



## مبادئ المنع الأساسية

هناك بضعة مبادئ هامة ينبغي لك أن تتبّعها وأنت بصدد إنشاء برامج لمنع إساءة استعمال المخدرات. وليس المقصود بهذه المبادئ بأي حال من الأحوال أن تحد من خياراتك وإنما هي تشكل، على نحو ما، خلاصة ما توصلت إليه حكمة من نشطوا في مجال منع إساءة استعمال المخدرات.

فلتفهم هذه المبادئ، ولتحتفظ بها في ذهنك دون اضطرار من جانبك إلى الرجوع إليها في كل خطوة تخطوها.

- ❖ برامج منع إساءة استعمال المخدرات ينبغي أن تتخذ من المجتمع المحلي قاعدة لها، أي ينبغي أن تشرك فيها المجتمع المحلي بأكمله أو على الأقل معظمه.
- ❖ ينبغي أن لا يكون برنامجك ضيقا في أفقه؛ فينبغي مثلا أن لا تعلن أن حملتك تُشن ضد تعاطي القنب متجاهلا سائر المواد التي تُتعاطى في مجتمعك. فبالنظر إلى أن جميع أشكال تعاطي المخدرات مترابطة فيما بينها من حيث الأسباب الدافعة إليها، ينبغي لك أن تضع في اعتبارك كافة مواد التعاطي على نطاق واسع.
- ❖ وبالنظر إلى أن الشباب هم عادة أشد فئات السكان تعرضا للخطر، فينبغي أن يكون الشباب هم محور التركيز في برنامجك. وعليك من جهة أخرى أن تشرك فئات أخرى من السكان قد يكون لها تأثير على ظروف حياة المجموعة المستهدفة الرئيسية وعلى بيئتهم الاجتماعية.

❖: أيًا كان من قال إن الوقاية خير من العلاج فإنه لم يجانب الصواب. فمن الأفضل بكثير أن تمنع الأحداث من البدء في تعاطي المخدرات من أن تدخل إلى مسرح حياتهم في مرحلة لاحقة لمساعدتهم على الإقلاع عن المخدرات. وتلك ملاحظة مهمة ينبغي الاحتفاظ بها في ذهنك نظراً لأنه حتى ولئن كانت بعض برامجك ستستهدف محاولة تقديم بدائل صحية وخلاقة للأحداث الذين يتعاطون المخدرات بالفعل، فعليك أن لا تنسى وجود قطاع كامل من سكان مجتمعك قد يشرع أفرادهم في تعاطي المخدرات، وأن هذا القطاع هو الذي سيتعين عليك أيضاً أن تتنبه إليه.

ويمكنك أن تحاول منع إساءة استعمال المخدرات بتهيئة بدائل صحية وجذابة لتعاطي المخدرات. وتكون بدائل تعاطي المخدرات جذابة عندما تجمع بين التشجيع على تنمية المهارات الفردية، وتوفير أنشطة قضاء وقت الفراغ بطريقة ممتعة، وتوافر مواقف المعاونة في المجتمع المحلي.

ومن شأن العناصر الأساسية التالية أن تهيئ لك فرصاً للتأمل والتفكير:

#### ❖: تحسين الصحة

يمكن العمل على تحسين الصحة من خلال الممارسات الشخصية والثقافية التي تشمل تلبية الاحتياجات الاجتماعية والترفيهية. ومؤدى ذلك أنه ينبغي لك أن تؤيد - في مجتمعك المحلي في مجموعته ولدى كل عضو من أعضائه - الممارسات الشائعة والتي من شأنها أن تشجع أساليب الحياة الصحية وتثبط تلك الأساليب التي تلحق الضرر بالصحة البدنية والعقلية.

#### ❖: التركيز على الناس وتشجيع التفاعل الثقافي الاجتماعي

أفضل سبل تعلم المهارات الاجتماعية هو تهيئة البيئات الاجتماعية المؤاتية. لذلك ينبغي أن تتضمن جميع أنشطتك عنصراً هاماً من التفاعل الاجتماعي. والاستراتيجيات التي تؤدي إلى تحسين المناخ الاجتماعي في مجموعته ينبغي متابعتها. وسوف يتحسن التفاهم والتعاون بين مختلف الأجيال عندما تنظم أنشطة تتيح للصغار والكبار فرص المشاركة فيها. وسوف يساعد ذلك الأحداث على الاتصال بأبائهم وبغيرهم من الكبار ممن لهم تأثير على حياتهم في المجتمع المحلي.

