

预防青少年 滥用药物 计划参与手册

发展与促进指南



联合国药物管制和犯罪预防处
维也纳

预防青少年 滥用药物 计划参与手册

发展与促进指南



联合国
纽约，2002



目 录

鸣谢	4
第一章	
引言	5
为什么编写本手册?	5
是谁编写了本手册? 怎样编写的?	7
本手册是为谁编写的? 对象是谁?	8
如何使用本手册?	9
按本手册行动你能得到什么?	9
第二章	
了解滥用药物的情况	11
有关药物的各种情况	11
了解滥用药物的情况/年轻人使用麻醉品的原因	15
基本的预防原则	20
第三章	
弄清你所在社区的需要和计划的制订	25
筹建青少年规划小组	26
你需要的信息	29

鸣谢

本手册是许许多多参与预防滥用药物青少年计划网络工作的人员和组织劳动的结晶。因此，我们特向许多对本手册的编写产生过直接或间接影响或作出过贡献的人士致以深切的谢意。

儿童环境研究小组的塞利姆·伊尔图什和金·萨博协同药物管制署一起构思了本手册的总体思想，并编写了第一、二章和第三章的初稿。斯特凡诺·贝尔泰拉姆（药物管制署减少需求科）对文本作了进一步修改，并对手册进行了编辑。高塔姆·巴巴尔（药物管制署减少需求科）对手册加以修订，并对第一、二章和第三章作了大量工作，加以补充，进行了编辑和重写，统一了文体，为手册的最后出版作了充分准备。巴巴拉·伦贝格（药物管制署科学科）为麻醉品一章提供了有用的资料。朱哈伊达·哈纳诺（药物管制署减少需求科）为手册的版面和设计进行了准备。在此还要特别感谢加利·罗伯茨（加拿大药物滥用管制中心）和艾伯塔酒精及药物滥用委员会的工作人员，感谢他们在本手册的编写过程中提供了帮助和支援。

另外，还要感谢加拿大、意大利、挪威、瑞典、瑞士和联合王国政府为本手册的编写作出了慷慨的贡献。

本手册主要是人们广泛参与预防计划的结果，这个参与过程涉及到全球范围33个以上青少年滥用药物预防计划。本手册中的大部分材料来自于参与这些计划的青少年和成年人的实际生活经历。手册介绍了他们关注的问题、想法和创造性，我们希望手册的出版将有助于制定和/或改进针对青少年的滥用药物预防计划。本手册中包含的补充信息来自于联合国各机构（儿童基金会、世界卫生组织、教科文组织、联合国艾滋病联合计划署、人口基金）以及从事青少年工作并具有丰富经验的非政府组织的经验。我们还要对加拿大卫生部表示感谢，感谢它为我们提供了《社区行动资源手册》。

本出版物未经正式编辑。

第一章

第一章

第一章

第一章

第一章

第一章

引言

为什么编写本手册？ 不用另一本手册了！你们中间有许多人在坐下来浏览本书时都对自己这样说，不是吗？干吗还要另写一本？

现在，首先让我们来谈谈编写这本手册的原因吧，希望你们在读完本节时能认识到这不只是另一本手册。

药物滥用作为一种社会现象确实让人感到惶恐不安，因为它在青少年中非常流行。在最近这20来年里，世界各国发现在最富有活力和最重要的这部分人口中滥用药物的现象在与日俱增，达到了令人忧虑的程度。

如果想解决滥用药物的问题，领导这项工作的必须是青年人自己，因为他们比任何人都清楚自身的需要。

为了赋予想为预防滥用药物做些工作的年轻人某种权力，药物管制署在来自世界各地的某些青年团体的配合下，开始了为青年团体准备工具的进程，供他们在组织和开始采取打击滥用药物的行动时使用。

需要认真注意的是：本手册是一种工具，这意味着它的效果实际上取决于你使用它的方法，它是针对希望做点事情的人的，是为了帮助你井然有序地采取行动，它是由年轻人自己编写的。

本手册有三个目的：一是为经过认真挑选的目标群体提供帮助；二是确定目标群体，通过询问他们问题之所在，从而找出与他们有关的实际问题；三是帮助目标群体找到解决这些问题的办法。

因此，本手册的主要意图是在青少年和社区的参与和积极介入下为希望制定预防滥用药物计划的年轻人和成年人提供工具。本手册对于那些已经参与现有的青少年滥用药物预防计划的和对评估和改进既定计划感兴趣的人也是非常有用的。

指导本手册的某些关键理念是：



参与

让青少年参与计划的制定，这一点非常重要，理由是多方面的。年轻人思路开阔，能提出种种解决办法，如果有听取他们意见和让他们进行工作的机会，他们就

能作出极大的贡献。参与本身赋予年轻人一种目标和方向感，使他们感觉到自己与该计划的活动和使命是紧紧联系在一起的。



同龄人对同龄人

在与其他年轻人交流预防的信息方面，年轻人通常要比成年人有效得多，因为他们之间有着

同样的经历，使用同样的语言，他们之间的交往往往要比成年人来得更加真诚。



文化敏感性

由于世界各地的环境、人口和文化存在着差异，计划必须为各自的社区提供独特和专门的解决方案。

有些时候，预防滥用药物方面的信息没有尊重它们打算帮助的人们的文化与传统。

然而人们发现，预防滥用药物的种种方法与它们应对青少年需要的方法之间存在着许多类似的东西。在后面几页中你将会看到某些共同的特点，它们对预防年轻人滥用药物产生了积极的影响。

本手册包含五个广泛的方面。**首先**是有关麻醉品的一般情况。详细情况可以查阅附件中提到的药物管制署的各种出版物（将在整个手册出版时加以汇编）。尤其是，手册将提供年轻人中滥用药物的概况。我们希望这方面的情况将有助于你了解你们那个地区的麻醉品文化。

第二，你将会找到某些方法和手段，它们能帮助你很快弄清你所在的都市、城镇、社区、地段或学校在滥用药物方面的情况。了解你所在社区的药物文化将有助于你理解年轻人预防滥用药物的需要。**第三**，本手册将在整个过程中指导你如何分析你所收集的信息，然后指导你规划某些行动解决可能存在的滥用药物的问题。

