

المستنشقات والمذيبات

المستنشقات والمذيبات كيميائيات يمكن استنشاقها ويذكر منها الغراء والغازولين ورذاذات الأيروسول والموائع الأخف وزناً. وهذه كلها ليست مخدرات على الإطلاق بل إنها متاحة قانونياً في عدد

كبير من المتاجر. ومن جهة أخرى يساء استعمالها على نطاق واسع من جانب القطاعات الأفقر من المجتمع، ولا سيما شباب الشوارع.

ما هو شكلها؟

المستنشقات يمكن أن تكون شبيهة بأي شيء (من الغراء إلى مخفف الطلاء إلى الغازولين وأنواع الوقود الأخف ومواد التنظيف وما إلى ذلك).

وهي تقدم عادة في أنابيب أو زجاجات.

كيف تستعمل؟

كثيراً ما توضع المادة الكيميائية في قاع فنجان أو وعاء يطبق على الأنف والشم. ومن الطرق الأخرى لاستعماله غمس خرقة في

مستنشق، ووضع الخرقة في كيس والكيس على الوجه ثم استنشاق الأبخرة.

آثار استعمال المستنشقات

قد تعطيك المستنشقات شعوراً بالحيوية والنشاط لفترة جد قصيرة ثم تشعر بالخدر فترة قصيرة ثم بالدوخان والخلط، ثم بنعاس تدريجي. كما قد تتسبب لك في صداع أو غثيان أو إغماء أو تسارع

في دقات القلب، وفي فقدان الحس بالمكان والزمان والهوية، وفي الهلوسة. ومن الممكن أيضاً أن تتلف الرئة والمرارة والكبد في المدى الطويل. وقد تتسبب في الاختناق والتشنجات والإغماء

فهم تعاطي المخدرات لماذا يستعمل الشباب المخدرات؟

توصل الخبراء الذين قاموا بدراسة تعاطي المخدرات إلى ما أسموه "النموذج المعدل للانعصاب الاجتماعي" لكي يفهموا سبب شروع أشخاص معينين في سوء استعمال المخدرات.

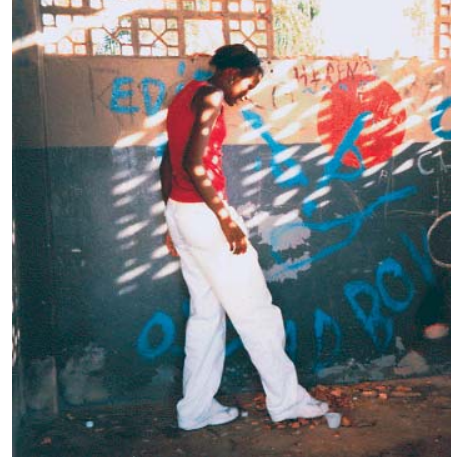
وهذه التسمية إن هي في الحقيقة إلا مصطلح جذاب لظاهرة معقولة للغاية. فخلاصة ما يقوله الخبراء هو أنه يوجد في حياة الفرد عدد من العوامل التي تدفعه إلى البدء في استعمال المخدرات؛ وهم يطلقون على تلك العوامل عبارة عوامل المخاطرة. وتوجد في الوقت نفسه بعض العوامل الأخرى التي تمنع المرء من أن يفعل ذلك، وتنطبق عليها عبارة "عوامل وقائية". فإذا رجحت كفة عوامل المخاطرة في حياة الفرد على كفة العوامل الوقائية، فمن المرجح أنه سيبدأ في تعاطي المخدرات.

ولتدرس الأمر على الوجه التالي: ما هو احتمال وقوع هذا الفتى أو الفتاة في غرامك؟ ومعظمنا يعرف الآن أن

السبب لم يعد مجرد الظهور بمظهر لائق إذ أن هناك عوامل أخرى كثيرة بعضها في صالحك والبعض الآخر في غير صالحك. فمثلاً، هل لمن تُحب صديق آخر أو صديقة أخرى؟ هل تلتقي اهتماماتكما؟ هل تترددان على نفس المدرسة أو المعهد ومن ثم كثيراً ما تلتقيان؟ هل لكما أصدقاء مشتركون يمكنهم القيام



بدور وسطاء بينكما؟



وعلى ضوء إجاباتك عن تلك الأسئلة، ستقل أو تزيد فرصتك على الفوز بضالتك المنشودة. وفي هذا الاتجاه يسير أيضاً بدء إساءة استعمال المخدرات.

