



UNODC

联合国毒品和犯罪问题办公室



联合国毒品和犯罪问题办公室 青年倡议

讨论指南

联合国毒品和犯罪问题办公室
维也纳

联合国毒品和犯罪问题办公室青年倡议

讨论指南



联合国
2012年，纽约

© 联合国，2012 年 5 月。版权所有。

本出版物中所用的名称以及材料的编制方式并不意味着联合国秘书处对任何国家、领土、城市或地区或其当局的法律地位，或对其边界或界线的划分表示任何意见。

出版：联合国维也纳办事处英文、出版和图书馆科。

目录

一. 对药物滥用的看法	1
二. 何谓脆弱性?	5
三. 滥用药物的直接影响	9
四. 处方药滥用	11
五. 与药物滥用有关的后果和风险	13
六. 防止药物滥用	17
七. 药物依赖的治疗	21
八. 青年在防止药物滥用全球行动中的作用	23

附件

一. 增进相互了解的一些创意	25
二. 设计活动的指导方针	27
三. 提供药物滥用信息的青年友好场所名单	29
四. “青年倡议 Facebook 论坛”：指导方针	31

一. 对药物滥用的看法

在电视上、新闻媒体上和社会群体传达的信息中，与药物滥用有关的内容十分广泛，这使得药物滥用似乎成了一种普遍的流行病，通常与负面成见联系在一起。由此造成的结果就是，吸毒者经常被视为坏的、危险的，甚至是违法乱纪之人。有些时候，媒体将药物滥用描述为“很酷”、充满冒险的一件事。无论描述是正面的还是负面的，药物滥用通常被视为一种自由选择；而滥用药物者会面临他人的严厉态度和偏见，认为他们是因为太软弱、太自私才会选择滥用药物。

但是，究竟是什么因素导致有些人最终滥用药物、而其他却没有这样做？有若干风险因素会对青年产生影响：比如生活在时常发生毒品买卖和滥用药物、又没有课外活动可做的环境中。家庭经济拮据、父母生活难以为计会对家庭关系产生负面影响。而与参与吸毒或青少年犯罪的同伴玩耍、寻求冒险刺激，会导致青年更容易成为药物滥用的牺牲品。上述种种风险因素造成的结果可能造成青年产生心理卫生问题，使其更加难以抗拒药物滥用。并非所有青年都是出于自愿而选择吸毒的，因为上述风险因素都可能影响青年开始滥用药物。以烟草和酒精为例，这两个行业投入大量金钱作速闪广告，就是为招徕年轻人，特别是发展中国家的青年使用他们的产品。

青年阶段也是一个自我发现、尝试新鲜事物的时期。试过毒品的同龄人谈论药物滥用可能会造成所有人都在这么做的印象。所幸青年人中涉足毒品的实际人数比想这么做的人要少，但依然令人担忧。

很多有关药物滥用者的负面成见大多数都来自于公众看待他们的方式。电视和其他媒体可能会将药物滥用者刻画成不理性之人，他们的行为不可预测，令人恐惧。重度或有依赖性的药物滥用者往往会丢掉工作和（或）家庭，身体状况不佳，难以过上健康的、有价值的生活。对药物滥用者的负面成见、污名化和偏见往往使问题变得复杂，使需要接受治疗和争取社会支持的人难以获得帮助。药物滥用者通常会失去与其社区、亲朋好友的联系，无家可归，露宿街头。

药物滥用者可能无法上学或者工作，因为药物会影响他们的大脑（思维、注意力和记忆力）和身体。由于滥用药物，进而影响大脑、思维、记忆力以及与家人、朋友和社会的关系，药物滥用者无法承担社会责任或成为青年的良师。

从整体上考察人们对药物滥用的看法，特别是对药物滥用者的看法，是为加深对药物滥用原因的理解而迈出的重要第一步，这有助于防止药物滥用，防止其对青年产生影响。下文所列活动为探讨其他一些对药物滥用者的看法提供了机会，逐步认识为什么药物滥用可能体现一个人生活中存在的根深蒂固的问题。摒弃社会中对药物滥用者通常持有的那些错误的、有害的成见，认识到药物滥用往往不是出于个人自愿选择，也不是一个道德问题。还将探讨为什么说远离毒品可以帮助青年实现其未来期望的生活方式。

讨论要点

- 你如何看待滥用药物的人？你是否将某些特质与药物滥用相联系（比如幸福感、领导力）？为什么？
- 你所生活的社区中青年滥用药物的情况有多普遍？
- 你认为为何有些青年人会滥用药物？
- 哪些原因可能导致青年涉足饮酒、吸烟、对方药作非医疗使用或者特别是使用非法药物？
- 药物滥用是一种正常行为吗？
- 药物滥用和随后的药物依赖可否视为一种自愿选择？
- 经常滥用药物的人生活在怎样的环境中？
- 药物滥用所涉的生活方式与你希望的生活方式之间有何不同？

活动

由青年探讨青年问题（第一部分）

上网，或去当地的图书馆，搜集一些关于你所在社区或国家有多少青年吸烟、饮酒、使用处方药物用于非医疗目的或使用非法药物的数据。以最具创造性的方式把你的调查结果带到课堂上。你可以画一张图，把滥用药物青年和不滥用药物青年的人数进行一下对比。

如果没有（可靠的）统计数据，可以考虑用其他方式来搜集你所在学校和社区的药物滥用或非法药物使用的流行率数据。选择最可行的方法，评估学校中有多少青年吸烟、饮酒或滥用药物。你还可以扩大调查范围，收集更多信息。比如你的学校和社区中滥用药物的成人数量，或者你身边的青年对毒品和药物滥用的态度、价值观和信仰。把最有意思的发现放到“青年倡议 Facebook 论坛”上与大家分享吧！

挑战对药物滥用者的看法：在教师的引导下开展讨论

- 闭上眼睛，想一个你认识或听说过的曾经尝试吸毒或正在吸毒的青年。他们是什么样子的？他们都很开心、放松吗？他们是否受到其他年轻人的欢迎？他们的家人密切参与他们的生活吗？他们穿最好的衣服吗？他们是否参加体育运动或其他集体活动？
- 就你的答案开展讨论，将最普遍的讨论结果写在纸上。这些能够时刻提醒你年轻人对药物滥用者的看法，也能告诉你一个滥用药物的青年看上去是什么样子。（注意：教师或主持人需要掌握足够的信息，以避免无意中维持负面看法和污名化。）

