آمار ۱۲/۶ درصدی افسردگی در کشور

علی اسدی، معاون دفتر سلامت روان، اجتماعی و اعتیاد وزارت بهداشت گفت: آمار کل اختلالات روان پزشکی بر اساس پیمایش ملی سال های گذشته حدود ۲۳/۶ درصد است. آمار افسردگی نیز به صورت اختصاصی حدود ۱۲/۶ درصد و اختلالات اضطرابی نیز ۱۴/۵ درصد است. اینکه در حال حاضر این رقم تغییر کرده یا خیر مشخص نیست.

حال ناخوش مراکز مشاوره

گروه اجتماعی
info@khorasannews.com

پیرمرد باکت و شلواری مرتب و اتوکشیده در حیاط بیمارستان اعصاب و روان منتظر ساعت ملاقات ایستاده است، وی بازنشسته یکی از ارگان های دولتی است و پسرش را در بیمارستان اعصاب و روان بستری کرده است. وقتی از روزهای خوب زندگی‌شان تعریف می کند، اشک در چشم‌هایش حلقه می‌زند . بغضش را فرومی‌خورد و می گوید: «پسر من جزو نخبه‌های تحصیلی و ورزشی بود، نمی دونم چی شد که یک‌دفعه این اتفاق افتاد. ما چهارده سال پیش متوجه گوشه گیری های غیر معمول پسرمون شدیم که البته اون زمان بیشتر شبیه یک افسردگی ساده بود و به بیماری اعصاب و روان تبدیل نشده بود و حال‌وروز الانش رو نداشت. پیش یه روانشناس بردیمش، اما اون آقا حتی یک نگاه توی صورت پسر ما نینداخت و هی نسخه داد و گفت بریم و وقت بگیریم و فلان تاریخ دوباره واسه مشاوره بیایم پیشش، هر روز حال پسرمون بدتر شد. ما تمام این شهر رو به امید بهتر شدن حال وروز بچه مون به دنبال یک روانشناس که به دادمون برسه گشتیم، اما حال پسرم بهتر نشد، یکی از روانشناس ها می گفت که« نظارت دقیقی واسه رسیدگی به خطاهای حوزه روانشناسی وجود نداره». الان اوضاع پیچیده‌تر هم شده، نمی دانم چرا وزارت علوم از هر دانشگاهی مدرک روانشناسی صادر می کنه. مثلا من که توی یه دانشگاه به‌صورت غیرحضوری مدرک می گیرم و حتی یک واحد عملی نگذروندم می تونم روی اعصاب و روان آدم‌ها نظریه‌پردازی کنم و یا مشاوره بدم؟ اونم به یک نفر که اطلاعات و علمش چند برابر من است ؟البته شنیدم نظام روانشناسی و بهزیستی نظارت‌هایی دارند ولی نظارتشون خیلی دقیق نیست ،وزارت بهداشت قرار شده کارهایی انجام بده که کیفیت درمان بهتر بشه ولی تا حالا که کاری انجام نداده. پسر من بعد از چهارده سال درمان و مشاوره الان به جایی رسیده که اعتماد به‌نفسش رو کاملا از دست داده و حتی تنهایی تا سر کوچه نمی تونه بره، حتی نمی تونه بره حمام، نمی دونم بعد از ما پسرمون می خواد چطوری زندگی کنه.» پیرمرد حالا باید پسرش را در لباس بیماران اعصاب و روان آن‌هم چند ساعت در هفته ملاقات کند. وی در حرف‌هایش دائم این جمله را تکرار می‌کرد: «من نمی دونم چند نفر توی کشور دارن مثل من تاوان تخصص نداشتن یک عده رو میدن که اسم خودشونو گذاشتن روانشناس، من نمی گم همشون نابلدند میگم نظارت‌ها توی این حوزه باید مدیریت بشه».