وكلا النوعين من العوامل، عوامل المخاطرة والعوامل الوقائية، يمكن تقسيمه إلى فئتين، فئة العوامل الشخصية وفئة العوامل البيئية. فالعوامل الشخصية عوامل عائدة إلى الفرد، والعوامل البيئية هي العوامل العائدة إلى البيئة الاجتماعية والأسرية والمادية التي يعيش فيها الفرد.

وسنورد الآن قائمة ببعض تلك العوامل بحيث يمكنك أثناء القيام بأنشطة منع التعاطي أن تتعرف على أشد الأفراد الشباب تعرضاً للمخاطر ومن ثم أحوجهم إلى اهتمامك.

عوامل المخاطرة

العوامل الشخصية

❖ كون الشخص رجلاً أو امرأة – على صعيد العالم يفوق عدد متعاطي المخدرات من الذكور عدد متعاطيات المخدرات من الإناث. غير أن هذا الوضع آخذ في التحول؛ فمثلاً، استُجوب في استقصاء عام ١٩٩٩ لتعاطي المخدرات في الولايات المتحدة الأمريكية ٥٠٠ ٢٥ من الفتيات والفتيات في فئة العمر ١٢ إلى ١٧ سنة، فتبين أن ١٦ في المائة من الفتيات و ١٦,٧ من الفتيان قد تعاطوا المخدرات. ومما يذكر أيضاً في هذا الصدد هو أن الفتيات يسئن استعمال مواد مشروعة قانونياً، كالكحول والأدوية الموصوفة طبياً وغير ذلك من المواد المقبولة اجتماعياً.

❖ حداثة السن هي في حد ذاتها عامل مخاطرة – فالأحداث يخوضون صراعاً مستمراً من أجل إثبات هويتهم وللدرد على أسئلة من قبيل، من أنا؟ ما هو دوري في المجتمع؟ ما الذي أريد أن أكونه؟ وليس من السهل قط العثور على إجابات عن تلك الأسئلة وهو أمر يتطلب بعض الوقت. وكثيراً ما يحدث، أثناء فترة انتظارك للإجابة، أن تبدأ الشك في نفسك وفي قدرتك على تحقيق أمور وفعل أشياء. وعندئذ كثيراً ما تحاول "نسيان كل شيء عن العالم"، أو "إغراق همومك وأحزانك" في خضم تعاطي مختلف المواد.

❖ عندما يعاني الشخص، ذكراً كان أم أنثى، من مشاكل نفسية، فمن المرجح أنه سوف يشرع في تعاطي المخدرات.

❖ المهارات الشخصية غير النامية أو المفتقرة إلى النمو والتمثلة في العجز عن اتخاذ القرارات، أو عن التعبير عن الذات، أو عن تأكيد الذات، أو عن حل المشاكل، هي الأخرى تجعل المرء أشد تعرضاً لخطر الاستسلام لتعاطي المخدرات.

عوامل المخاطرة البيئية

العوامل البيئية التي يرجح أن تشجع على إساءة استعمال المخدرات هي :

- ❖ والدا الحدث لا يعرفان كيف يتكفلان برعايته (برعايتها) وجدانيا أو بدنيا أو من حيث تزويده (تزويدها) بالنوع المناسب من الدعم أو التوجيه؛
- ❖ الحدث لا عائلة له؛
- ❖ والدا الحدث أو أخوته أو أخواته يتعاطون مخدرات أيا كان نوعها؛
- ❖ الحدث تساء معاملته عقليا أو بدنيا أو جنسيا أو لفظيا؛
- ❖ الحدث يختلط بمجموعة أشخاص يتعاطون المخدرات؛
- ❖ المجتمع الذي ينتمي إليه الشخص تسوده قيم ثقافية أو دينية تشجع إساءة استعمال المخدرات، أو تتغاضى وسائله الإعلامية أو إعلاناته الدعائية أو اتجاهاته المجتمعية عن ظاهرة إساءة استعمال المخدرات؛
- ❖ الحدث لا مأوى له ويعيش في الشوارع مع أسرته أو بدونها؛
- ❖ قلة أو انعدام فرص التعلم أو التعليم؛
- ❖ الكثرة المفرطة لأوقات الفراغ غير المنظمة والخالية من أي أنشطة بناءة أو ابتكارية أو تتطلب إعمال الفكر ويكون بوسع الشخص المشاركة فيها؛
- ❖ انعدام فرص العمل أو حتى فرص الحصول على عمل مُرضٍ أو مُشبع؛
- ❖ عدم توافر الخدمات الصحية، أو - في حالة توافرها - عدم تلاؤمها مع احتياجات الشباب؛
- ❖ انتشار المواد المشروعة وغير المشروعة على نطاق واسع نتيجة لأن القوانين واللوائح التي يُفترض أنها تمنع إساءة استعمال المخدرات أو تثني عنها ليست صارمة أو منفذة كما ينبغي.

