



## Основные принципы профилактики наркомании

При разработке программ по профилактике наркомании следует придерживаться некоторых общих принципов. Знание этих принципов ни в коей мере не должно вас ограничивать в выборе подходов, но ими не следует пренебрегать, так как они являются своего рода квинтэссенцией опыта тех людей, которые работали в области профилактики наркомании.

Эти принципы полезно знать и не забывать о них. Тем не менее не следует сверять по ним каждый свой шаг.

- ❖ Программы по профилактике злоупотребления наркотиками должны осуществляться на уровне общины, то есть в них должно участвовать все местное сообщество или по крайней мере наиболее влиятельные группы населения.
- ❖ Не следует ограничивать программу какой-то одной узкой областью, например сосредоточиться на борьбе с каннабисом, игнорируя при этом все другие психоактивные вещества, которыми злоупотребляют в этой общине. Поскольку причины злоупотребления такими веществами, как правило, аналогичны, следует заниматься решением связанных с этим проблем на широкой основе.
- ❖ Программы должны быть ориентированы прежде всего на молодежь, поскольку именно она, как правило, составляет группу риска. Однако следует также привлечь к работе и другие группы, которые могут оказывать влияние на условия жизни и социальное окружение основной целевой группы.
- ❖ Кем бы ни был тот человек, который сказал, что лучше болезнь предупредить, чем ее лечить, он, определенно, попал в самую точку. Лучше удержать молодых людей

от употребления наркотиков, чем впоследствии пытаться помочь им отказаться от них. Важно помнить об этом, поскольку, даже несмотря на то что некоторые из ваших программ будут направлены на создание здоровых и творческих альтернатив для молодых людей, употребляющих наркотики, не следует забывать о наличии в общине группы молодежи, которая может начать злоупотреблять наркотиками. И этой группе необходимо уделять самое пристальное внимание.

Один из путей профилактики наркомании – создание здоровых и привлекательных альтернатив злоупотреблению психоактивными веществами. Такие альтернативы будут привлекательными, если они сочетают развитие индивидуальных навыков и умений, интересные виды досуговой деятельности и поддержку со стороны общины.

Представленные ниже основные элементы дадут вам определенную пищу для размышлений.

### **❖ *Пропаганда здорового образа жизни***

Здоровый образ жизни можно пропагандировать личным примером и с помощью культурных мероприятий, в которых учитываются основные социальные и рекреационные потребности человека. Это означает, что следует поддерживать как общепринятый образ жизни общины в целом, так и индивидуальные проявления, которые способствуют формированию здорового образа жизни, и пытаться бороться с теми привычками, которые вредны для физического и психического здоровья человека.

### **❖ *Первоочередное внимание людям и стимулирование социального взаимодействия***

Социальные навыки лучше всего усваиваются в социальном окружении. Поэтому в вашей деятельности важное место должен занимать элемент социального взаимодействия. Следует осуществлять те меры, которые в целом улучшают социальный климат в общине. Организация видов деятельности, в которых могут участвовать как молодежь, так и взрослое население, будет способствовать улучшению взаимопонимания и сотрудничеству между разными поколениями. Это облегчит общение молодых людей со своими родителями и другими взрослыми, которые оказывают влияние на их жизнь в общине.

### **❖ *Привлечение к работе местной молодежи и уважение культурных ценностей***

Все виды деятельности должны проводиться при самом активном участии молодежи из того района, где вы осуществляете программу. Ценности, которые вы намереваетесь пропагандировать через свои программы, не должны противоречить культурным традициям общин. Например, если вы организуете песенный конкурс для мальчиков и девочек, но в этой общине девочкам запрещается петь и танцевать перед посторонними людьми, то, скорее всего, ваша инициатива будет встречена в штыки.

### **❖ *Содействие развитию позитивных альтернатив***

В данном случае “позитивные” – весьма условное понятие, которое должно основываться на местных ценностях, понимании потребностей молодых людей и того, что их привлекает. Все ваши действия должны быть направлены на укрепление в общине здоровых традиций и практики, и вам не следует пытаться изменить образ жизни людей путем их запугивания. Конечно, это не значит, что вы не должны реагировать на негативные явления, с которыми сталкиваетесь, но лучше говорить о них в спокойном тоне, а не пытаться путем запугивания принуждать людей отказаться от вредных привычек.

### ❖ **Опора на исследования и опыт**

Вся ваша деятельность должна основываться на имеющихся данных исследований, касающихся того, как *a)* выявлять проблемы, связанные со злоупотреблением психоактивными веществами; *b)* выявлять причины таких проблем; *c)* определять возможные профилактические меры для устранения выявленных проблем; *d)* эффективно осуществлять профилактические мероприятия; *e)* оценивать эффективность вашей деятельности/программы.