■ آشفته بازار مشاوره‌ها

با توجه به گسترده شدن شهر ها و زندگی شهری و تشدید بیماری هایی همانند افسردگی، هر روز بیشتر به روانشناس و مشاور نیاز داریم. چندی پیش وزیر بهداشت با بیان اینکه میزان افسردگی در کشور ما بسیار است، گفت: "۱۲/۶ درصد از جامعه ما بیماری افسردگی دارند و این موضوع نیاز به درمان دارد." البته این نکته را باید یادآور شد که افسردگی تنها یکی از مواردی است که برای درمان آن باید به روانشناس و مشاور مراجعه کرد. مسائل خانوادگی تحصیلی و... نیز از دیگر مسائلی است که به مشاوره نیاز دارد، به همین دلیل هر روز از سوی جامعه نیاز به مراجعه به روانشناسان بیش از پیش احساس می شود اما نکته ای که باید به آن توجه کنیم این است که آیا می توان به هر مشاور و روانشناسی اعتماد کرد؟ در حال حاضر اشکالات زیادی در سیستم آموزشی روانشناسی و دفاتر متعدد مشاوره وجود دارد به عنوان مثال می توان به این نکته اشاره کرد که خروجی دانشجوها از دانشگاه های مختلف در رشته روانشناسی بسیار بالاست و در بسیاری از موارد ما با کارشناسانی روبه رو می شویم که از بیکاری رنج می برند. این حرف ها را یکی از کارشناسان رشته روانشناسی بیان می کند و می گوید: یک دانشجو که فارغ التحصیل رشته روانشناسی بود موضوع بیکاری اش چند سال بعد از گرفتن مدرکش را با گریه برای من تعریف می کرد. سوال اینجاست که روانشناسی که در ابتدای ورود به بازار کار با این میزان سر خوردگی مواجه می شود آیا در آینده می تواند یک روانشناس و مشاور مورد اعتماد در جامعه باشد؟

این کارشناس صحبت هایش را اینطور ادامه می دهد: «یکی از اشکالات دیگری که در مورد سیستم آموزشی ما مطرح است این نکته است که یک نفر که مدرک کارشناسی خود را در یک رشته غیر مرتبط با روانشناسی گرفته بنا به هر دلیلی مدرک کارشناسی ارشد خود را در یکی از دانشگاه ها در رشته روانشناسی می گیرد و بنده مواردی را سراغ دارم که فردی برای ارتقای درجه شغلی مشغول به ادامه تحصیل در رشته روانشناسی شده و به صورت مستقیم و یا غیر مستقیم به مشاوره افراد می پردازد . به نظر من اگر در این مورد فکری نشود به زودی شاهد اتفاقات ناخوشایندی در این زمینه خواهیم بود که یکی از آنها بی اعتمادی جامعه نسبت به روانشناس ها است و نتیجه این بی اعتمادی گسترش بیماری های اعصاب و روان در سطح جامعه است.»