العوامل الوقائية

العوامل الشخصية

أهم العوامل التي تقي الفرد من إساءة استعمال المخدرات هي :

- ❖ مهارات شخصية متطورة كما ينبغي للتصرف في المواقف الصعبة، مثل القدرة على تحليل المواقف، وعلى اتخاذ قرارات سريعة، وعلى التواصل مع الغير، وعلى الاسترخاء، وعلى التفاوض، وعلى تقبل حلول توافقية وهلم جرا.

العوامل الوقائية البيئية

❖ اتصالات شخصية جيدة مع أناس آخرين بما في ذلك أعضاء الأسرة والأصدقاء، ومع الحيوانات والأشياء التي تشجع على بذل الرعاية والمشاركة والارتباط. ومن أمثلة ذلك وجود صديق يكون على استعداد لتقديم المساعدة في المواقف الصعبة ويتمتع بمهارات شخصية جيدة أو لديه حيوان أليف يمكن المشاركة في رعايته. وفي كلتا الحالتين يتعين على المرء أن يتعلم تحمل المسؤولية ليس فحسب عن شيء آخر أو شخص آخر، بل عن الذات كذلك.

❖ مواد تكفي لتلبية الاحتياجات المادية والوجدانية للشخص، مثل المدارس ومرافق الرعاية الصحية التي تلبى متطلبات الأحداث، والمراكز الاجتماعية التي تتيح القيام بأنشطة ترويجية، ومرافق الألعاب الرياضية، وفرص العمل وما إلى ذلك.

❖ معايير ثقافية تثني عن إساءة استعمال المخدرات. ومن أمثلة ذلك أن ولاية جوغارات الهندية، مسقط رأس غاندي، لديها تقليد عريق من الاعتدال إزاء اللذات. فشرب الكحول ممنوع والمجتمع في مجموعه ينبذ السكر. ونطاق تعاطي المخدرات في تلك الولاية أقل اتساعاً بكثير منه في أجزاء أخرى من البلاد.

❖ القوانين التي تنظم استعمال المواد المخدرة قوانين صارمة ومُحكمة التنفيذ وفرص الحصول على المواد المخدرة المشروعة وغير المشروعة فرص محدودة ويتعذر استغلالها.

وعندما تتجه نحو مجتمع محلي لتختار مجموعتك المستهدفة بجهود المنع، عليك أن تراعي تلك العوامل وأنت بصدد البت في أي الإجراءات تتخذ. ولتتذكر مع ذلك أن جميع العوامل التي تطرقنا إليها، إن هي إلا تعميمات على أساس تجارب أشخاص نشطوا في مجال منع إساءة استعمال المخدرات لسنوات عديدة.

وهذه العوامل لا تشمل بحال من الأحوال جميع المسائل التي تسهم في جعل الشباب يتعاطون المخدرات. وهي بكل تأكيد لا تعطيك أي سبب بعينه ولا حتى أهم سبب لتعاطي المخدرات.

والمقصود بالملاحظات الواردة فيما تقدم هو مجرد إعطائك فكرة عن نوع الأشياء التي يتعين عليك التريص بها عندما تتوجه إلى مجتمع محلي بهدف جمع المعلومات عن أسباب إساءة استعمال المخدرات.