第四，本手册还将给你提供在解决青少年滥用药物问题方面行之有效的一些方法与手段。你在制定预防滥用药物计划时可以考虑使用其中的某些方法和手段。

最后，你还可以得到某些指导你如何管理你的计划和评价你的工作的信息。

另一些应对办法的参考资料包括：与其他计划联系的方式，加入预防滥用药物网络的方法，相关的因特网和电子邮件地址以及其他书籍和印刷材料。如要得到这些资料，请访问www.odccp.org/youthnet/。

是谁编写了本手册？怎样编写的？

联合国国际药物管制规划署（简称药物管制署）建立全球青少年预防滥用药物计划网络的工作迄今已进行了一段时间，项目的实施分成以下三个阶段：

- ❖ 制定青少年预防滥用药物计划，其对该项目的参与应有助于更好地了解与麻醉品有关的问题和潜在的解决方案；
- ❖ 展示特殊事件，以凸显这些计划及年轻人在世界各地预防滥用药物活动中所作出的有效贡献；
- ❖ 建立青少年计划网络，比较计划的基本特点，交流取得的经验教训和确定具有创新精神的预防计划。

世界各地有33个预防滥用药物计划应邀参加了1998年在加拿大班夫举行的“**青年展望**”**青年预防滥用药物论坛**。在为这项工作作准备的过程中要求每个计划同它的成员举办10个讨论会。这些讨论会的目的是研讨年轻人对麻醉品问题的想法，请他们来评价他们的计划。我们从各团体



获得的信息使我们能开始为希望制定预防滥用药物计划的其他青年团体编写一本手册，这些信息包括他们是如何确定所在社区的问题的，是用什么方法动员人们给予支持的，用什么方式设计其干预活动的。事实上，在上面提到的

的预防滥用药物论坛上，年轻人对此类手册的设想在讨论中都是不言而喻的，所有的年轻人都强调指出了同世界各地其他团体分享有效工具和手段的必要性。

会上收集的信息被编入了这本手册，初稿已发给与会团体。这里介绍的是正在进行中的工作的第一部分。本手册的第一部分将指导你如何找到问题，如何规划你的干预行动和构筑你的伙伴关系。药物管制署将在今后三年里组织一系列主题会议，在这个过程中，年轻人可以编写指导手册的下一部分，即关于可以用于干预的各种工具。这些会议将把专门采用体育、表演、媒介、土著文化传统、音乐舞蹈和较传统的麻醉品教育方法进行宣传教育的青年团体召集到一起。在每次会议上，年轻人将亲自动手，帮助编写本手册中的一章，讲述如何充分利用这些形形色色的预防滥用药物的工具。

在班夫论坛期间，与会的计划团体展示了形形色色的可用于预防滥用药物的手段和方法。使用的手段花样之多确实让人感到震惊，从足球到街头戏剧，从涂鸦到毛利舞蹈，形式繁多。它明显地传递了这样一个信息：青年计划的创新性以及它们在各自背景下挑选和选择有效方法的能力，需要像药物管制署这类国际组织加以组织和利用。

在班夫论坛结束时，年轻人提出的各种意见和建议被一个由他们的同龄人组成的委员会汇编成了文件。班夫的“展望”概述了出席“青年展望”青年论坛的青年的愿望，它于1998年6月提交给了联合国世界麻醉品问题特别会议。（整个文件可在 www.undcp/youthnet/youthnet8about8us.html 上查阅）

本手册是为谁编写的？对象是谁？

本手册旨在给希望通过青少年和社区的参与制定新的预防滥用药物计划的年轻人和成年人提供工具。

本手册对那些已经参与现有的青少年预防滥用药物计划并对评估、评价和改进已有计划感兴趣的人也非常有用。不论在哪种情况下，主要目标在于提高青少年参与评估、规划、行动和评价他们计划的水平。

青少年参与计划的创建非常重要。理由是多方面的。参与本身赋予了年轻人一种目标和方向感，能使他们感到自己与计划的使命紧紧联系在一起。另外，在向其他年轻人传递预防信息方面年轻人要比成年人更有成效。最后，年轻人可以创建满足自身需要的计划。在整本书中你将会听到年轻人对为青少年和由青少年创造的某种东西的价值的论述。

怎样使用本手册？

本书中提供了三种类型的信息。它们是：

- 有关麻醉品、麻醉品的使用及现有计划的做法和预防滥用药物的手段的一般信息；
- 现成的工具，诸如讨论会、一览表、和打算用作收集信息的辅助工具的格式化表格；
- 有关另一些应对办法的参考资料，包括：同其他计划联系的方式，如何加入预防滥用药物网络，相关的因特网地址和电子邮件地址，以及其他书籍和印刷材料。

本手册的格式允许各部分视需要单独拷贝和在个人和团体的背景下使用。为了避免重复，本手册将逐节给你以指导。

按本手册行动你能得到什么？

认真使用本手册至少能使你懂得如何启动、保持和评估一个有效的青少年计划。你将学会如何收集有关你所在地区的问题的信息，如何同你所在社区的重要部门建立伙伴关系，以及学会使用你能在计划中使用的种种工具。你还会得到针对不同情况使用不同工具和如何评估你的计划的某些点子。*

* 本手册是正在进行的一项工作，无意成为预防滥用药物方面的定论。滥用药物的情况和趋势变化很快，药物管制署不断在与年轻人和青年工作者共同努力确定预防滥用药物的有效方法。如果你能给我们提供你对本手册的意见或有关你认为成功的计划的信息或只是告诉我们你的经历、你的成功与失败，那肯定对我们大有帮助。你可以通过填写附件中有关的经验教训的表格向我们报告你的情况。你也可以按以下地址给我们寄来材料、信息，并提出问题：Youthnet, C/O UNDCP, Demand Reduction Section, P.O.Box 500, A-1400 Vienna AUSTRIA. 传真：(+43-1) 26060 5866，电子邮件：goutam.bobbar@undcp.org。



第二章

第二章

第二章

第二章

第二章

第二章

了解滥用药物的情况

如果你想制定一个你所在社区的预防滥用药物计划，重要的是你必须了解你所在社区使用的各种麻醉品是些什么东西，它们来自什么地方，产生什么作用，它们的种种叫法等等。本节将向你提供有关在世界各地发现的种种麻醉品以及它们的作用等方面的信息。如果你想详细了解特定麻醉品的作用，我们建议你查询以下网站：

www.undcp.org

www.nida.org

www.freevibe.com

如果进入不了因特网，你可以按上页所给的地址写信给我们，我们将设法向你提供你想要的信息。

有关药物的各种情况

什么是麻醉品？

这是一个基本问题，然而是一个需要加以澄清的问题。因为，如果我们开始认为麻醉品只是会引起问题的或会被人滥用的药物，如我们目前所知道的那样，那么我们有可能忽视其他一些因这样或那样的原因而未被我们邻近的社区认为是麻醉品的药物。