■ سلامت شوخی بردار نیست

آموزش روان شناسان به صورت تئوری و جای خالی دوره های کارورزی یکی دیگر از اشکالات موجود در سیستم آموزشی است که در رشته روانشناسی مشاهده می شود. دکتر مهدی بنی اسدی «روانپزشک» در این باره می گوید: «با توجه به فضای موجود و مسیری که زندگی انسان ها در آن در حال شکل گیری است این موضوع به شدت احساس می شود که باید افرادی برای درمان مسائل مربوط به اعصاب و روان انسان ها تربیت شوند و دلیل اینکه دانشگاه های زیادی به تربیت روانشناس می پردازند چیزی جز این نیست اما نکته اینجاست که آیا روشی که استفاده می شود روش درستی است ؟ در پاسخ باید گفت خیر .زیرا تربیت کارشناس در این رشته به صورت تئوری و تنها با اکتفا به تدریس چند کتاب و مقاله آسیب های زیادی به جامعه وارد می کند . باید دانشجویان این رشته به صورت عملی با بیماران ارتباط مستقیم داشته باشند. در انگلستان برای آموزش روانشناسان بالینی روال آموزشی به این شکل است که نیمی از دوره آموزشی را باید در کنار بیماران باشند و گاهی این ساعت های آموزشی به دو هزار ساعت می رسد. بعد از آموزش روانشناسان بالینی متخصص به سبکی که توضیح دادیم باید مسئولان به این نکته توجه داشته باشند و شرایطی را ایجاد کنند که چنانچه یک بیمار بعد از مراجعه به یک روانشناس و یا مشاوره به دلیل کیفیت پایین مشاوره انجام شده و یا استفاده از روشهای نادرست درمانی دچار آسیبهای روحی و روانی شد مسئولان مرجعی را برای پاسخگویی و رسیدگی به شکایات این بیماران ایجاد و معرفی کنند، مرجعی که در حال حاضر نبود آن به شدت احساس می شود و می بایست برنامه ریزان و مسئولان ما به این نکته توجه ویژه‌ای داشته باشند زیرا فضای سلامت فضای شوخی برداری نیست. دکتر مهدی بنی اسدی در مورد هزینه های سنگین روانشناسی و پوشش ندادن خدمات بیمه‌ای در این حوزه می گوید: «بعضی از بیماران که جزو طبقات ضعیف تر جامعه هستند نسبت به هزینه های مشاوره ها اعتراض می کنند و به دنبال یافتن دلیل این سوال هستند که چرا بیمه ها ویزیت این مشاوره ها را تحت پوشش قرار نمی دهند. بعضی از مسئولان در پاسخ به این سوال می گویند: به این دلیل که رشته روانشناسی زیر نظر وزارت بهداشت نیست و روانشناسان زیر نظر وزارت بهداشت تربیت نشده اند در نتیجه این وزارت خانه قادر به حمایت از آن ها برای تحت پوشش بیمه قرار دادن این خدمات نیست . این موضوع باعث شده که افراد کم درآمد جامعه با وجود نیاز به مشاوره از مراجعه به روانشناس خودداری کنند». این روانپزشک در ادامه می گوید: «در اهمیت علم روانشناسی هیچ شکی نیست و به همان اندازه که به سلامت جسم اهمیت داده می‌شود باید به سلامت روان نیز توجه شود. به اعتقاد بنده در بیمارستان‌ها و درمانگاه‌ها باید قسمتی به عنوان مشاوره بالینی هم وجود داشته باشد تا علاوه بر مداوای بیماری های جسمی به مسائل مربوط به اعصاب و روح و روان بیمار نیز پرداخته شود».

■ روانشناس یا فقط یک شنونده خوب؟

روی چمن های پارک نشسته بود، موهایش را تازه زده بود و می گفت: «می خواهم همزمان با رشد موهایم خیلی چیزها رو فراموش کنم و شخصیت خودم تغییر کنه و حالم بشه یه حال خوب» چندین بار برای بهتر شدن حالش به روانشناس های مختلف مراجعه کرده بود. او درباره مراجعاتش می گفت: «روانشناس ها اصولا شنونده های خوبی هستند. من به جلسات مختلف مشاوره رفته ام و موارد زیادی بوده که چندین جلسه به مشاوره رفتم اما مشاور هیچ حرفی نمی زد و یا حرف هایی می زد که من در مورد آن مسائل اطلاعات بیشتری از مشاور داشتم. در یکی از مواقعی که وضعیت حادی داشتم و به شدت از لحاظ روحی بهم ریخته بودم و نیاز به مشاوره فوری داشتم مشاوری که پیش ایشان می رفتم در دسترس نبود و قرار شد با یک مشاور دیگر هماهنگ کنم و پیش او بروم اما متاسفانه با وجود تاکید من برای سه ماه بعد از تماسم زمان تعیین کردند و من به یکی از مراکز مشاوره دیگر زنگ زدم و آن مرکز توسط چند مشاور به صورت گروهی اداره می شد بعد از آنکه به آن مرکز مشاوره رفتم خبردار شدم مشاوری که با بنده صحبت می کند به صورت پاره وقت با آن مرکز همکاری می کند. وی بعد از مدت کوتاهی شروع به درد دل کرد و گفت: از شرایطش به هیچ عنوان راضی نیست. حالا سوال اینجاست ،روانشناسی که با اعصاب و روان یک انسان سرو کار دارد اگر از شغل و کاری که دارد احساس نارضایتی کند آیا می تواند در باز گرداندن آرامش برای بیماری که به او مراجعه کرده موثر باشد؟ من بعد از آن ماجرا با هر مشاوری که صحبت می کنم نوعی شک در ذهنم به وجود می آید» بعضی از روانشناس ها بعد از چند جلسه به این نکته اشاره می کنند که با مصرف دارو به صورت کلی مخالفند. در صورتی که در بعضی از موارد یک بیمار نیاز به مراجعه به روانپزشک و استفاده از دارو دارد اما این دست مخالفت ها باعث عقب افتادن زمان درمان این بیماران در بیمارستان و تحت نظر روانپزشک قرار گرفتن می شود». ویزیت ها به شدت گران است و مسئولان ما باید فکری به حال این موضوع بکنند و شرایطی را به وجود بیاورند که اقشار ضعیف جامعه هم بتوانند به مراکز مشاوره بروند. من مبلغی حدود هفتصد هزار تومان هزینه کردم. حس خوبی داشتم و این نتیجه یک یا دو مشاور خوب در بین چندین مشاور بود.