词语对应游戏

以小组为单位，将你对药物滥用者和非药物滥用者的印象（比如“健康”、“有责任感”、“危险”、“酷”）写在小纸条上，再装进一个袋子里。然后，把所有小纸条从袋子里取出来，根据你对“药物滥用者”和“非药物滥用者”的看法，依次贴在展板上对应的两栏中。所有小组完成这项词语对应任务后，全班一起进行总结，制作出一张巨大的图表展示给大家看。（提示：可以让两名志愿者躺在一大张纸上，按照他们身体的轮廓画出两张巨大的“图表”。）然后，讨论大家对药物滥用者和非药物滥用者的看法。

拼贴出你的理想生活

从网络、杂志上搜集图片，或者手绘一张招贴画，把自己想成一个成年人。在全班面前做一个简要的介绍，描述你的喜好、你住在哪里、在哪学习，从事哪些娱乐活动，你的朋友都是些什么样子的人。接下来思考一下，滥用药物为什么会阻碍你实现这些目标、成为你想要成为的人。如果你能把照片贴到“青年倡议 Facebook 论坛”上，还会有加分！

英文资源

European Commission Justice
http://ec.europa.eu/justice/anti-drugs/index_en.htm

European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs
www.espad.org

Frank: friendly, confidential drugs advice and personal stories
www.talktofrank.com

“Monitoring the future”, a continuing study of American youth
<http://monitoringthefuture.org>

Natural High non-profit organization, whose mission is to encourage youth to choose a natural high and reject drugs and alcohol
www.naturalhigh.org

Office of National Drug Control Policy, “Above the influence” campaign
www.abovetheinfluence.com

Students Against Destructive Decisions seeks “To provide students with the best prevention tools possible to deal with the issues of underage drinking, other drug use, risky and impaired driving, and other destructive decisions.”
<http://sadd.org/mission.htm>

UNODC participatory handbook for youth drug abuse prevention programmes (pages 39-56 give ideas on researching the drug abuse situation in your community)
www.unodc.org/pdf/youthnet/handbook.pdf

法文资源

Centre canadien de lutte contre l'alcoolisme et les toxicomanies (CCSA)
www.ccsa.ca/Fra/Pages/Home.aspx

Council of Europe Pompidou group on combating drug abuse and trafficking
www.coe.int/t/dg3/pompidou/default_FR.asp?

European Commission Justice
http://ec.europa.eu/justice/anti-drugs/index_fr.htm

Health Canada
www.hc-sc.gc.ca/hc-ps/drugs-drogues/index-fra.php

Mission interministérielle de lutte contre la drogue et la toxicomanie (MILTD)
www.drogues.gouv.fr/

西班牙文资源

Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas (CICAD)
www.cicad.oas.org/main/template.asp?file=/oid/default_spa.asp and
www.cicad.oas.org/Main/Template.asp?File=/reduccion_demanda/default_spa.asp

European Commission Justice
http://ec.europa.eu/justice/anti-drugs/index_es.htm

Information for parents
www.laantidroga.com/

Plan Nacional sobre Drogas (Spain)
www.pnsd.msc.es/Categoria2/centro/home.htm

二. 何谓脆弱性?

解释青年人中药物滥用行为的原因有很多。有些人认为,这是因为青少年希望看起来很“酷”,或者受到同龄人的压力,不得不这样做来融入滥用药物的社交圈。这有可能是真的,但还有很多其他重要因素会影响年轻人涉足滥用药物。正确理解这些因素,也是减少与药物滥用相关的污名化、防止全世界青年吸毒上瘾的重要一步。

青年随时都可能受到各种因素的影响。一个人的性情或性格特点,成长过程中是否稳定等因素,家庭生活和与家人的关系,是否积极参与校内活动等与学校相关的因素,以及取得非法药物的难易程度等社会因素,都会影响年轻人的成长、日常生活、与家人朋友的关系以及自身形象。

某些个人、家庭和社会因素会使青年面临更高的风险,使其易尝试毒品并最终发展成药物滥用和药物依赖。这些风险因素包括:具有某种个性或独特的性格特点,有吸毒上瘾的家族史,某个家庭成员滥用药物,与父母关系不好,缺少亲情,遭到忽视或虐待,无家可归,朋友尝试毒品或吸毒,药物滥用在其生活环境中很常见,失学或失业。休息不足、营养不良也可能令一个人面临更高风险。因此,保持均衡的饮食和充足的睡眠十分重要。一个人生活中的风险因素越多,就越有可能尝试吸毒或定期持续滥用毒品,最终发展成药物依赖。

不过,也会有这样的年轻人,即便接触上述所有这些负面风险因素,仍有可能从未尝试过毒品。这也得益于个人、家庭和社会层面存在的许多保护性因素。这些因素包括:个人层面良好的自我约束力、健康的自尊、良好的解决问题技巧、良好的自我表达能力,良好的认识和交流情感能力,保持心理健康的能力、应对压力或焦虑的能力和确定个人目标的能力。家庭层面包括建立牢固、健康的亲子关系和协调一致的家庭规则,这会有助于保护家庭成员不会作出冒险行为。社会层面的保护性因素包括学校要有针对药物滥用的明确政策,生活的社区安全、充满关爱,有利于成员的安宁。可悲的是,一旦一个人开始滥用毒品,风险因素往往大于保护性因素。随着一个人对药物依赖程度的加深,贫困、疏离、毒品的供应水平等风险因素的作用会越来越凸显。

所幸,如果年轻人在尝试或开始滥用药物之前学到新技巧并巩固已有技巧,就会使保护性因素得到加强。比如,会有一些课程向年轻人传授各类生活

和社交技巧（例如拒绝同龄人的施压，或在被要求尝试毒品时坚定地表明态度），并动员社区共同努力，帮助邻里相互了解，为大家创造一个更安全、更健康的社区环境。越来越多的学校开设了这种课程，帮助年轻人做出更健康的决定、并坚持他们认为正确的观念。社区中心也会提供一些其他的课程。对正在滥用药物、需要更多帮助和支持的年轻人，很多治疗服务机构可以为那些受影响的人及其家人提供帮助，成功重建一种没有毒品困扰的生活方式。

下文所列活动有助于大家更好地了解导致一个人更易涉足和不太能够抗拒药物滥用的各种条件。从了解一个人当初走上药物滥用这条路开始，更容易理解为什么有些人能够拒绝毒品，而让另一些人对毒品说“不”就不那么容易。