作用于精神的药物是人们用于改变感觉方式、思维方式或行为方式的药物。这种描述涵盖了酒精和烟草以及其他天然的和人造的麻醉品。过去，所使用的大多数麻醉品来自于植物。那就是人们种植的，随后被转变成麻醉品的植物，这些麻醉品有可卡因、海洛因和大麻等。在20世纪，人们发现了用化学品制造麻醉品的方法。它们被称为人造麻醉品或合成麻醉品，包括兴奋剂、包括“狂喜”（摇头丸）、麦角二乙胺、麦角酰胺二乙基酰胺致幻剂、“白脱”、“热冰”、“克里内克斯”、“亚当”和“甲基苯丙胺”等等。

以下是对被滥用的最常见的药物的简要说明。

大麻

外形

Marijuana（大麻烟）是用大麻植物的干花头和茎叶制成的。颜色多样，有灰绿色的，也有绿棕色的。看上去像干草，或粗粗的，像茶叶。

Hashish（大麻麻醉剂）是从该植物花枝顶端提取的经过烘干、压缩的脂。固体，呈

碎块状。有的呈浅棕色，有的接近黑色。其作用强于大麻烟。

有时 hemp（大麻）植物的汁液和脂是提取的。这种四氢大麻酚或大麻油是麻醉品中最厉害的一种，也称为蜜油或红油。它是一种暗色的浓液，几近黑色，装在小瓶内出售。

使用方式

marijuana通常卷成香烟状，也可以放在食物内烧煮后进食。Hashish通常用烟斗抽，或放在食物内烧煮后进食。大麻油通常同

烟叶放在一起抽，涂抹在烟卷上，偶而也嚼食。

服用后果

年轻人在使用marijuana方面的经历可能大不相同，这取决于麻醉品的强度和使用者的身高、性别和体重。有些人感到很快活，他们感到自己好像无所不能。有时说起话来唠唠叨叨，笑个不停，与平时大不一样。Marijuana可能会使你感到十分饥饿，或者使你产生一种“极度饥饿感”，脉搏跳动加快，眼睛发红。在稍后阶段，你会发现自己处于一种昏昏欲睡的状态，随后安静下来。大麻的烟雾中焦油的含量

要比高焦油香烟烟雾中的焦油含量高50%。因此，如果经常吸食大麻，得肺癌和慢性支气管炎的可能性就会增加。经常吸食大麻可能会使你在心理上对它产生依赖。吸食大麻时心率会加快。还会在称之为我们的“精神性运动”功能方面，即协调自身行动的能力方面导致某些问题。这在驾驶汽车、操作机器等工作时显得特别重要。

街头称谓

cannabis(大麻), marijuana(大麻烟), blow（吞云吐雾）, resin（脂）, hashish（大麻麻醉剂）, oil（大麻油）, green（绿片）, grass（草）, hooch（美酒）, weed（香烟）, dope（麻醉剂）, gungun（打枪）, ganja（印度大麻烟）, hash（=hashish）, leaf(叶子), pot（大麻）, bango（班戈）, hemp（大麻）, marihuana（=marijuana）, thai-sticks(泰国棍), Buddha-sticks（菩萨棍）, joint-sticks（节棍）, kif（大麻、毒品）, marie-jeanne（玛丽-珍妮）, sinsemilla（精育无籽大麻）, charas（大麻脂）, khif（=kif）, shit（大麻）, H等。有时, marijuana也与其他药物, 如PCP（苯环己哌啶（又称天使粉））或crack cocaine(强效纯可卡因)一起服用。在此类情况下, 出现了一整套新的名称, 如“boat(船)”, “acc（爱斯, 一种大麻烟）”, “amp（一安瓿毒品）”等。

想了解街头称谓可查询以下网址: <http://www.whitehousedrugpolicy.gov/streetnames/default.asp>。

可卡因

可卡因是用古柯叶制成的，古柯叶呈黄绿色，大小不等，外形各异。可卡因常被称为“麻醉品中的香槟”，因为它费用很高。

它会使你有一种飘飘欲仙之感。你的心脏会急剧跳动，出现忽高忽低的现象。强效纯可卡因的毒性比一般可卡因要强得多。

外形

可卡因通常呈粉末状，白色；强效纯可卡因像坚硬的石子，也是白色。

使用方式

可卡因通常用鼻子吸。也可注射或抽。强效纯可卡因则是抽的。

服用后果

少量的可卡因会提高你的体温，使你的心跳加剧，呼吸加快，你会感到信心十足，更加警觉，觉得格外有劲。当使用纯可卡因时所有这些感觉会更加强烈。

过度吸食可能导致惊厥、突然发病、中风、脑出血或心力衰竭。长期使用可卡因/纯可卡因将会导致心理上强烈的依赖性，并出现其他健康问题，如鼻部组织遭到破坏，呼吸困难和体重减轻等。

街头称谓

cocaine(可卡因), crack(强效纯可卡因), coke(俚语), C, charlie (字母C在无线通讯中的代称), nose candy(鼻嗅糖), toot(作乐), bazooka(火箭筒), big C(大C), cake (蛋糕), lady(贵妇人), stardust (星尘), coco(椰子), flake(片), mister coffee(咖啡先生), blanche(白粉), koks (考克斯), snow(白雪)。

海洛因

海洛因是从吗啡中提炼的一种麻醉品，源自罂粟。它是一种使你身心慢慢放松的麻醉品。

这是一种很强的止痛药，与其他麻醉品混用可能成为最危险的东西之一。

外形

海洛因通常呈块状或粉状，一般为白色或粉色/米色，也可能呈暗灰色和中棕色。

使用方式

海洛因可以注射、鼻嗅、抽或吸。后一种方式通常称为“捕龙”。

服用后果

注射海洛因能使人产生一种异常的快感，让人感到飘飘然，通常持续4到6个小时。其结果包括感到心旷神怡、痛苦减轻，很快会在身体上和心理上形成依赖，有时会出现恶心、呕吐、嗜睡等现象，失去平衡，注意力不集中，没有食欲等。