■ راه حل چیست؟

نظام روانشناسی یکی از مراجع رسیدگی به حقوق بیماران و روانشناسان است که با نظارت بر فعالیت های روانشناسان دارای مجوز از سازمان روانشناسی که اعضای سازمان نظام روانشناسی به شمار می آیند در قالب آیین نامه هایی به دفاع از حقوق بیماران و روانشناسان می پردازد. دکتر اصغری پور نایب رئیس نظام روانشناسی استان خراسان رضوی در رابطه با مشکلات موجود در عرصه روانشناسی و مشاوره به روزنامه خراسان می گوید: «امروزه در حوزه روانشناسی اتفاقاتی در حال رخ دادن است که مجموعه ای از افراد که نه مدرک مرتبطی با روانشناسی دارند و نه مجوزی را از سازمان نظام دریافت کرده اند و فقط به دلیل داشتن فن بیان خوب از ناآگاهی جامعه استفاده می کنند، با صحبت هایشان که چیزی شبیه به مشاوره است لطماتی را بر روان جامعه وارد می کنند. به عنوان مثال افرادی در مورد مسائلی از قبیل ازدواج به آنها مراجعه می کنند و به دلیل روش اشتباه مشاوره دادن آسیب می بینند و در نتیجه به تمامی روانشناسان بد بین می شوند اما به دلیل اینکه این افراد به ظاهر مشاور، زیر نظر نظام روانشناسی نیستند ما نمی توانیم با آنها برخورد کنیم. در اینجا قوه قضائیه باید به دلیل اینکه یک جرم علیه عموم جامعه در حال رخ دادن است اقدامات بازدارنده ای را انجام دهد که متاسفانه در حال حاضر این کار انجام نمی شود. ماجرای مشاوره ها به همین جا ختم نمی شود و گاهی شامل ارائه مشاوره هایی از سوی برخی افراد مثل مددکاران اجتماعی یا بعضی روحانیون می شود که این امر هم نیاز به پیگیری هایی دارد و در این باره باید گفت که این نوع مشاوره ها به ساختار باور های یک جامعه نسبت به مشاوره ها و افراد متخصص در این زمینه آسیب های جدی را وارد می کند و موجب تغییر نگاه جامعه به جلسات مشاوره می شود. این موضوع در دراز مدت باعث به خطر افتادن امنیت روانی جامعه خواهد شد.» دکتر اصغری پور ادامه می دهد: «آیین نامه های نظام روانشناسی به ما تنها در مورد افرادی که عضو این نظام باشند اجازه نظارت می دهد و طبیعتا افرادی که زیر مجموعه نظام روانشناسی نیستند شامل نظارت ما نمی شوند.» اصغری پور در پاسخ به این سوال که ثبت نشدن اطلاعات و صحبت های مراجعین به بهانه حفظ اسرار مراجع (که یکی از مراحل کار روانشناس است) آیا مراحل رسیدگی به تخلفات را با مشکل روبه رو نمی کند ؟ می گوید: «به یقین در حرفه ما هم تخلفات و اشتباه هایی وجود دارد که به هر حال این تخلفات قابل رسیدگی است. البته در بعضی از موارد بیمار هم مقصر است چرا که گاهی با ادامه ندادن مراحل درمان به نتیجه مطلوب نمی رسد و بعد از مدتی می گوید مشاوره ها بی فایده بوده است». نایب رئیس نظام روانشناسی استان خراسان رضوی درباره چگونگی شناختن مشاور و روانشناس ها از نظر مهارت شغلی می گوید: «باید توسط رسانه ها نظام روانشناسی را به مردم معرفی کنیم و افراد جامعه با تماس با سازمان نظام روانشناسی قبل از مراجعه به هر روانشناسی راهنمایی های لازم را از این نظام بگیرند و از طرفی روانشناسانی که دارای مجوز نظام روانشناسی هستند دارای تابلوهای مشخصی در محل کارشان هستند که شماره نظام معمولا روی تابلوی روانشناس ها درج شده و از طرفی با مراجعه به سایت نظام می توانند روانشناسان عضو نظام روانشناسی را برای مراجعه بشناسند». دکتر اصغری پور در مورد حذف دوره های کارورزی و تبعات ناشی از آن می گوید: «دانشگاهها و موسسات آموزش عالی باید فکری به حال این موضوع بکنند و دانشجو باید بعد از طی مراحل کارورزی وارد بازار کار شود و این انتقاد به نظام آموزشی ما وارد است. فارغ التحصیلان باید تا مدتی زیر نظر افراد متخصص کار کنند. ما در نظام روانشناسی با هدف رفع این مشکل در مصاحبه های تخصصی به شدت روی این موضوع تمرکز داریم و بعد از اطمینان از تخصص روانشناسان کد نظام را صادر می کنیم اما باز هم می گویم که باید نظام آموزشی چاره اندیشی کند».