讨论要点

- 就药物滥用而言，你认为什么是脆弱性？
- 哪些因素会令一些人比其他人更容易产生药物依赖？
- 在人与人之间、家庭之间、社区中间，这些因素有何不同？
- 有哪些保护性因素可以降低产生药物依赖的风险？
- 你如何加强自己抵制冒险行为的保护性因素？两人一组，讨论哪些方式对你最为奏效。家庭作业：上网查询美国心理学协会制作的网页“Resilience for teens”（下文列出），搜集更多保护自身健康的技巧。
- 在班上你可以通过哪些方式加强彼此的保护性因素？
- 社会如何保护公民不遭遇药物滥用问题？

活动

由青年探讨青年问题（第二部分）

在调查完青年吸毒人数之后，可以开展另一项调查，找出你的学校或所在社区的年轻人在何时、何地、与何人一起尝试或经常吸烟、饮酒或使用非法药物。将全班分成三个小组，每组分配一种有害物质进行研究。选择研究方法（在校内和周边进行观察、采访年轻人、采访可能对这个问题有一定认识的专业人士、从图书馆或者上网收集信息等）。你还可以考虑在这些案例中为什么年轻人会滥用药物。各组介绍各自的调查结果，可以采用传统

的专题介绍,也可制作一张地图,标明青年参与使用有害物质的地点、时间。还可以在 YouTube 上发布一段“新闻报道”。

保护性因素列表

列出你生活中的一些好的、可以帮助你抵御冒险行为的保护性因素。这些因素包括个人、家庭、学校和社区各个层面。同时列出你在遇到困难时能为你提供帮助的社会联系人或关系网。

学习树

这是一种流行的激发灵感教育工具。它能考察某个问题的表现、原因,促成这种原因的各种机制,问题的解决办法以及理想的状况。

1. 将全班分成四到五个小组。
2. 每个组负责调查和讨论其所在社区或国家非法药物使用的原因和后果。每组应明确关注个人、家庭或社区层面的普遍风险和保护性因素。
3. 学生要能画出一棵学习树,展示药物滥用和吸毒上瘾的根源和最终后果。
4. 学生用五分钟时间向全班展讲他们的学习树所体现的内容。学生要展讲与药物滥用相关的所有元素(问题、原因、解决办法或理想状况)。另外,还要包含从参与“青年倡议 Facebook 论坛”或者 Twitter 网页上该项目的另一个学校了解到的有关另一个国家的信息。

媒体对药物滥用的描述

连续一周写日记,记录平面和电子媒体、新闻报道、娱乐或广告中与有害物质使用相关的内容。特别留意那些吸烟、饮酒、使用其他麻醉品或受到毒品影响的青年的形象。你还可以将全班分成几个小组,每个组关注某类具体物质(酒精、烟草、非医疗使用的处方药物或非法药物)。

接下来,在班上对比大家的记录。你是否见过吸毒青年的形象?他们的形象是积极的还是消极的?他们出现在哪些场合?他们是否显示出或表现出药物滥用的任何后果?这些信息是否准确?你可以将结论按照媒体的类型和形式(广告、不同类型的新闻、娱乐等)进行分类,还要考虑信息的目标受众、这些描述是否提示了药物滥用的原因等。为便于开展,第一次可以忽略社交媒体,把它放到以后的项目中进行。如果按照药物的具体类型进行分组,各组应首先在组内讨论每个人的结论,然后再把最吸引人的内容介绍给全班。

另外,你还可以访问 www.smokefreemovies-europe.eu/en/joi/overview.html 参加一个有趣的测试,检验一下自己对电影中吸烟者形象的了解有多少。

资源

American Psychological Association, “Resilience for teens—Got bounce?”
www.apa.org/helpcenter/bounce.aspx

Home Box Office (HBO) addiction series, produced by HBO in partnership with the Robert Wood Johnson Foundation, the National Institute on Drug Abuse (NIDA) and the National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism (NIAAA)
www.hbo.com/addiction/

Information on smoking in movies
www.smokefreemovies-europe.eu/en/joi/overview.html

NIDA, “Preventing drug abuse amongst children and adolescents”
www.nida.nih.gov/prevention/principles.html

Office of National Drug Control Policy, “Above the Influence” campaign—“Recognize influence”
www.abovetheinfluence.com/influence/whydrugs

UNODC prevention website, where a guide on school-based education for drug abuse prevention can be downloaded
www.unodc.org/unodc/en/prevention/index.html

三. 滥用药物的直接影响

为更好地认识脆弱因素为何如此重要，必须确切了解毒品对大脑和身体究竟有哪些影响。因为不同的毒品由不同的化学物质构成，而毒品与身体自然分泌的化学物质会产生各种不同的反应。最终的结果会非常危险，而且长期存在。因此，全方位了解吸毒的潜在影响，将有助于我们全面认识吸毒上瘾及药物滥用对一个人的生活产生的长远影响。

本章没有长篇大论的科学讲稿，而是鼓励学生独立学习。比如，美国全国药物滥用研究所 (NIDA) 网站提供了一些有趣的游戏和动手活动（见下文链接）。下文提到的活动之一就是设计并寄出一张明信片，介绍某类毒品对大脑的影响。本章的目的在于确保年轻人了解毒品的真正影响，帮助他们及其朋友做出明智的生活抉择。

讨论要点

- 药物滥用对身体有哪些短期和长期的影响？关于药物滥用有哪些毫无根据的说法？
- 为什么某些药物（包括用于非医疗目的的处方药）属于非法药物？你是否知道你的国家对药物和有害物质使用的相关立法？
- 药物滥用对大脑有什么影响？为什么非常危险？
- 什么是药物？即便不是非法药物，服药是否就是安全的？风险有哪些？

活动

美国全国药物滥用研究所关注青少年：动脑游戏

参与三个游戏：“你属于何种神经递质？”、“攀登大脑金字塔”以及“NIDA博士的挑战”，深入探索大脑科学。

<http://teens.drugabuse.gov/havefun/index.php>

明信片项目

做完调查，并轻松完成 NIDA 网站的大脑游戏后，现在轮到你来发挥创造力了！老师会布置你设计一张明信片，描述某种药物对大脑的影响。你可以

任意发挥，强调科学性或者艺术性均可。然后，将明信片寄给另一个国家的一名参与“青年倡议”的学生，共同预防药物滥用。我们共同参与！

与麻醉品相关问题的集体集思广益

要求每个学生在 8 分钟时间内尽量多地写出吸食麻醉品（烟草、酒精、非法药物和用于非医疗目的的处方药）的短期和长期负面影响。然后，每个人轮流读自己的清单。如果有人提到的影响也在你的清单上，请将其划去。这样，每个新的读清单者都只提出之前没人提到的影响。向列出其他人都没想到的影响最多的第一名和第二名同学祝贺。将吸食麻醉品的所有这些负面影响按以麻醉品类型分列的短期和长期影响分栏写在一张大海报上。然后在学校醒目地展示这张海报。