过量会导致死亡。注射海洛因最危险的后果之一是增加了感染艾滋病的可能性。许多时候，海洛因注射者都互相使用同一针头，这是主要的传染源。研究还表明，热衷于毒品的人通常性行为比较随便。这也会使你有染上艾滋病毒的危险。

街头称谓

hammer (锤子), horse (马), H, junk (破烂), nod (迷糊), smack (白面), skag (海洛因), white (白粉), beige (米色的), white lady (白夫人), white stuff (白药), joy powder boy (吗啡孩), hairy (可怕的), harry (折磨人的), joy powder (吗啡)。

安非他明

安非他明属于兴奋剂，能加快你的大脑活动，给你能量，从而影响到你全身。冰毒

是安非他明中药力最强的一种，非常类似于纯可卡因。

外形

安非他明是一种人造的麻醉品，制造相对容易。通常呈粉状，为白色或浅棕色，

也可能为丸状。“冰毒”通常为无色晶体，或为无色液体（用于注射）。

使用方式

安非他明可以吞食、鼻嗅、注射或抽。

服用后果

安非他明可以引起心跳加剧，呼吸加快，血压升高，体温升高，出汗，使你更加自信和警觉，精力格外充沛，食欲减退，难以入睡，还可能使你话多起来。你还可能

感到焦虑、烦躁，惊恐不安。经常使用会产生强烈的心理依赖。大量使用可能致人以死地。

街头称谓

amphetamines(安非他明), speed(兴奋剂), ice(冰毒), browns(棕色物体), footballs(足球), hearts(心肝), oranges(橙子, 一种麦角酸二乙基酰胺药物), wake ups(清醒剂), black beauties(黑美人), crystal meth(晶体状甲基苯丙胺), crack meth(强效甲基苯丙胺), cat(猫), jeff amp(杰夫安瓿), dexies(右旋苯异丙胺药片), rippers(了不起的家伙), bennies(苯齐巨赫), greenies(安非他明), pep pills(兴奋丸)。

“狂喜”、摇头丸

“狂喜”属于与上述类别同组的化学制品，即兴奋剂，是狂热的社交聚会上最常用的片状兴奋剂。它是一种能增加体能、激昂

情绪从而使全身都兴奋的麻醉品。它像安非他明一样也是一种合成的（或人造的）的麻醉品。

外形

“狂喜”通常为彩色的小片。这些药片有许多种颜色，有些药片上面还有图案，像飞

鸽、小兔或香槟瓶等。药片的色彩或“品牌”通常与药品的作用无关。

使用方式

这类药片通常是吞食的。

服用后果

服用这类药片后你可能会感到兴奋，情绪激动，充满爱意，浑身是劲。你会感到在感情上与他人拉近了距离，可能会说一些往常不会说的话，做一些往常不会做的事。服用这类迷幻药会引起某些反应，停止用药后会感到抑郁和疲倦，还会出现恶心和呕吐现象，血压升高，心跳加剧，甚至还会因身

体过热和脱水导致死亡。长期服用可能会使大脑和肝脏受损。欧文·韦尔什的《“狂喜”》一书对服用这类迷幻药的后果和人们在药物影响下的所作所为进行了生动的描述。越来越多的证据表明，服用苯基丙胺类麻醉品可能会导致脑损伤。

街头称谓

ecstasy(“狂喜”、摇头丸), adam(亚当), essence(香精), MDM(二甲氧基安非他命), MDMA(二亚甲基双氧苯丙胺), XTC(=ecstasy), eve(夏娃), MDE(N-乙基二甲氧基安非他命), MDEA(N-乙基二甲氧基安非他命)。

吸入剂和溶剂

吸入剂和溶剂是可以吸入的化学品，像胶水、汽油、喷雾剂、打火机用液等。这些东西根本不是麻醉品，实际上是可以从很多商店合法得到的。然而，它们在社会的贫困阶层中，特别是流落街头的青少年中被广泛滥用。

外形

吸入剂种类繁多，外表形形色色（胶水、稀料、汽油、打火机油、清洁剂等等）。

通常为管装或瓶装。

使用方式

通常将这种化学品放在杯子或容器的底部，尔后放在鼻子和嘴上。其他方法有：将碎布

放在吸入剂内浸湿，碎布放在袋内或套内，袋子放在脸上，吸入它挥发出来的气体。

服用后果

吸入剂可能会给你带来短暂的快感。会让你感到短时间的麻木，你会感到头晕，神志迷乱，渐渐变得昏昏欲睡。长期吸用还

可能引起头痛、恶心、昏厥、心跳加剧、迷向和幻觉。可能损害肺、肾和肝脏。它们还可能引起窒息、惊厥和昏迷。

了解药物滥用的情况

了解滥用麻醉品的情况/年轻人为何使用麻醉品？

研究滥用药物的专家们提供了一种他们称为“修正的社会压力模型”的东西，用以了解某些个人开始滥用药物的原因。

对于某种属于常识性的东西来说，这确实是一个很别致的术语。专家们指的是，人们生活中存在着可能导致他开始使用麻醉品的许多因素。这些因素，他们称之为“危险因素”。同时，也存在着另一些预防他这样做的因素，他们称之为“保护因素”。如果在一个人的生活中危险因素的份量超过了保护因素，他（或她）就可能开始滥用药物。

按照以下问题进行思考：那个小伙子或姑娘与你堕入爱河的机缘是什么？目前，我们大多数人知道起作用的不光是漂亮的外表，还有许多其他因素，其中有些对你有利，有些则对你不利。例如，你心仪的对象是否另有男朋友（或女朋友）？你们是否志趣相投？是否在同一学校或学院学习，因而可以经常见面？是否有能为你们传递信息的共



同朋友？



你想得到你想要的东西，但机会的多寡取决于你对这些问题的回答。对于滥用药物来说也是一样。

这两类因素，即危险因素和保护因素，可以进一步分成两个方面。它们可能是个人方面的，也可能是环境方面的。个人因素是必然与个人有关的那些因素。环境因素是必然与人们所生活的社会、家庭和自然环境有关的那些因素。

