أو التواصل الاجتماعي(، ويصبح الدماغ أسيراً للمادة المخدرة فقط ليتمكن من ممارسة وظائفه الأساسية.
- **الرضا الوهمي:** هذا الشعور بالرضا هو "وهم "لأن ثمنه باهظ؛ فهو يستهلك الصحة النفسية والجسدية، ويدمر القدرة على اتخاذ القرار، ويؤدي في النهاية إلى فقدان الذات والارتباط بالواقع.

كيفية محاربة المخدرات والقضاء عليها

تتطلب مواجهة هذه الآفة تضافر جهود المجتمع، بدءاً من الفرد وصولاً إلى المؤسسات الكبرى، وفق استراتيجيات متعددة الأبعاد:

1. الوقاية والتوعية المبكرة)خطة الدفاع الأولى(

- **التربية والتثقيف:** إدراج برامج توعوية في المناهج الدراسية توضح مخاطر المخدرات ليس فقط من الناحية الصحية، بل من الناحية العلمية)كيفية تأثيرها على الدماغ ونظام المكافأة.(
- **تمكين الشباب:** تعزيز دور الشباب في اتخاذ القرار وتنمية مهاراتهم في التعامل مع الضغوط النفسية والاجتماعية، مما يقلل من احتمالية اللجوء للمخدرات كهروب من الواقع.

2. الدور المجتمعي والأُسري

- **الأسرة الواعية:** تشجيع التواصل المفتوح والصحي داخل الأسرة، ومراقبة التغيرات السلوكية للأبناء دون إشعارهم بالرقابة الخانقة، بل بالدعم والاحتواء.
- **البيئة البديلة:** توفير مراكز للأنشطة الثقافية، والرياضية، والاجتماعية التي تفرغ طاقات الشباب وتنمي لديهم شعوراً حقيقياً بالإنجاز والرضا بعيداً عن وهم المخدرات.

3. المواجهة التشريعية والأمنية

- **الرقابة الصارمة:** تكثيف جهود الأجهزة الأمنية في ضبط المنافذ وتفكيك شبكات التهريب والترويج.
- **العدالة العلاجية:** تغيير النظرة للمتعاطي من "مجرم "إلى "مريض "يحتاج إلى علاج، مع توفير مراكز إعادة تأهيل متخصصة توفر السرية التامة والدعم النفسي والطبي.

4. دور العلم والمؤسسات الأكاديمية

- **دعم الأبحاث:** تشجيع الدراسات العلمية حول أسباب الإدمان وطرق العلاج الأكثر فعالية بما يتناسب مع طبيعة المجتمع المحلي.
- **تفعيل المؤسسات:** استخدام المنصات التعليمية)مثل الجامعات والمراكز التخصصية (لنشر الوعي العلمي المبني على الحقائق، بعيداً عن أسلوب التخويف التقليدي، واستبداله بأسلوب التوعية بالحقائق النفسية والفسيولوجية.