资源

Australian Drug Foundation
www.druginfo.adf.org.au

Neuroscience for Kids
<http://faculty.washington.edu/chudler/introb.html>

NIDA for teens
<http://teens.drugabuse.gov>

NIDA “National drug facts week”
www.drugfactsweek.drugabuse.gov/

注：你也可以利用社区组织提供的信息开展你个人的调查！

四. 处方药滥用

不管多大年纪，都有很多人认为，处方药是由医生开出且由药房配发用于处理医疗状况或治疗疾病的，所以比街头非法药物安全。然而，处方药与非法药物的作用原理相仿，如果不遵医嘱服用，就和非法药物一样，同样会对大脑和身体造成严重危害，甚至导致服用过量。

一定要认识到，各国政府已经达成共识：包括处方药在内的精神药物和麻醉药品如果没有在受过专门培训的医生监督之下用来处理医疗状况或治疗疾病，是非常危险的，需要对其进行管制。各国赞同采取药品管制措施，例如规定只有经专门培训的医师方可开具处方药，并且处方药只能从有执照的药房购买，由受过专门培训的药剂师对其进行配发和销售。

然而依然有人想将处方药用于非医疗目的，其原因往往与非法药物使用理由类似，或是为了替代非法药物。处方药通常更容易获取，比如从家庭药箱中拿取。加之标有关于成份、疗效和副作用以及服用剂量的信息，让处方药看起来比街头上购买的非法药品安全。有时候，朋友之间可能会分享或出售医生开的处方药。人们往往意识不到，即使是与某个正经受病痛折磨而且似乎需要药物治疗的人分享或向其出售处方药也是不安全的、违法的。

有些人，包括年轻人在情绪低落或非常疼痛的时候会用处方药自行治疗，从家庭药箱里拿药吃。自行治疗十分危险，可能导致药物依赖。

年轻人还可能出于提高能力或成绩的目的而使用处方药。比如，为了学习考试时保持清醒。再次提醒，处方药除了用于医疗目的或者医师所嘱目的，不应用于任何其他目的。

基于上述所有原因，必须提高对处方药滥用问题的认识，帮助防止青年人发生此类滥用。

下文所列活动需要运用前几章得到的有关大脑的知识，考察常见处方药会给大脑造成哪些实际影响。

讨论要点

- 使用非医生开具的处方药为何十分危险？
- 为什么有些人认为处方药是安全的，即便处方药物用于非医疗目的？为什么这种观点是错误的？

- 为什么有些人，包括年轻人在内会将处方药用于非医疗目的？
- 你所在社区有这种情况发生吗？如果你不太确定，可如何找到答案？
- 哪类群体尤其易出现此类药物滥用问题？
- 在你所在社区，是否有用于受该问题影响的人的资源？你所在社区有哪些与处方药滥用相关的行为者或利益相关者？

活动

信息翻译

在 TeensHealth 网站（参见下文）找到相关信息。该信息为英文，但要在你的学校和社区对其进行有效传播，你必须将其翻成本地语言。三人一组，调查三种常用的处方药（类阿片、中枢神经系统抑制药物和兴奋剂）的作用，并将一小段英文介绍翻译成你的母语。把你的译文打印出来，然后以组为单位在学校或社区中散发，作为积极提高人们对处方药滥用问题的认识的第一步。

你自己设计的各种活动

如果你设计的活动开展顺利，在“青年倡议 Facebook 论坛”主页上把它介绍给其他小组。

资源

Australian Drug Foundation
www.druginfo.adf.org.au

Health Canada, “Drugs not 4 me” campaign
www.hc-sc.gc.ca/hc-ps/drugs-drogues/youth-jeunes/index-eng.php

Neuroscience for Kids
<http://faculty.washington.edu/chudler/introb.html>

NIDA for teens
<http://teens.drugabuse.gov>

Office of National Drug Control Policy, “Above the Influence” campaign
www.abovetheinfluence.com/

TeensHealth, “Prescription drug abuse”
http://kidshealth.org/teen/drug_alcohol/drugs/prescription_drug_abuse.html

UNODC information on the non-medical use of prescription drugs
www.unodc.org/unodc/en/drug-prevention-and-treatment/non-medical-use-prescription-drugs.html

五. 与药物滥用有关的后果和风险

除了了解药物对人的大脑和身体造成的化学影响，还应该认识到药物滥用的其他一些重大影响会对一个人的健康与安全造成长期影响。比如，药物滥用可能会令人性情大变，严重影响与家人和朋友的关系；吸毒后驾驶可能产生破坏性后果；或会增加感染艾滋病毒的风险，特别是在使用被污染的注射器具时。

下文所列信息并不是危言耸听，而是让大家了解情况。本部分介绍药物滥用隐含的重大风险以及可通过哪些方式与朋友交流这些问题，目的在于加深认识药物滥用对人际关系、健康和安全的影響。

行为反应

服用精神活性药物会严重影响性情和整体精神健康，因为这些药物会与大脑自然分泌的化学物质发生反应，这在上文已经讨论过。服用这些药物会让我们做课时无法集中注意力，甚至无法自信地社交。吸毒上瘾者与家人和朋友的关系往往会受到不利影响，因为吸毒上瘾者不合常规的行为举止会使他人难以信任。药物滥用还会导致抑郁，如果无法找到有效的治疗和支持，甚至可能导致吸毒者自杀。

感染艾滋病毒的风险

吸毒的另一个严重危害就是增加了感染艾滋病毒的风险。不安全性行为、共用不洁的针头注射毒品都会造成这种结果，是非法药物使用的一种致命后果。艾滋病毒通过直接接触血液等某些体液传播。病毒侵袭身体的免疫系统并最终导致艾滋病。这种疾病目前依然是不治之症。

甚至吸毒后恍惚状态的影响也可能导致严重后果。处于吸毒后恍惚状态会增加参与高风险行为的可能性，削弱人的决策能力，也就是说，人们可能会做出清醒时通常不会做的行为。比如，有的人在吸毒后恍惚状态中更可能发生不安全性行为并忘记使用安全套，这会导致易感染艾滋病毒、其他性传播疾病或者肝炎，或者导致怀孕。