现在，我们将列举这些因素中的一些因素，使得你在做预防工作的过程中能够识别那些处于危境中因而需要你对他们多加注意的年轻人。

危险因素

个人因素

⚡ **是男性还是女性**—在世界各地，使用麻醉品的人中男性要大大多于女性。然而，这种状况正在发生变化。例如，1999年美国对使用麻醉品的情况进行了调查，调查了25,500名12至17岁的青少年，发现使用麻醉品的女孩占16%，而男孩占16.7%。应记住的另一件事情是，女孩滥用的往往是非违禁的或者说是合法的药物，像酒精、处方药及社会上接受的其他药物。

⚡ **年轻本身就是一种危险因素**—年轻人总是竭力想确立自己的个性，回答诸如“我是谁？我的社会角色是什么？”等问题。找到这些问题的答案并非易事，需要时间。往往在这一阶段，你可能会开始怀疑自己，怀疑自己实现自己的愿望和办事的能力。于是你可能会试图通过滥用各种药物来“忘掉这个世界”，或者“排忧解难”。

⚡ 如果个人**存在心理问题**，他（她）开始使用麻醉品的可能性就更大。

⚡ **个人能力发展不健全或者未得到充分发展**，如缺乏作决定、表达自身感受、坚持自己意见、解决问题等等的能力，会使个人处于一种更加危险的无法抵御滥用药物的状态。

环境方面的危险因素

有可能对药物滥用起到鼓励作用的环境因素有：

- 年轻人的父母不知道如何在身心方面照看他（或她），或者不知道如何提供正确的支持和指导；
- 没有家；
- 父母和兄弟姐妹滥用任何一种类型的药物；
- 年轻人在身心、性和言语方面遭到虐待；
- 年轻人同一群滥用药物的人来往频繁；
- 这个所属的社会存在着鼓励滥用药物的文化价值观和（或）宗教价值观，或者该社会的媒体、广告和态度对滥用药物十分容忍；
- 无家可归，流浪街头，有的是有家的，有的是没家的；
- 很少有机会，或者根本没有机会接受教育；
- 自由支配的空闲时间太多，没有任何建设性的、富于想象力的和具有挑战性的活动可以参加；
- 没有任何工作机会，或者甚至没有希望得到一份能施展自己才华的工作；
- 得不到保健服务，即使有这类报务，对年轻人也是另眼看待；
- 到处可获得合法的和不合法的药物，因为认为应该阻止和预防滥用药物的法律和法规本身不够严格，或者没有很好执行。

保护因素

个人因素

预防个人滥用药物的主要因素是：

- 具有良好的处理困难局面的个人能力，如分析形势的能力，迅速作出决定的能力，与他人沟通的能力，放松的能力，谈判的能力，以及妥协的能力等等。

环境方面的保护因素

- 与他人（包括家庭成员和朋友）有良好的个人关系，喜欢动物，对鼓励关心他人、分担责任和密切关系的事情十分热心。例如，有一位乐意帮助他们摆脱困境的朋友，一位具有良好的个人能力的朋友，或者有一只他们必须加以照料的宠物。在这两种情况下，人们必须学会不仅对某件事情或某个人负责，而且还得对你自身负责。
- 能满足身心需要的充足的资源，例如学校，针对青少年的保健服务，可以从事娱乐活动的社会中心，体育设施，就业机会等等。
- 制止滥用药物的文化准则。例如，在甘地的故乡，印度的古吉拉特邦，有一种节欲的长期传统。酒精是禁用的，整个社会不允许酗酒。因此这个邦滥用药物的程度大大低于印度的其他地方。
- 管理药物使用的法律很严格，执行得很好，对合法的和非法的麻醉品限制很严，很难弄到手。

当你进入社区，选择预防滥用药物的目标群体以及在决定采取何种行动时你必须牢记这些因素。然而，你要记住，上面谈到的所有因素都是根据从事预防滥用药物工作的人多年的经验归纳出来的。

这些因素并没有包括可能促成年轻人使用麻醉品的所有方面。它们肯定不会给你提供一种滥用药物的理由，甚至最重要的理由。

这些只是为你进入社区收集有关滥用药物的原因的信息时需要密切加以注意的各种各样的事情提供一种思路。



主要想法

关于麻醉品，最糟糕的事情之一是，受它们影响的通常是年轻人，由于年轻，他们的生活本来已经存在不少问题。当年轻人从儿童时代进入青少年时期，即通常所说的青春期时，在生理上和心理上会发生许多难以适应的变化。通常这是多数年轻人开始尝试麻醉品的时期。然而，世界各地的青少年使用麻醉品的原因则是多种多样的。在许多情况下，年轻人转向他们的朋友寻求支持。这些朋友并不总是强迫他们使用麻醉品，但是常常会给他们提供麻醉品，以此作为解决他们问题的办法。

使用麻醉品的原因各国不尽相同，各个经济阶层也不相同，但是存在着某种基本的问题。例如，发达国家的青少年和发展中国家中产阶级出身的青少年给出的理由之一是“生活无聊”。

瞧，这是一个多么不可思议的词汇。不妨好好思考一下。无聊究竟是什么？对任何事情缺乏兴趣，缺乏做某些事情的意愿，缺乏亲自参与让你觉得开心的各种活动的动力，对你有的和不想要的东西感到失望……只要稍微思考一下就能使你认识到，无聊与缺乏乐趣之间并无多大关系，而与缺乏表现自己的机会之间的关系则要大得多。

类似的情况是，在与发展中世界的和社会中贫困阶层的青少年进行讨论时了解到的另一原因是，缺乏基本的权利，如食物、健康、教育和谋生机会等。

不管怎样，这两类原因都表明了一个基本因素，即缺乏控制自己生活的力量。就“无聊”来说，这种力量的缺乏表现在感到自己无力做你想做的事情。你所做的每一种选择都是你不希望的选择，这主要是因为从某种角度上讲你知道你对这些选择没有任何发言权。至于在缺乏基本权利方面，这种力量的缺乏可能很快被认为是缺衣少食，缺少医药、栖身之处和水等，而这些都是生活所必需的。

就是这类原因导致在班夫论坛*聚会的所有年轻人“采取了克制态度”。真正将青少年联合在一起的东西是维护自身的权利并要求在他们所处的每个社会中得到自己的恰当位置的愿望。这里传递了这样一种信息，即你从争取发表意见的权利和改变我们的生活方式的权利中得到的“快感”将会消除对人为的快感的需要。