■ فقط یک دکوراسیون خوب

وارد مرکز مشاوره که می شوم دیوارها با کاغذ دیواری لیمویی رنگ پوشیده شده اند ،گوشه ای از سالن انتظار با دکوراسیون سنتی و رنگ بندی های ملایم تزئین شده است ،تناسب در چینش وسایل تزئینی به خوبی دیده می شود .منشی مرکز مشاوره پشت میز نشسته و دائم انگشتش را روی صفحه گوشی اش جابه جا می کند، گاهی لبخند ملایمی گوشه لبش می آید و گاهی سرش را روی میز می گذارد و شانه هایش تکان می خورد. یاد صحبت های یکی از مراجعان می افتم که می گفت: «داشتن یک دکور خوب اصلا بد نیست اما اینکه مرکز مشاوره تنها به یک دکور خوب ختم شود و در آن مشاور متخصصی وجود نداشته باشد بد است». گزارش را از ابتدا در ذهنم مرور می کنم، نداشتن تخصص کافی بعضی روانشناس ها، نبود مرجع رسیدگی به شکایات مراجعان، حذف دوره کارورزی، قیمت بالای ویزیت برخی از روانشناس ها، بی بهره بودن مردم با توان مالی ضعیف از خدمات روانشناسی، زیر پوشش بیمه قرار نگرفتن خدمات روانشناسی و.....

منشی مرکز مشاوره ای که به آنجا سر زده ام هنوز انگشتش را روی تلفن همراهش جابه جا می کند . گاهی لبخند ملایمی گوشه لبش می آید و گاهی سرش را روی میز می گذارد و شانه هایش تکان می خورد. بلند می شوم و از مرکز مشاوره بیرون می آیم.

اخبار

کارگروه روانشناسی شورای تحول از تدوین برنامه رشته های روانشناسی خبر داد

رئیس کارگروه روانشناسی شورای تحول آخرین وضعیت رشته هایی را که در این کارگروه ایجاد شده است تشریح کرد.

به گزارش سایت اخبار روانشناسی «سایک نیوز» به نقل از خبرگزاری مهر، علی فتحی آشتیانی رئیس کارگروه روانشناسی شورای تحول با اشاره به آخرین وضعیت رشته هایی که در کارگروه روانشناسی شورای تحول و ارتقای علوم انسانی تصویب شده و یا اینکه مراحل نهایی را طی می کند، گفت: رشته روانشناسی در مقطع کارشناسی سال ۹۳ از ادغام تمام گرایش های روانشناسی و مشاوره ایجاد و بعد از تصویب به دانشگاه ها ابلاغ شد.