削弱驾驶能力

另一个与药物滥用有关的高风险行为就是驾驶能力减弱。尽管不同毒品对大脑的影响有所不同，但吸毒后驾驶永远都不明智。就像酒后驾驶一样，吸毒后驾驶时神智会发生变化，导致行为和判断力不可预期。这意味着有的人可能会超速，注意力无法集中，无法注意迎面而来的车辆，甚至会在驾驶时睡着。无论是什么毒品，吸毒后驾驶不仅严重威胁到驾驶者的生命安全，还威胁到其家人、朋友和社区成员的生命安全。

如果有朋友明显处于吸毒后恍惚状态、采取冒险行为或强迫他人也这么做，人们很难坚决抵制。下文所列活动有助于练习如何抵制，并就某个朋友让你担心时你该如何以最佳方法与之沟通给出了一些建议。我们的目标是找出最有效的方式传达信息：吸毒后恍惚状态时的行为可能对涉及到的每个人都会造成长期、危险的影响。下文列出的资源链接提供了不错的建议，有助于阻止朋友做出令他们后悔的决定。

讨论要点

- 滥用药物会产生哪些后果？这些后果会如何影响你的日常生活？
- 药物滥用会如何影响你的人际关系？
- 什么是艾滋病毒？为什么说预防艾滋病毒非常重要？
- 吸毒后恍惚状态对你的判断力和性格产生的影响会造成哪些危害？
- 为什么年轻人喜欢酒后驾驶或者吸毒后驾驶？
- 如果要帮助朋友避免做出冒险的决定，你该告诉他们哪些情况？
- 你认为本校的青少年对于使用酒精、烟草和其他麻醉品的风险和后果有多深的认识？
- 你认为非法药物使用会对社会造成哪些影响？

活动

身体地图

在一张大纸上画出一个人的轮廓。然后在可能因吸毒而受损的身体部位画上箭头，说明是哪些毒品造成了怎样的后果。与合作伙伴的地图进行对比，然后在全班分享。

短剧时间！

两、三人一组，编写一个小故事或者短剧，其中包含这样的情节：一个年轻人的朋友或家人因为烂醉而无法开车，这个年轻人成功对其进行干预。如果有

摄像机，可以把短剧拍下来，发送给联合国毒品和犯罪问题办公室，或者在 YouTube 上与参与联合国毒品和犯罪问题办公室“青年倡议”的其他学校分享。

摄影周

在班上组织一次以“麻醉品使用的后果”为主题的摄影比赛。用照片记录你所在社区麻醉品使用的各种不良后果。比如，人们在抽烟的地方乱扔烟头和各种垃圾；一到晚上就会令人感到不安全的公园，因为你觉得有可能在那里碰到处于醉态的人；一家你觉得可能在向未成年人出售酒精饮料的商店；或者你能想到的任何其他的东西。选出最佳照片，并在教室外的过道上举办摄影展。

另找一次机会，组织类似的摄影比赛，反映社区中积极的、有助于大家实现健康生活方式的各种现象！

毒品使我们的地球付出了怎样的代价？上网找一找麻醉品生产给环境带来的影响，包括烟草行业对环境的影响。麻醉品生产给社会带来了哪些影响？用不同的方式向不同观众介绍你的发现：家庭讨论，在学校集会上演唱，或在学校的展示墙上张贴海报等。

资源

Australian Drug Foundation, “Staying safe on the roads: tips for young people”
www.druginfo.adf.org.au/fact-sheets/staying-safe-on-the-roads-tips-for-young-people-web-fact-sheet

Canadian Centre on Substance Abuse, “Xperiment.ca”
www.xperiment.ca

Canadian Centre on Substance Abuse, “British Columbia roadside survey 2010”
www.ccsa.ca/Eng/Priorities/ImpairedDriving/BC_Roadside_Survey_2010/Pages/default.aspx

Health Canada, “Drugs not 4 me” campaign
www.hc-sc.gc.ca/hc-ps/drugs-drogues/youth-jeunes/index-eng.php

Liquor Control Board of Ontario, “Deflate the elephant”
www.deflatetheelephant.com/deflatetheelephant.html

Nemours non-profit organization, “Kids-Health: HIV and AIDS”
http://kidshealth.org/kid/health_problems/infection/hiv.html#

UNODC, “HIV and AIDS: What is being done”
www.unodc.org/unodc/en/hiv-aids/what-is-being-done.html

六. 防止药物滥用

前几章介绍了哪些因素导致人们易滥用药物,药物如何影响人的大脑和身体、行为及人际关系,滥用药物通常会产生哪些后果。现在我们应该思考一下,是否有可能预防年轻人尝试毒品、滥用药物。如果可能,我们又该如何做。

预防年轻人尝试毒品、滥用药物是可以做到的。青少年越早获得正确的信息和技能,在成长过程中就越能做出更健康的选择,并获得更多技能在闲暇之时从事体育、戏剧和音乐等健康活动,而不是尝试毒品。另外,年轻人和父母、兄弟姐妹、朋友、老师和社区的关系越积极、友爱,也就越不太可能需要去涉足毒品。

我们还知道,有些类型的预防方案能够发挥作用,而有些却不能。所以,我们该怎样做才能预防药物滥用?为了让年轻人在生活中做出健康、安全的选择,克制自己不去尝试毒品,他们需要掌握有关毒品、吸毒、毒品的影响与后果等方面的正确信息,并在有人向自己提供毒品甚至被迫吸毒时知道该如何处理和避免。他们还需要一定的生活技巧处理这些情况,并有一个有助于作出健康选择的环境。

学校是向年轻人传递信息的理想场所。大部分儿童和青少年都会上学,有经过专业培训的教师采用互动、有趣的方法,向他们传授正确的信息和技能,帮助年轻人在生活中做出健康有益的决定。学校可以帮助学生在几年的时间里发展这些技能、知识,加强学习体验。这些方案应该作为学校制定规章制度政策的一部分,一旦发现某个学生滥用药物,可以向其解释他能获得哪些支持机制(比如与学校的心理辅导老师面谈),以及药物滥用的后果等。政策应以支持为主,而非惩罚。

家庭和父母在养育孩子的过程中有时也需要支持和帮助。可以开展一些预防方案,支持父母改善家庭关系,花时间共处、增进彼此关系,向父母传授一些监督、管理以及与孩子沟通的技巧,有效预防青少年和儿童的行为问题,改善家庭整体生活质量。

在工作场所,雇主要确保员工的健康安全,为员工提供有利身心健康的服务。这不仅对员工是好事,对企业也是如此。因为只有身心健康的员工才有生产力,才能减少事故,少请病假。