#### ❖: المشاركة المحلية من جانب الشباب واحترام القيم الثقافية

ينبغي أن تشرك عن كثب في جميع أنشطتك الشباب المنتمين إلى المنطقة التي تعمل فيها. وينبغي أن تراعي القيم التي تحاول الترويج لها من خلال برنامجك، التقاليد الثقافية للمجتمع المحلي. فعلى سبيل المثال أنك إذا نظمت مباراة في الغناء يشارك فيها الأولاد والبنات في مجتمع لا يجوز فيه للفتيات أن تغني أو ترقص أمام غرباء، فمن المرجح أن تلتقي بقدر كبير من المقاومة.

#### ❖: تشجيع البدائل الإيجابية

لفظة "إيجابي" عبارة نسبية يجب أن ترى على ضوء القيم المحلية مع فهم احتياجات الشباب وما يروق لهم. وينبغي لجميع استراتيجياتك أن تسعى إلى تدعيم التقاليد والممارسات المرغوبة في المجتمع المحلي بدلا من أن تحاول دفع الناس بالتخويف إلى تغيير أسلوب حياتهم. وليس معنى هذا بطبيعة الحال أن عليك أن تلوذ بالصمت إزاء ما تراه من أخطاء، غير أن من الأصوب أن تتحدث عن تلك الأمور بهدوء عوضاً عن محاولة وضع حد لها بالتخويف.

### ❖ الاستفادة من نتائج البحوث والتجارب

ينبغي أن تنفذ جميع أنشطتك انطلاقاً من قواعد أثبتت البحوث صدقها بشأن (أ) كيفية التعرف على المشاكل ذات الصلة بتعاطي المخدرات؛ (ب) كيفية الكشف عن أسباب تلك المشاكل؛ (ج) كيفية البحث عن استجابات وقائية ممكنة لما تعرفت عليه من مشاكل؛ (د) كيف تتوخى الكفاءة والفعالية في تنفيذ أنشطة المنع؛ (هـ) كيف تحكم على فعالية نشاطك أو برنامجك.

### ❖ المنظور بعيد الأمد

ينبغي أن تنفذ برامجك من منظور بعيد الأمد للأوضاع. ذلك أن إحداث تغيرات في المناخ الاجتماعي، وتقبل القيم المؤدية إلى تحسين الصحة، وجعل الأنشطة التفاعلية المؤدية إلى تحسين الصحة جزءاً من الثقافة المحلية - كلها مهام صعبة ومستهلكة للوقت.

### ❖ المجموعات السكانية المحددة

ينبغي التعرف على الاحتياجات المحددة للأحداث المستضعفين أو المحرومين، مثل أطفال الشوارع واللاجئين وأحداث الأقليات، وصغار الفتيات في بعض الحالات، ومعالجة مشاكلهم وتلبية احتياجاتهم محلياً.

### ❖ تنمية المجتمع المحلي

كثيراً ما تكون المجتمعات المحلية التي تدعى إلى العمل معها مفتقرة إلى الموارد وعاجزة عن إتاحة الفرص للنشء من أبنائها. وتقتضي برامج المنع بزوغ أمل في تحسن الأوضاع الاقتصادية والاجتماعية. وفي المجتمعات المحرومة، ينبغي أن تكون البرامج مقترنة بأنشطة لتنمية المجتمع المحلي في مجالات مثل التعليم والصحة والخدمات الاجتماعية والإسكان والإصحاح والأنشطة المدرة للدخل. ولكي يتحقق لك ذلك قد تضطر إلى التحدث إلى شخصيات تنتمي إلى الحكومة المحلية، وإلى نوابك في المجالس المحلية، وإلى الأغنياء وأرباب النفوذ في المنطقة، وإلى أناس آخرين من ذوي السلطات. ويرجى منك أن تفهم أنه ما من أحد يتوقع منك أن تتمكن من تغيير كل تلك الأشياء وحدك، وأنك لن توصل بالفشل إذا قصرت دون إحداث تغيير في كافة تلك الحالات. غير أنك تلحق الضرر بما هو متاح لك من فرص النجاح إذا لم تُلقِ بالآ إلى هذه المشاكل وتحاول التوصل إلى سبل مبتكرة للتغلب عليها.