总之，往往是因为缺乏力量才使年轻人到麻醉品中去寻求“自由”。这种缺乏力量可能体现在无聊、饥饿、受到虐待、缺乏挣钱的机会等等方面。由于力量是具有力量的人从来不可能自由地给予缺乏力量的人的某种东西，因此年轻人需要学会怎样使自己变得更有力量。

这个，你不可能通过街头的斗殴或足球赛后的骚动来实现，但可以通过学会如何与控制你生活的那些人建立伙伴关系，通过利用你的年轻、你的新构想和你开放的思想，找到更好的方法来加以实现。

这就是本手册想帮你做的一部分工作。

* 详见第7页。



基本的预防原则

在制定预防滥用药物计划时，有一些基本原则你应该遵循。这些原则丝毫没有限制你的选择的意思，它们是从从事预防滥用药物工作者的共同智慧的结晶。

要充分了解它们，将它们牢记在心。然而也不必每走一步都去查询它们。

- 预防滥用药物计划应该以社区为基础，也就是说，它们应该涉及整个社区，或者至少应该涉及社区中最重要的部分。
- 你的计划重点涉及的面不应该太窄。例如你不应该只说我们是一个反对吸食大麻的计划，而忽视了你所在社区中滥用的所有其他药物。由于所有药物滥用的形式在导致滥用的原因方面通常都是相互关联的，所以你应该广泛地考虑药物的整体范围。
- 由于处境最危险的通常是年轻人，因此他们应该是你计划的主要重点。但是，你必须注意要让可能对主要目标群体的生活条件和社会环境有影响的其他群体也参与进来。

- 有人说过预防要比最终通过治疗恢复正常来得好。最好是别让年轻人沾上麻醉品，而不要进入后一阶段，帮助他们戒除毒品。记住这一点非常重要，因为，即使你的某些计划旨在给已经在使用麻醉品的年轻人提供健康的和富于创造性的替代办法，但是你也不能忘记你的社区中还有一批人可能会开始滥用药物。这批人也正是你需要加以关注的。

你可以设法通过策划各种健康的、有吸引力的替代药物滥用的办法来预防滥用药物。如果将个人能力发展、令人感兴趣的休闲活动和社区中的支持态度结合在一起并加以鼓励，那么替代药物滥用的办法肯定会有吸引力。

以下这些基本要素将会给你提供某些引人深思的问题：

促进健康

可以通过个人实践或文化实践来促进健康，它们包括基本的社会需要和娱乐需求。这意味着你应该支持在你所在的整个社区和在参与推动健康的生活方式的每个成员中采取共同的做法，设法劝阻那些危害身心健康的做法。

将重点放在人身上，鼓励社会互动

学习社交能力最好是在社会环境中。因此，你所有的活动应该有一种丰富的社会互动性。应该采取改善整个社会氛围的策略。如果你组织的活动年轻人和老年人都能参加，那么，几代人之间的理解和合作将会得到改善。这将有助于年轻人同他们的父母和影响他们在社区中的生活的其他成年人进行沟通。

当地年轻人的积极参与和尊重文化价值观

你的所有活动应该紧紧围绕你所工作的特定地区的年轻人。你试图通过你的计划加以促进的价值观应该尊重社区的文化传统。例如，如果你为社区内的男孩和女孩组织一场歌咏比赛，但假设女孩不愿当着陌生人的面唱歌跳舞，那你就会遇到许多抵制。

鼓励采取积极的替代办法

“积极”是一个相对的词语，必须按照当地的价值观来看待，要了解年轻人的需要，了解哪些东西对他们最有吸引力。你所有的策略都应设法加强社区内可取的传统和做法，而不是试图吓唬人们去改变他们的方法。当然，这并不意味着你不该讲你所看到的不良现象，但最好是平心静气地谈论它们，而不要强迫人们不去做这类事情。

❖ 从研究和经验中获益

对于以下问题，你所有的活动都应基于现有的基于研究的证据为基础：（a）怎样确定与滥用药物有关的问题；（b）怎样弄清产生问题的原因；（c）怎样找出应对那些问题的预防措施；（d）怎样有效地开展预防性活动；（e）怎样判断你的活动和计划的效果。

❖ 长远观点

你的计划应该对形势有个长远的看法。改变社会氛围，接受促进健康的价值观并使促进健康的互动活动成为当地文化的一部分，都是费时费力的工作。

❖ 特殊人群

应该明确脆弱的或处于下层社会的青少年——如街头流浪儿、难民、少数群体的青少年，在某些情况下还包括青年妇女——的特殊需要，并就地加以解决。

❖ 社区发展

你所工作的社区可能缺乏资源，能给年轻人提供的机会不多。预防计划要求存在改善经济和社会状况的某种希望。在贫困的社区，计划应与社区的发展工作相结合，如教育、保健和社会服务、住房、公共卫生或创收活动等。为了做到这一点，你或许得与当地的政府官员、你在当地议会中的代表和该地区的富人和有影响人物以及其他实权人物打交道。要知道，没有一个人指望你靠你自身的力量来改变所有这一切，即使你未能在所有这些方面创造一种全新的局面，也不会算你失败。但是，如果你不考虑这些问题，不设法采取创新的方法来同它们作斗争，就会损害你的成功机会。

❖ 利用大众媒体和流行的青年文化

大众媒体和当地社区之外的其他信息来源对年轻人有着强烈的影响。你的计划应该设法鼓励某些人，（如流行乐坛的名歌星、电视频道主持人和当地的英雄）为促进年轻人中间的健康作出贡献。你可以通过以下途径来做这件事：

- 学会对付此类影响，倡导媒体要负起责任，更加负责任地对待青少年问题；
- 鼓励媒体认真考虑针对年轻人的营销做法；
- 利用媒体和流行的青年文化，促进当地的健康教育和健康项目。



牢记...