这些方案的共同之处在于，它们都通过一系列的课程传授有关药物和药物滥用问题的技巧和正确信息。

我们也清楚哪些方案是无效的。单纯通过电视、广播上的宣传活动或使用了恐怖图片或口号的路边宣传牌都不能改变行为，因为它们没有传授在一个人碰到吸毒情况时如何拒绝毒品的必要技巧。仅凭体育运动、音乐和戏剧这样的替代性活动也不能帮助年轻人应对这些情况。但如果结合生活技能教育和有关毒品的信息，就能成为有效的工具，帮助年轻人改变对吸毒的看法和态度。

当前的任务是集中发掘更多行之有效的预防方案，确定采取什么形式，由谁来实施，在哪里实施，以及应以谁为目标。

讨论要点

- 如果你遇到其他人尝试毒品或正在吸毒，你该如何拒绝，如何避免其他人强迫你尝试毒品？
- 你认为自己需要哪些技巧和信息才能避免滥用药物？
- 你熟悉哪些预防方案？
- 你是否参加过学校、体育社团或者社区其他地方所组织的以传授生活技能为基础的毒品教育方案？

活动

学校政策

了解一下你的学校是否已经制定了关于药物滥用的政策？如果有，看看政策所规定的活动是否得到支持、开展和落实。如果你的学校没有制定关于药物滥用的政策，看看你能否想办法引起老师、家长和其他学生对这个问题的注意。你还可以看看互联网上有哪些资源可以引导学校制定关于药物滥用的政策。

校内宣传活动

你希望学校里发生哪些变化才能让你和其他人感到更舒服？确立一个具体的目标，无论大小，只要是你希望在学校内实现的，以便创造一种远离毒品的健康的生活方式。你既可以关注对抗药物滥用的负面后果或风险因素，也可以关注加强校内已经建立的积极的支持性因素。发挥你的创造力！可以在小组中集思广益，然后投票选出最受欢迎的点子。

然后思考一下，实现这个目标需要采取哪些步骤？制定一份行动计划，把任务分成多个小步骤。思考一下你有哪些资源？你的小组成员都擅长什么？还能

找到哪些人参与进来？可以求助于哪些成年人？怎样才是一份切实可行的计划？如何宣传你的活动？你如何对其进行最终的评估？把计划介绍给校内的其他人。如果你拥有足够的资源，那就立刻实行吧！把你的最终计划或者关于所开展的活动的记录通过社交媒体与其他参与“青年倡议”的人分享。

社区参与

以小组为单位，通过保健中心、青年中心、宗教团体以及甚至是企业等私营部门，找一找你所在的社区都开展了哪些防止药物滥用的项目。为你的社区画一幅地图，标示哪些人参与了防止药物滥用的活动、哪些人还没有参与进去！

体育运动

找找看，你所在的社区都开展了哪些体育活动，并制定一份计划，阐明如何利用这些活动作为防止你所在社区内药物滥用的有效工具。

资源

NIDA, “Prevention can work”

<http://archives.drugabuse.gov/about/welcome/aboutdrugabuse/prevention/>

NIDA, *Preventing drug use among children and adolescents: A research based guide for parents, educators and community leaders*, available from:

<http://drugabuse.gov/pdf/prevention/redbook.pdf>

Smokefree class competition

www.smokefreeclass.info/smoking_and_youth.htm

UNODC drug abuse prevention guide

www.unodc.org/unodc/en/prevention/schools.html

UNODC family skills training programmes—publications

www.unodc.org/unodc/en/prevention/familyskillstraining.html

UNODC global youth networks resources for taking action

www.unodc.org/youthnet/youthnet_action.html

UNODC prevention website

www.unodc.org/unodc/en/prevention/index.html

七. 药物依赖的治疗

除了了解药物滥用的原因和影响，以及如何预防药物滥用，我们还必须知道药物依赖是可以医治的，药物滥用者是在帮助下摆脱药物依赖的。治疗方案、咨询服务和康复中心都提供安全、健康的环境。药物滥用者可以在这些地方寻得帮助，重拾健康。

药物滥用会在大脑中留下永久的印迹，影响人的思维，特别是对情绪和行为的约束能力。可以选择的治疗手段有很多，从药物治疗到心理社会治疗，此外还有康复后支持。结合多种不同治疗手段的情况比较常见，因人制宜满足个人需求。不过，尽管药物依赖可治，但已经产生依赖的人通常总是易发生药物滥用，即便他们已经康复。一再复发是这种病的表现之一。也就是说，一个人必须将学习心理社会技巧作为治疗内容的一部分，停止可能导致复发的行为，在今后的人生中保持康复的状态。药物依赖需要接受长期治疗，不能一蹴而就。

任何正想尝试吸毒或者曾经尝试吸毒的人都应该与一位值得自己信任的成年人讨论这个问题。这个人可以是家长、老师、学校的咨询老师、医生或者其他社区成员。无论是哪些人，重要的是这些人要帮助青年获得必要的咨询，明白他（她）为什么想要尝试吸毒以及如何避免再次尝试。另外，如果青年参与了不安全性行为、共用不洁针头等高风险行为，一定要接受性传播疾病和（或）艾滋病毒检测。

如果青年知道某个朋友或家庭成员吸毒上瘾，首先是要将问题告知一位值得自己信赖的成年人。与某个人讨论他（她）吸毒的问题可能很难，因此争取其他人的支持就显得非常重要。但最终，争取支持可能真的有助于某个药物依赖者康复并开始新的生活。

下文所列活动就如何与接近药物滥用的人交谈提供了指导。还有机会更多地了解社区内的治疗设施，帮助一些人找到所需要的服务。

讨论要点

- 如果你正在考虑或者已经尝试过毒品，你应该和谁讨论这个问题？
- 如果某个家庭成员正在吸毒，你该怎么做？

- 你所在的社区有哪些针对药物滥用者的治疗方案？
- 你所在的学校里如果有人想戒烟或者戒酒，他们能获得支持吗？你所在社区的其他地方是否提供这样的支持？
- 治疗药物依赖有何好处？它是如何帮助人们克服吸毒问题的？

活动

角色扮演

两人一组编写一小段对话，反映出一个人发现自己的某个朋友或家人有药物滥用行为。尽量回想你从本课程中学到的所有东西，设想药物滥用者可能对你说些什么，他们的反应如何，他们为什么会为自己吸毒辩解，他们为什么可能希望获得另一个青年的帮助。在班上分两次表演这个短剧，并且两个人要调换角色，轮流扮演药物滥用者和试图帮助他们恢复的青年。如果可以，最好把表演拍摄下来并上传到 YouTube 上，让更多人了解如何为其他人提供帮助。