وی ادامه داد: بعد از ایجاد و ابلاغ رشته کارشناسی روانشناسی، کارشناسی ارشد روانشناسی دین، کارشناسی ارشد روانشناسی صنعتی سازمانی، دکترای تخصصی روانشناسی صنعتی سازمانی و دکترای تخصصی خانواده و سلامت جنسی تصویب و برای اجرا ابلاغ شده است.

رئیس کارگروه روانشناسی شورای تحول و ارتقای علوم انسانی افزود: چند برنامه نیز در حال طی کردن مراحل نهایی در شورای تحول و ارتقای علوم انسانی است که می‌توان به کارشناسی ارشد مشاوره مدرسه، کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، کارشناسی ارشد مشاوره شغلی، کارشناسی ارشد مشاوره توانبخشی، کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی و دکترای تخصصی روانشناسی تربیتی اشاره کرد. فتحی افزود: برنامه های کارشناسی ارشد روانشناسی کودکان با نیازهای ویژه، دکترای روانشناسی کودکان با نیازهای ویژه، کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی و دکترای تخصصی روانشناسی بالینی نیز از جمله برنامه هایی هستند که پیشرفت ۸۰ درصدی داشته و در حال نهایی شدن هستند.

اخبار اختلال دوقطبی درصدر معضلات روانی

بررسی های وزارت بهداشت حاکی از آن است که در چند سال اخیر، بیماری‌ها و اختلالات روانی در میان ایرانی‌ها رو به افزایش است. یک درصد از این اختلالات در زمره انواع شدید به‌شمار می‌رود و اسکیزوفرنی، اختلال دوقطبی و جنون از اختلالات شدید روانی هستند؛ البته شایان ذکر است میزان شیوع اختلالات روانی شدید در ایران با آمارهای جهانی تفاوتی ندارد اما اختلالات روانی همچون افسردگی و اضطراب که در حال حاضر مهم‌ترین و شایع‌ترین اختلالات روانی در کشور بوده‌اند، نسبت به برخی جوامع در صدر است که در بین زنان شایع‌تر است اما در مورد اختلالات شدید، اختلال دوقطبی شایع‌ترین اختلال حال حاضر در جامعه کنونی ماست. به گزارش سایت روانشناسی «سایک نیوز»، این اختلال، نوعی اختلال خلقی و یک بیماری روانی است که افراد مبتلا به آن دچار تغییرات شدید خلقی می‌شوند. شروع بیماری معمولا با دوره‌ای از افسردگی همراه است و پس از یک یا چند دوره افسردگی، دوره شیدایی آشکار می‌شود. در هر صورت این اختلال یک ناراحتی با شیوع زیاد است و افراد زیادی را در تمام دنیا از جمله ایران رنج می‌دهد اما خبرهای خوبی هم شنیده می‌شود؛ اینکه اختلال مذکور قابل درمان است و افرادی که به این بیماری مبتلا هستند، می‌توانند زندگی خوب و سازنده‌ای داشته باشند. این اختلال یک بیماری درازمدت است؛ بنابراین درمانی طولانی‌مدت را می‌طلبد. اختلال دوقطبی می‌تواند بسیار نوسان‌دار باشد در نتیجه ممکن است نوع درمان به‌طور مرتب عوض شود. درمان آن گاهی ضدافسردگی است و گاهی ضدشیدایی. آسیبی که این بیماری در زندگی انسان بر جسم، روان و زندگی اجتماعی و فرهنگی او وارد می‌کند، بسیار شدیدتر از بیماری‌های جسمی دیگر است.