الفكرة العظيمة



إن أسوأ ما في المخدرات هو أنها في معظم الأحيان تصيب الأحداث الذين يعانون بالفعل، نتيجة لحدائثة أعمارهم، من مشاكل في حياتهم. ذلك أنهم عندما ينتقلون من سنّي ما قبل العاشرة إلى ما بعدها، يمرون بتغيرات بدنية ووجدانية كثيرة في مرحلة كثيراً ما تُعرف بأنها مرحلة المراهقة. وبوجه عام، تلك هي المرحلة التي يبدأ فيها معظم الأحداث تجريب المخدرات. ومن جهة أخرى، فللسباب في كافة أرجاء العالم أسباب مختلفة لتعاطي المخدرات. وفي كثير من الحالات، يلجأ الأحداث إلى أصدقائهم طلباً لمعاونتهم. وهؤلاء الأصدقاء كثيراً ما لا يكتفون بحثهم على استعمال المخدرات، بل يعرضون عليهم مخدرات كحل لمشاكلهم.

وتتباين أسباب ذلك من بلد إلى آخر، بل ومن طبقة اقتصادية إلى أخرى وإن وجدت وراء ذلك فكرة أساسية معينة. فمثلاً، من بين الأسباب التي يقدمها أحداث العالم المتقدم وأحداث الطبقة المتوسطة في بلدان العالم النامي لتعاطيهم المخدرات: الملل.

أي كلمة غريبة هذه! فلتتأملها. ما هو الملل؟ افتقار إلى الاهتمام بأي شيء، افتقار إلى الرغبة في فعل أي شيء، الافتقار إلى الدافع إلى المشاركة في أي نشاط قد يشعر بالارتياح، الشعور بالإحباط إزاء ما تمتلك ولست بحاجة إليه. وكيفيك قدر ضئيل من التفكير يمكنك من أن تدرك أن الملل أدنى صلة بافتقار إلى المرح وأقوى صلة بكثير بافتقارك إلى فرص للتعبير عن نفسك.

وثمة سبب آخر أبرزته المناقشات مع الأحداث من العالم النامي والقطاعات الفقيرة من المجتمع: ذلك هو الافتقار إلى التمتع بحقوق أساسية كالحق في الطعام والصحة والتعليم، وبفرص كسب العيش.

وفي كلتا الحالتين، يشير السببان إلى عامل أساسي هو عامل الافتقار إلى القدرة، إلى تحكّم المرء في حياته. وفيما يتعلق ب الملل يكتسي هذا الافتقار إلى القدرة ثوب عجز المرء عن فعل ما يريد. فأى خيار يسنح لك هو خيار لا تريده، لسبب مهم هو أنك تعرف على نحو أو آخر أنها خيارات لم يُطلب رأيك فيها. أما بالنسبة إلى الافتقار إلى الحقوق الأساسية، فإن انعدام القدرة يُشعر به على الفور كافتقار لأشياء كالدواء والغذاء والمأوى والماء... لا غنى عنها للحياة.

وكان هذا النوع من التفكير هو الذي حدا بجميع الأحداث الذين اجتمعوا في منتدى بانف^٧ إلى السيطرة على الموقف. فالشيء الوحيد الذي شد الأوصار حقا بين جميع هؤلاء الأحداث هو رغبة في الذود عن حقوقهم، في المطالبة بمكانهم المشروع كل في مجتمعه. وكانت الرسالة التي نمت إلى أذهانهم هي رسالة 'الحيوية' التي دبت في أوصالهم عندما هموا بالذود عن حقوقهم في إسماع صوتهم وفي إحداث تغيير في حياتهم، حيوية تغنيهم عن أي حيوية زائفة أو مصنعة.

وموجز القول إنه في معظم الحالات يكون الافتقار إلى القدرة هو الذي يدفع الأحداث إلى طلب "الحرية" فيما يتعلق بالمخدرات. وهذا الافتقار إلى القدرة قد يؤخذ على أنه ملل، على أنه تجويع وإساءة، افتقار إلى فرص الكسب. وبالنظر إلى أن القدرة شيء لا يعطيه طوعاً أولئك الذين يملكونها، فإن على الشباب أن يتعلم كيف يكتسب المزيد من القدرة.

وأنت لا يمكنك أن تفعل ذلك بالقتال في الشوارع ولا بإحداث الشغب في ختام مباراة في كرة القدم، بل يمكنك أن تفعله بتعلم كيفية إقامة شراكات مع من يتحكمون في حياتك، وذلك مع الاستعانة بما أوتيت من شباب ومن أفكار جديدة ومن عقل متفتح على سبل أفضل للتصرف إزاء الأشياء.

وذلك هو جزء مما يسعى هذا الدليل إلى مساعدتك في تحقيقه.

* للاطلاع على مزيد من التفاصيل، انظر صفحة (٧).