查找治疗设施

上网，或者走入你所在的社区，调查有哪些设施可以为吸毒上瘾者提供帮助。然后画一张社区地图，联系一些重要地标建筑标注出每座设施的位置，比如学校、城镇广场或者康乐中心等。

介绍治疗设施

向班上其他同学展示你的地图，介绍你发现的每座设施都是如何帮助药物滥用者克服吸毒上瘾问题的。你能想出其他办法吗？

资源

Office of National Drug Control Policy, “Above the influence” campaign, “Get help”
www.abovetheinfluence.com/help

The Office of the Children’s Commissioner, *You are not on your own: A booklet to help children and adults talk about a parent’s drinking*, available from:
www.childrenscommissioner.gov.uk/content/publications/content_498

八. 青年在防止药物滥用全球行动中的作用

联合国毒品和犯罪问题办公室“青年倡议”相信，青年代表了在社区、乃至世界范围内防止药物滥用的一支生力军。相对于很多科研人员，他们有着更多当下青年的体会，能够在尊重这一病症的事实的基础上传达积极、非污名化的信息，从而应对世界各国面临的严重的药物滥用混乱问题。

在这一部分，你需要运用对整个项目的思考。如何防止其他青年开始药物滥用？今天的学校如何帮助青年做出更好的决定？社区如何帮助成员提高对毒品的认识、克服药物滥用这种病症？

实际上，这些问题的答案有很多。首先是要知情。在本讨论指南的帮助下开展完所有研究、学习和分享，你就能自豪地认为自己已经实现了知情这一目标。下一步是拒绝接受不准确的形象、成见和偏见，以及想当然的理论，而是要认清有关药物滥用者和药物依赖者的事实。第三，是发挥创造力的时候了。要想方设法把你了解的信息传递给社区内的其他青年（甚至是其他成年人！）。

提高认识活动，比如海报、集会或者为本地某家治疗服务机构募资，都是传递信息的有效手段。社交媒体网站，比如 Facebook、Twitter 和 YouTube，也为表达对吸毒的看法提供了一个不错的平台。把本课程各种活动的视频发布上去，也可以为其他青年提供有价值的资源，用于防止他们生活、家庭和社区中的药物滥用行为。

下文所列资源有助于提供一些传播药物滥用信息的点子，动员青年一起努力，防止药物滥用。在博客、推特、Facebook 上发布一些通过下文所列活动认定的、可以替代药物滥用的活动，也是不错的起步方式。

讨论要点

- 你希望如何帮助今天的青年做出更好的决定？
- 青年如何帮助在学校、家庭和社区防止药物滥用？
- 你可以在社区中宣传哪些有趣、参与性的可替代吸毒的活动？

- 你的班级如何在学校、社区甚至国内提高人们对你所学知识的认识？你如何影响社区提供与药物滥用相关的服务？你的国家内的青年可以何种好方式影响立法？
- 你如何在全球范围内提高认识？
- 联合国毒品和犯罪问题办公室的青年伙伴以及其他参与本倡议的学校和团体如何减少年轻人中间的药物滥用行为？

活动

100 件我更愿意做的事情

以小组为单位，想出 100 件与药物滥用或其他危险活动无关的事情。把你列出的单子公布到社交网站上，并对比全球各地其他“青年倡议”学生的答案！

提高认识竞赛

四到五人一组开展集思广益，构思一个提高认识项目，并思考如何把计划变为行动。全班投票选出最佳点子团队！然后落实它，在社区中把你的点子变成现实。

全球携手

通过集思广益，构思可以同其他学校一起开展的项目，以及可以通过哪些充满趣味的方式与其他参与本倡议的学校进行互动。把最佳点子发布到 Facebook 上吧！

资源

Global Poverty Project, “How-to” guide on using social networking sites, available from: www.globalpovertyproject.com/howto/social_networking

Global Poverty Project, “How-to” guide on organizing an advocacy or campaign event, available from: www.globalpovertyproject.com/howto/organise

Natural High non-profit organization, whose mission is to encourage youth to choose a natural high and reject drugs and alcohol
www.naturalhigh.org/

Office of National Drug Control Policy, “Above the influence” campaign, “Live above the influence” www.abovetheinfluence.com/liveati

Office of National Drug Control Policy, “Above the influence” campaign, “Share your voice” www.abovetheinfluence.com/speak

Students against Destructive Decisions
<http://sadd.org/mission.htm>

附件一

增进相互了解的一些创意

Human bingo 游戏

可以用一张 bingo 卡或者一张一览表来玩这个游戏。bingo 卡上的每个方格和一览表上的每一条目都写着团队中某人的信息。玩者必须找到这个人，要求他（她）在 bingo 卡的方格或者一览表的条目上签字。第一个在所有 bingo 方格或者一览表的所有条目上签完名的人获胜。

访谈

每个人都要对自己旁边的人进行访谈，时间是五分钟。然后，把这个人介绍给团队。可以给出一份访谈问题清单，或者自己设计问题。

你宁愿……？

问问题，请他人两者择一（比如“你宁愿自己是 3 英尺高还是 8 英尺高？”）的情况下做出艰难的选择。让大家自己设计问题。

我从未做过那个！

围坐成一个圆圈。给每个人发 10 到 15 件小物品，比如硬币或者软糖豆。每个人轮流讲述自己从来没有做过的事情。比如“我从来没有在美国以外旅行”，“我从未吃过寿司”或者“我没有拉过小提琴”。如果有人做过发言者提到的事情，就要把一粒糖豆或者一枚硬币交给发言者。大家轮流讲述两圈后，手中的糖豆或硬币最多的人是赢家。

两真一假

每个人轮流讲两件关于自己的真事和一件假的事情。团队成员猜一猜哪一件事情是假的。

知名夫妻

把知名夫妻或情侣的名字贴在人们的后背。大家相互提问，但只能用“是”或者“不是”来回答，目的是找到自己的伴侣。

知名作家

在大家的后背贴上一些著名作家的名字。大家相互提问，但只能用“是”或者“不是”来回答，目的是猜出作家是谁。

附件二

设计活动的指导方针

这份清单列出了你在设计活动时需要考虑的指导方针。没有必要在所有活动中面面俱到，但每一点都值得你思考。不过你需要记住最重要的原则是，每一项活动都需要紧扣主题，目的要明确。

开展活动的人

- 这项活动能否在时间允许范围内办成？
- 这项活动是否贴近实际、充满乐趣？（如果活动以开展活动的人的经验为基础，这一点就尤为适用。）

活动缘由

- 活动的目的是什么？
- 可以学到哪些新东西？
- 学习者能够看到活动的目的吗？
- 参与者是否清楚开展这项活动的意义？
- 这项活动是否提供了任务评估机会或者思考所学的机会？