### ❖ **Долгосрочная перспектива**

Ваши программы должны основываться на долгосрочной оценке ситуации. Изменение социального климата, восприятие пропагандирующего здоровый образ жизни ценностей и внедрение интерактивных методов его пропаганды в повседневный быт на местах – все это нелегкие, требующие длительных усилий задачи.

### ❖ **Особые группы населения**

Особые потребности уязвимых или находящихся в наиболее неблагоприятных условиях молодых людей, таких как “дети улицы”, беженцы, молодежь из числа меньшинств и в некоторых случаях молодые женщины, должны выявляться и удовлетворяться на местном уровне.

### ❖ **Развитие общины**

Нередко в общинах, где вам придется работать, не хватает ресурсов и возможностей для молодых людей. Для успешного осуществления там профилактических программ необходимым условием является улучшение экономической и социальной ситуации. В бедных общинах профилактические программы должны сочетаться с работой по развитию общины, которая подразумевает, например, обеспечение образовательных, медицинских и других социальных услуг, улучшение жилищных и санитарных условий или организацию приносящих доход видов деятельности. Для этого вам, возможно, придется обратиться к представителям местных органов власти, депутатам местного законодательного собрания, состоятельным и влиятельным людям данного района и к другим авторитетным людям. Разумеется, все понимают, что вы не в силах сами исправить имеющиеся недостатки, и НЕ БУДЕТ большой трагедии, если не во всех случаях вы сможете достичь кардинальных перемен. Но вы наверняка упустите свой шанс на успех, если попытаетесь предложить новаторские способы решения проблем, предварительно не изучив их.

### ❖ **Использование средств массовой информации и молодежной поп-культуры**

Молодежь подвергается сильному влиянию СМИ и других источников информации за пределами местной общины. Осуществляя свои программы, попытайтесь привлечь таких людей, как известные поп-звезды, герои телевизионных передач и местные выдающиеся деятели, к содействию утверждению здорового образа жизни среди молодежи. Этого можно достичь путем:

- развития у молодых людей умения противостоять негативным влияниям, пропагандируя более ответственные средства массовой информации и уважительное отношение к молодежным проблемам;
- побуждения СМИ пересмотреть свою маркетинговую политику с учетом интересов молодых людей;
- использования СМИ и молодежной поп-культуры в целях содействия разработке местных информационных программ и проектов, пропагандирующих здоровый образ жизни.



# О ЧЕМ СЛЕДУЕТ ПОМНИТЬ

*Ни об одном конкретном подходе или стратегии пока нельзя сказать, что его/ее последовательная долгосрочная эффективность в деле сокращения злоупотребления наркотиками может быть подтверждена серьезными научными исследованиями. Тем не менее среди специалистов, практикующих врачей и самих молодых людей существует общее мнение относительно того, что необходимо учитывать при разработке программ по профилактике наркомании среди молодежи:*

- a) Все молодые люди очень разные и не все одинаково уязвимы. Поэтому все меры должны быть тщательно проработаны, с тем чтобы учитывались конкретные интересы четко определенных целевых групп.*
- b) Вероятно, наилучшим подходом к решению проблемы злоупотребления наркотиками является одновременное использование различных стратегий. В идеале они должны сочетать в комплексе знания/позицию/поведение с пропагандой здорового образа жизни, повышением самооценки и способности противостоять негативным воздействиям.*
- c) Используемые стратегии должны быть направлены на содействие развитию сильных сторон личности человека и тех факторов, которые защищают его в стрессовых ситуациях и негативных условиях внешней среды; они должны вооружить молодого человека рядом конкретных умений и навыков, помогающих противостоять давлению со стороны сверстников в плане употребления наркотиков. Важно также предоставить молодым людям доступные и не требующие больших расходов возможности для встреч со сверстниками, привить им любовь к искусству, спорту, обеспечить их участие в различных интересных мероприятиях, которые развивают уверенность в себе.*
- d) На каждом этапе разработки профилактических программ вам следует привлекать к этому молодых людей из общины, в которой вы работаете.*
- e) Профилактическая деятельность не должна распространяться только на один вид наркотика, она должна, в рамках более широкой концепции пропаганды здорового образа жизни, решать проблемы злоупотребления психоактивными веществами в целом, включая табакокурение, употребление алкоголя и ингалянтов.*
- f) Молодые люди обычно восприимчивы к новой информации, если она носит фактический характер и в целом не противоречит их личному опыту в отношении наркотиков. Тактика запугивания снижает доверие к советам взрослых, а в некоторых случаях даже провоцирует сопряженное с риском поведение со стороны молодых людей.*
- g) Профилактические программы должны осуществляться при самом широком участии семей и общины, с тем чтобы повысить эффективность информации, доводимой до сведения молодых людей в рамках профилактической деятельности.*