严谨的科学研究已经证明，不存在任何特定的、长期有效的减少滥用药物的方法或策略。然而，在专家、实践者和青少年自身中已就以下问题取得了某种共识，即当你为青少年制定预防滥用药物的计划时需要考虑哪些类型的要素：

- a) 不是所有的年轻人都一个样，他们并不都一样地脆弱。对于已经明确的目标群体，制定策略时应认真采取量身定做的办法。
- b) 同时采用不同的策略是对付滥用药物问题的最佳办法。理想的是，它们应该将知识/态度/行为方法同促进健康及树立自尊和加强抵制能力结合起来。
- c) 你的策略应该鼓励发挥个人力量和做好那些保护受到沉重压力和处于受压环境中的个人的事情，应该设法教给青少年一套特殊的能力，例如在与同龄人交往或与同龄人的关系中如何抵御同龄人在使用麻醉品方面的压力。另外，给年轻人提供各种可得到的和花费不多的机会，如在一起聚会、培育艺术鉴赏力、参与体育运动和参加其他开发自信力的挑战性活动等，也是非常重要的。
- d) 在制定预防计划的每一阶段应让你的目标社区的年轻人参与进来。
- e) 预防不应该只着重于一种麻醉品，而应该在更广泛的促进健康的理念内从总体上处理药物滥用问题，包括烟草、酒精和吸入剂等。
- f) 年轻人通常极容易接受新的信息，只要这类信息是真实的，与他们个人对麻醉品的每一部分体验不相矛盾。骇人的招术只会降低青少年对成年人的忠告的信任，在某些情况下甚至会鼓励他们铤而走险。
- g) 预防计划应该包括家庭和整个社会，以便在开展预防活动的背景下强化向年轻人传递的信息。



第三章

第三章

第三章

第三章

第三章

第三章

弄清你所在社区的需要和计划的制订

弄清你所在社区需要哪些东西

引言

本章将介绍你可用于收集有关你所在社区需要的信息的许多方法，还有在你身边你或许认为重要的许多方面。随后是你或许希望收集的各类信息的范例，以及有关你如何能开展这项工作的某些建议。

这里需要提醒的是，这张清单看上去似乎很长，很复杂，但你可以自由地进行挑选和选择。你不必掌握所有这类信息，也不必采用我们叙述的所有方法。可将它作为一种菜单来看待，选择你认为最合适的东西。如果你有什么不了解的或者希望更多了解的情况，可写信给我们，我们将会给你复信，告诉你你所需要的东西。

在决定你想制定的计划的类型之前，你需要做的第一件事情是组织一个青少年规划小组。这个小组将帮助你开展下面列举的那些活动（对需要的评估和对计划的制订）。开展这些活动的目的是：

- ∴ 明确你所在社区的麻醉品文化；
- ∴ 确定能从参与计划中得益最多的年轻人；
- ∴ 明确青少年感兴趣的的活动类型和方法；
- ∴ 制定打动青少年的策略；
- ∴ 了解你所在社区的年轻人为预防他们社区内使用麻醉品目前正在做哪些工作，或者希望做些什么工作。

麻醉品文化

滥用药物者可能是一种强大的“文化”的一部分，在这种文化内使用麻醉品被认为是一种“正常”现象。它们可能来自使用麻醉品的社会传统，如有的社区认为，成年人饮家酿酒、抽大麻或咀嚼阿拉伯茶叶是一种社会活动，尽管这种习惯对他们的健康和他们的家庭的安康有负面的影响。使用麻醉品，特别是饮酒，可能是他们家庭文化的一部分。不管是小酌还是暴饮，在他们家庭内都是容许的。父母使用麻醉品对子女的行为有着特别大的影响。

也存在我们称之为流行音乐和通俗电影的“麻醉品文化”的那类东西。它对你了解麻醉品文化对年轻人有多么强大的影响很有帮助。例如，拉斯特法里派的雷盖东之星鲍勃·马利一有史以来最受人欢迎的唱片艺术家之一，就是一位使用大麻的鼓吹者，使用大麻得到社会、娱乐界和宗教方面的认可。年轻人可能深深地热爱，甚至敬仰像马利这样的人物，他们可能会模仿他，或者追求有人称之为他的“哲学”的那种东西。

随着电视和因特网的普及，年轻人感到它们就是颂扬“性、麻醉品和摇滚”价值观的全球文化的一部分。有一些受人欢迎的音乐家公开承认使用麻醉品——这给了年轻人种种期望，以及对使用麻醉品的后果的误解，例如它有助你发挥超凡的能力，或者变得很有魅力，这些误解对尝试和不断滥用药物起到了推波助澜的作用。

筹建青少年规划小组

为什么需要一个青少年规划小组？

制定一项新的预防计划可能是一个漫长而艰巨的过程，但也可能是一项很有趣的工作。因此，你需要得到尽可能多的帮助和支持。在你刚开始工作时，你会发现得到其他一些同意你的主张的年轻人的帮助是非常重要的。

你的小组应该包括哪些人员？

在组织小组时，你或许希望包括某些生活在你所在社区的和像你一样关注麻醉品使用问题的年轻人。你还可能希望找到对制订计划有办法的年轻人。

在规划小组中应设法包括以下年轻人：

- 你所在社区中关注麻醉品使用问题的；
- 积极性高的；
- 善于在小集体中与他人共事的；
- 了解社区麻醉品情况的；

- 优秀的读者和作者；
- 优秀的艺术家；
- 了解社区居民情况的；
- 参与过麻醉品预防计划的；
- 善于同他人交谈的；
- 会使用计算机的和熟悉数字技术的。

如果你从那长长的清单中得出了错误的想法，你应理解，**我们不是说每个人都需要具备所有这些素质**。作为一个整体，你们应该设法具备所有这些能力，能处理你们计划中方方面面的问题。

或许你**还希望你的规划小组**能有具备上述能力的成年人。在你的小组里成年人可能是很有用处的，因为他们能帮助促进你的事业，能同社区领导说上话。

当你发现难以同他人沟通，或遇到那种认为年轻人没有能力对此类严重问题采取行动的人时，有成年人支持你所做的事情肯定对你是有好处的。

在选择队友时思想要开阔，要毫不犹豫地吸收与你不同的年轻人。在许多情况下，听听不同意见不无补益。

然而，应记住，规划委员会中的人员必须是其他青少年的楷模。因此应就规划小组成员使用麻醉品或酒精问题立一些规矩。

✧ 小组的规模

小组是大是小，这一点没有定规。规划小组可以由少数几个专职的年轻人或许多用不多时间从事规划工作的年轻人组成。小组如果大于10人或15人，组织工作的难度就大了。必要的话可以在工作量增加时临时补充新的人员。