### ❖ الاستعانة بالوسائط وبالثقافة الشبابية الشعبية

يتأثر الشباب بشدة بما تبثه الوسائط الإعلامية وغيرها من المصادر الموجودة خارج دائرة المجتمع المحلي. وينبغي لبرامجك أن تحاول تشجيع أشخاص مشهورين - نجوم شعبية لامعة وأبطال محليين، وكذلك قنوات التلفزيون، على الإسهام في تحسين الأوضاع الصحية الخاصة بالشباب. ويمكنك أن تحقق ذلك :

- بتعلم كيفية التصدي لتأثير الوسائط الإعلامية ودعوتها إلى تحمل مسؤوليتها في معالجة المسائل العائدة إلى الشباب.
- بتشجيع وسائط الإعلام على إعادة النظر في ممارستها التسويقية مراعاة لصالح الشباب.
- الاستعانة بالوسائط وبالثقافة الشبابية الشعبية في الترويج للرسائل والمشاريع الصحية المحلية.



أنه ولئن لم يوجد أي نهج أو استراتيجية تكون قد ثبتت - بناء على دراسة علمية دقيقة - فعاليته (تها) بلا انقطاع على امتداد فترة طويلة من الزمن في خفض معدل إساءة استعمال المخدرات، فإن هناك اتفاقاً في الرأي بين الخبراء والممارسين والشباب أنفسهم على أي العناصر يتعين وضعها في الاعتبار عند تصميم برامج المنع التي تعدها للشباب:

- (أ) ليس جميع الشباب سواء، وليسوا جميعاً معرضين لخطر المخدرات بنفس الدرجة. لذلك ينبغي أن تعد الاستراتيجيات بعناية بحيث تناسب جماعات مستهدفة محددة بوضوح؛
- (ب) لعل أفضل طريقة لتناول مشكلة إساءة استعمال المخدرات هو تطبيق استراتيجيات مختلفة تمام الاختلاف بعضها عن بعض. وعلى الصعيد المثالي، ينبغي أن تجمع تلك الاستراتيجيات بين نهج قوامه المعرفة/الموقف/السلوك وبين تحسين الصحة وتدعيم تقدير الذات ومهارات مقاومة الإغراء؛
- (ج) ينبغي أن تحاول استراتيجياتك تشجيع مواطن القوة الفردية وتلك الأمور التي تحمي الأفراد في مواقف وأجواء الانعصاب، وأن تحاول أيضاً تزويد الشباب بمجموعة من المهارات المحددة التي تمكنهم من مقاومة ضغوط الأنداد الرامية إلى إقناعهم بتعاطي المخدرات مثلاً أثناء اتصالاتهم بهم أو من خلال علاقاتهم معهم. ومن المهم أيضاً أن تتاح للشباب فرص ميسرة وقليلة التكلفة لعقد لقاءات تستهدف غرس تقدير الفنون وممارسة الألعاب الرياضية والمشاركة في أنشطة أخرى تتحدى مواهبهم وتنمي فيهم ثقتهم بأنفسهم؛
- (د) ينبغي لك أن تشرك الشباب المنتمين إلى المجتمع المحلي المستهدف في كل مرحلة من مراحل تطوير وإعداد ما تنفذه من برامج منع المخدرات؛
- (هـ) ينبغي أن لا تركز جهود المنع على المخدرات وحدها، بل أن تستهدف أيضاً - في إطار المفهوم الأوسع لتحسين الصحة - إساءة استعمال المواد الضارة في مجموعها، بما في ذلك التبغ والكحول والمستنشقات؛
- (و) عادة ما يكون الشباب مفتوحين الذهن لتلقي معلومات جديدة شريطة أن تكون معلومات وقائية ولا تتضارب مع جميع عناصر تجاربهم الشخصية مع المخدرات. ومن شأن تكتيكات التخويف أن تقلل ما قد يكون لدى الشباب من ثقة في نصح الكبار بل وتشجعهم في بعض الحالات على سلوك المخاطرة؛
- (ز) ينبغي لبرامج المنع أن تشرك الأسرة والمجتمع المحلي في مجموعه بهدف تعزيز مصداقية المعلومات المبلّغة إلى الشباب في سياق أنشطة المنع.