دانش آموختگان روانشناسی به کمک درمان اعتیاد می آیند

سخنگوی ستاد مبارزه با مواد مخدر گفت: قرار است تا با هماهنگی انجام شده با سازمان نظام روانشناسی و مشاوره کشور از دانش آموختگان این رشته برای کمک به درمان اعتیاد استفاده شود. به گزارش ایرنا، پرویز افشار اظهار کرد: تفاهم نامه مربوطه در این خصوص با سازمان نظام روانشناسی کشور که سازمان مهمی به شمار می آید، منعقد شده است تا از دانش آموختگان مقاطع کارشناسی ارشد و دکترای این سازمان برای مشاوره و کمک به درمان اعتیاد کمک گرفته شود. وی افزود: داوطلبانی که قصد همکاری در این حوزه را دارند باید حتما گواهی فنی لازم را از سازمان نظام روانشناسی و مشاوره کشور کسب کرده باشند. افشار اظهار کرد: روانشناسان یاد شده می توانند در درمان هایی از جمله درمان مواد محرک که اتفاقا درمان دارویی ندارد کمک موثری باشند؛ چرا که در این قبیل درمان ها فرد معتاد را باید الزاما به روش روان درمانی و مشاوره ای بهبود بخشید. شایان ذکر است این دومین تفاهمنامه ای است که طی سال جاری توسط ستاد مبارزه با مواد مخدر با دستگاه های اجرایی برای کمک به بهبود و پیشگیری از اعتیاد به امضا می رسد. نخستین تفاهمنامه طی هفته گذشته با سازمان نظام وظیفه به امضا رسید و سربازان مکلف شدند تا برای دریافت کارت پایان خدمت خود الزاما دوره های آموزشی پیشگیری از اعتیاد را بگذرانند. در زمان حاضر و بر اساس آمار رسمی یک میلیون و ۳۲۵ معتاد در کشور داریم.

حرف هایتان را با ما به گوش مسئولان برسانید

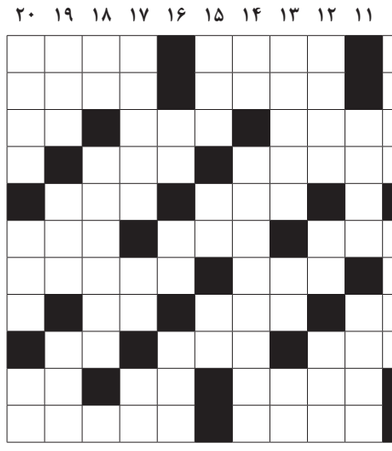
ستون «حرف مردم» روزنامه خراسان انعکاس دهنده صادق دیدگاه ها، نظرات، انتقادات و مشکلات شما است.

شماره پیامک 2000999

ستون حرف مردم سلام
لطفا به مسئولان بگویید که...

جدول متوسط [شماره ۶۸۵۴]

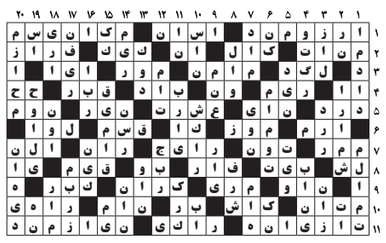
طراح جدول: مجید شادروح



افقی: ۱- ترازنامه - بخشنده - ابریشم سفید - لای جامه ۲- اگر - آبادی - جاری - زیرکی - سلام ۳- بالای فرنگی - ایتالیای قدیم - نازک - چریدن - برکت ۴- تصدیق بیگانه - کرشمه - هماهنگی - مرغ سعادت ۵- جوانی که تازه داماد شده - تابناک - طناب - منزل ۶- پاک از گناه - گوسفند ماده - جاده - شکاف - غوطه ور ۷- مدرک - بوستان - اجرت - رزمایش ۸- امر به سکوت - کیسه - قله زاگرس - درون ۹- بینش - ظاهر ساختمان - مفلس - بیهوشی - برج داستانی ۱۰- شناس - سرزمین - پرنیان - ماه سرد - واحد سطح ۱۱- الهام بخش - پایتخت آذربایجان - شهری در کرمان - حالا