活动程序

- 说明是否简明扼要，有条理？
- 活动是否要求学习者开展有针对性的合作？（虽然一些活动显然是针对个人设计的，但与其他人合作确实是一种非常有价值的学习方式）

激发参与者的积极性

- 你是否采用了生动有趣的素材来振奋学习者（比如图片、声音、物品或文章）？
- 活动是否在逻辑上与下一项活动或话题相关？
- 活动的挑战是否适度？
- 活动是否提供了反馈以有助于提高学习者积极性及建立信心？
- 是否鼓励学习者表达自己的观点，思考自己的意见？

附件三

提供药物滥用信息的青年友好场所名单

American Psychological Association, “Resilience for teens—got bounce?”
www.apa.org/helpcenter/bounce.aspx

Australian Drug Foundation
www.druginfo.adf.org.au

Canadian Centre on Substance Abuse, “Xperiment.ca”
www.xperiment.ca

“Check Yourself” (supported by the Partnership at Drugfree.org)
<http://checkyourself.com>

European Commission Justice
http://ec.europa.eu/justice/anti-drugs/index_en.htm

Frank—friendly, confidential drugs advice and personal stories
www.talktofrank.com

Global Poverty Project, “How-to” guides
www.globalpovertyproject.com/howto/social_networking

Home Box Office (HBO) addiction series, produced by HBO in partnership with the Robert Wood Johnson Foundation, the National Institute on Drug Abuse (NIDA) and the National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism (NIAAA)
www.hbo.com/addiction

Health Canada, “Drugs not 4 me” campaign
www.hc-sc.gc.ca/hc-ps/drugs-drogués/youth-jeunes/index-eng.php

“Just think twice”
www.justthinktwice.com

Liquor Control Board of Ontario, “Deflate the elephant”
www.deflatetheelephant.com/deflatetheelephant.html

“Monitoring the future”, a continuing study of American youth
<http://monitoringthefuture.org>

Natural High
www.naturalhigh.org

Neuroscience for Kids
<http://faculty.washington.edu/chudler/introb.html>

National Institute on Drug Abuse, for teens
<http://teens.drugabuse.gov>

Office of National Drug Control Policy, Above the Influence campaign
www.abovetheinfluence.com

The Office of the Children's Commissioner, *You are not on your own: A booklet to help children and adults talk about a parent's drinking*, available from:
www.childrenscommissioner.gov.uk/content/publications/content_498

Students against Destructive Decisions (SADD) seeks to provide “the best prevention tools possible to deal with the issues of underage drinking, other drug use, risky and impaired driving, and other destructive decisions.”
<http://sadd.org/mission.htm>

TeensHealth, “prescription drug abuse”
http://kidshealth.org/teen/drug_alcohol/drugs/prescription_drug_abuse.html

UNODC prevention website containing various materials: the UNODC family skills training programmes, the publications, “School-based education for drug abuse prevention”, “SPORT—using sport for drug abuse prevention”, “Monitoring and evaluating youth substance abuse prevention programmes”, and others
www.unodc.org/unodc/en/prevention/index.html

法文资源

Centre canadien de lutte contre l'alcoolisme et les toxicomanies (CCSA)
www.ccsa.ca/Fra/Pages/Home.aspx

Council of Europe Pompidou group on combating drug abuse and trafficking
www.coe.int/t/dg3/pompidou/default_FR.asp?

European Commission Justice
http://ec.europa.eu/justice/anti-drugs/index_fr.htm

Health Canada
www.hc-sc.gc.ca/hc-ps/drugs-drogues/index-fra.php

Mission interministérielle de lutte contre la drogue et la toxicomanie (MILTD)
www.drogues.gouv.fr

西班牙文资源

Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas (CICAD)
www.cicad.oas.org/main/template.asp?file=/oid/default_spa.asp and
www.cicad.oas.org/Main/Template.asp?File=/reduccion_demanda/default_spa.asp

European Commission Justice
http://ec.europa.eu/justice/anti-drugs/index_es.htm

Information for parents
www.laantidroga.com

Plan Nacional sobre Drogas (Spain)
www.pnsd.msc.es/Categoria2/centro/home.htm

附件四

“青年倡议 Facebook 论坛”：指导方针

为确保“青年倡议 Facebook 论坛”得到最有效、最优化的使用，这里有一些随时可以运用的基本规则——请熟悉它们。

话题

这是关于联合国毒品和犯罪问题办公室的平台，话题涉及青年在药物滥用问题中的角色，以及如何帮助青年由青年自己创造健康的生活方式。请不要讨论与本论坛无关的话题。此外，发布的回应要具体，紧扣原文中讨论的观点。

交流

本论坛的主要目标是就观点和知识进行富有成果的交流。为了将这个目标发扬光大，我们要求大家相互尊重，评论要针对观点而非个人。不能容忍“激怒”或辱骂他人。

歧视

绝不容忍基于种族、性别、宗教、国籍、身体或精神残疾、或者疾病发布宣扬歧视的内容或者链接。

形象

请不要在本论坛上发布任何不雅或者包含非法形象的内容。此外，我们提请各位注意，一些网站经常会在没有通知的情况下更改内容，所以在发布链接时请留意。

广告

本论坛不应作为促销或宣传产品及服务的场所。请不要出于个人目的在本论坛发布任何广告或招聘信息。

个人信息

这是一处公共论坛，你发布的任何信息都会成为公共领域的一部分。因此，我们要求各位避免发布任何个人信息。

版权

请尊重其他用户、网站和媒体的版权。未经允许发布的任何信息或图片链接都将被删除。

垃圾信息

对于垃圾信息我们采取零容忍政策。

告知

欢迎各位与我们合作，报告任何违反上述指导方针的发帖。请将电子邮件发送给我们的版主，邮箱：twolfe@unausa.org

版主

与所有网站论坛一样，本论坛也设立一名版主，其保有对任何不敬或者违反上述规则的发帖进行处理的权力。

疑问

如果你有任何问题或者疑问，请联系联合国毒品和犯罪问题办公室青年论坛版主。

注：关于有助于你管理在 Facebook 上的个人信息的提示见：

www.techradar.com/news/internet/web/20-facebook-privacy-settings-tips-924540



UNODC

联合国毒品和犯罪问题办公室

Vienna International Centre, PO Box 500, 1400 Vienna, Austria
Tel.: (+43-1) 26060-0, Fax: (+43-1) 26060-5866, www.unodc.org