عمودی: ۱- حرف همراهی - پهلو - آهسته ۲- چین و چروک - مهار شتر - رتبه کارمندی ۳- سابقه - عدد منفی ۴- نام آذری - ازادات تشبیه - دستگاهی که نیروی مکانیکی را به نیروی الکتریکی تبدیل می کند ۵- رود - لحظه - زهر ۶- درخت زبان گنجشک - تیر پیکاندار - نزاکت ۷- استان غربی کشورمان - حرف انتخاب ۸- چهره - کسوت و لباس - افسرده ۹- نابود و ضایع - گریز - فلانی ۱۰- واحد پول ترکمنستان - سیاهی ۱۱- ملون - کمیاب ۱۲- بحر - صریح - دورویی ۱۳- شکسته - رفوزه - شامه نواز ۱۴- بند - طلبکار ۱۵- پوچ و خالی - جنس خشن - مادر عرب ۱۶- راه میان بر - اندک - به جا آوردن ۱۷- جویدنی معروف - گوشت ترکی - عدد پیشرو ۱۸- راز - ساز ساخته افلاطون ۱۹- دام - نوعی یقه - عشق فرنگی ۲۰- صف - محکم - رود اروپایی

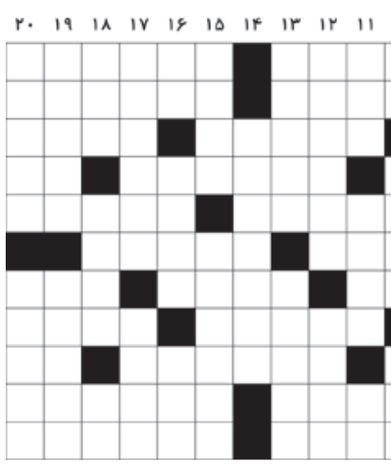
حل جدول شماره ۶۸۵۳



جدول سخت [شماره ۸۵]

طراح جدول: بیژن گورانی

افقی: ۱- پایتخت لیختن اشتاین - دلیل و برهان آوردن - از بین رفتن نور ۲- بسیار مرموز و حیله گر - از تیم های فوتبال باشگاهی ایتالیا - بلندترین آبشار ایران که در لرستان واقع است ۳- راهی که به آخر نمی رسد! - شهری در کانادا - مجمع الجزایری در جنوب غربی اقیانوس کبیر - قلزم ۴- شادمانی - اندیشه - میوه لهیده و نرم شده - بدن بی سر! ۵- خالی - آشکار - اسبابی برای رسم خط عمود - چهره نما ۶- سزاوار نفرین - نوعی ساز بادی - رمان مشهور رضا امیر خانی، نویسنده معاصر ۷- غیر واقعی - گوشه ای در آواز ابوعطا - آتش - مرد زن مرده ۸- دشنام دادن - معامله پایاپای - دریا - زبانه آتش ۹- داخل - پرنده ای سبکبال - امواج بلند دریا که در اثر آتشفشان و زلزله ایجاد می شود - نت پنجم ۱۰- سست و بی حال - سال یازدهم ترکی - پایتخت باهاما ۱۱- گوشه ای در دستگاه همایون - ابتدا، آغاز - زبانی از شاخه زبان های سامی.

عمودی: ۱- بخش معرفی عناوین و موضوعات کتاب - بسته شده ۲- پایین دیوار - تلافی ۳- بله روسی - خانه ساحلی - پشت سر ۴- از آثار مشهور گوته آلمانی - ارزشی که یک فرد برای خود قائل است ۵- خالکوبی - قدرت و نیرو - نشانه صفت تفضیلی ۶- خورد و خوراک - اعلان ۷- نگاه کردن ۸- جریان سیل آسای رودخانه - واگذار کردن ۹- فرار سیدن - کرم روده انسان ۱۰- داخل - میمنت - شانه، دوش ۱۱- بهشت - پوستین دوز - ضمیر انگلیسی ۱۲- بالکن - پنج دندان عقب دهان ۱۳- فرعی - نشاسته ۱۴- گل های برجسته که بار شته های نقره یا طلا روی پارچه می دوزند ۱۵- پایان و آخر - برات مدت دار در تجارت خارجی ۱۶- خاندان - عقیده - از پونه بدش می آید! ۱۷- اعتقاد به ظهور منجی - جریان متناوب برق ۱۸- گناه و معصیت - سردار - دوتا الف ۱۹- گوش فرا دادن - قلب قرآن ۲۰- بی همتا - سراینده غزلیات شمس.

حل جدول شماره ۸۴