✧ 成员的物色

物色青少年参加你的规划小组是你将面临的首次重大挑战之一。最佳的办法往往是通过个人的接触和口头宣传。一开始，你可以问你的朋友，并鼓励他们去问别人。你可以同其他青年组织和社区中心联系。年轻人可以在他们“经常出没”的地方找到，因此你可以去广场、公园、游乐场或俱乐部看看。另一种办法是通过

你的学校进行工作。如果你的学校有一个社区服务计划，你可以同主管老师谈谈，甚至可以向校长提出这方面的建议，设法在课外组织某些活动。

·一起工作

小组成员应该一起工作，集思广益，民主决策，这个问题非常重要。小组应就协同工作和决策问题制定一些规则。每个人应该畅所欲言，在多数情况下你会发现大多数人会集中在二、三种不同的观点上。为了就一种观点达成共识，每组随后应该作一个简短的发言，阐明他们提出的方法有什么优点。你不应该因为不是你的观点而批评其他观点。如果到最后每个人都不能就一种方案达成共识，你只能进行表决，哪种方案支持的人最多就采取哪种方案。然而，你必须注意，不要让规划小组分成受个人和其他因素左右的派别。一有可能，你就应该设法说服大家同意你的方案，表决只能作为一种最后手段。

·工作地点的选择

小组应该找一个适合正常工作的地点。会议可在小组成员的家中举行，但最好不要在社区中心、寺院、教堂、清真寺或学校进行。在这方面，你应开始建立一种身分，一个能收到邮件和设置用于沟通的布告牌的地方。另外，如果一切进展顺利的话，你可以利用这个地方作为你开展计划的长期中心。

·规划小组的未来

当你实际上开始实施你的计划时，规划小组可以作为顾问委员会继续工作，或者赋予小组成员新的角色，他们可以积极参与计划的运作。这将取决于你的计划的组织结构。



需要牢记的是：

一览表

- 小组内要有一些掌握有用技能的人
- 小组每个成员都有机会说话和表达他（或她）的意见
- 小组内有足够的人手做所有的工作
- 在尽可能多的地方物色小组成员
- 不因为个人主张或背景而拒绝任何志愿者
- 已同能提供帮助的成年人进行了联系
- 已找到适合一起工作的好地方

你需要的信息

以下是我们建议的你在评估需要过程中可能希望收集的各类信息的清单。我们确定了你或许想要的三类不同的信息。它们是：你所在社区中当前滥用药物的状况、滥用药物的原因和滥用药物的后果。在每一类信息中，我们提出了你能在开始实施计划前回答的诸多问题。最后，我们列举了收集信息以帮助回答每一个问题的方法。这些不同的收集信息的方式称之为“方法”。本章下一部分将对这些方法作详细介绍。

你不必回答清单中列出的所有问题或采用所介绍的所有方法，可以视你们的具体情况而定。你应该挑选和选择最重要的题目，采用一种方法回答许多问题，从而设计一种对你的小组来说将是有效的和易管理的调查。

你所在社区滥用药物的状况

在制定预防计划之前，你应了解你所在社区麻醉品的使用状况。有关这一议题的问题包括：

你所在社区最常见的麻醉品有哪些？

你所在社区可获得的麻醉品往往是使用得最多的麻醉品。如果你的麻醉品预防计划重点在于减少使用你所在社区最常见的麻醉品，那么你的计划将会取得较好的效果。

为弄清你所在社区最常见的麻醉品，建议采取某些方法，如：^{*}

- 举行小组讨论会（尤其是采用分组和整理的办法）；
- 采访年轻人；
- 设法获得现有的信息。

谁在使用麻醉品，使用何种麻醉品？

不同的青少年群体有可能使用不同类型的麻醉品。例如，年纪很小的无家可归的儿童可能使用胶毒，有钱的年轻人可能使用可卡因。为了决定你在计划中希望包括哪些年轻人群体，了解这方面的情况是非常重要的。

为弄清谁在使用麻醉品，使用何种麻醉品，建议采取某些方法，如：

- 举行小组讨论会（尤其是开展讨论、扮演角色和进行表演）；
- 采访。

每种麻醉品都在什么地方使用，为什么？

使用麻醉品可能与具体的活动有关。你可以考虑年轻人经常出没的地方，如街头、舞场和狂欢聚会、运动会和音乐会等场合。这些场合是找到年轻人并向他们介绍你的计划的最佳地点。另外，你可以考虑在这些地方或邻近这些地方的地方开展你的计划活动。另一方面，你还可以希望将青少年的注意力引向这些地方。

为弄清在什么地方使用麻醉品及其原因，建议采用某些方法，如：

- 观察；
- 小组讨论会（尤其是绘制地图、讨论和扮演角色）；
- 采访青少年、成年人和执法人员。

年轻人对滥用药物的后果了解多少？

确定参与你未来计划的成员对麻醉品的了解程度，对你将大有帮助。你可以使用这类信息决定你是否希望在你的计划中采用一种教育方式。例如，如果你发现年轻人对麻醉品知之甚少，你就可以教给他们更多的东西。

为弄清年轻人对滥用药物给个人和社区造成的后果究竟有多少了解，建议采用某些方法，如：

- 讨论会（尤其是讨论、书面方法、直观方法，如整理、归类等）。

^{*} 当你可能使用其中一种方法或同时使用多种方法时，应按先后次序将它们排列好。尽管这些方法都很有用，但我们认为，在大多数社区中，排在前面的方法是最容易使用的，将会提供最多的信息。

年轻人对当地和世界上麻醉品走私和滥用的情况知道些什么？

年轻人对麻醉品贩运和使用的情况了解得越全面，他们参与改变现状的可能性就越大。事实表明，将重点放在社区行动的计划在预防麻醉品使用方面是非常成功的。当年轻人开始自己确定问题时，他们会为行动制定策略，感觉到要参与一场更大的运动。你或许希望开始着手了解你所在社区中的年轻人对当地和世界上贩运和使用麻醉品的了解程度，从而可以制定教育青少年和激起青少年参与基于行动的项目的积极性的方案。

为弄清许多年轻人对当地和世界上贩运和使用麻醉品情况的了解程度，建议采取某些方法，如：

- 讨论会（尤其是扮演角色，讨论）；
- 提供文件资料。



扮演角色练习



让青少年扮演贩运麻醉品的不同角色。这些角色可以包括农民、工人、贩毒头子、毒品走私分子、毒品销售者、吸毒者等。用假钱给每个表演者发一笔代表他或她的财富的钱。让年轻人表演在毒品贩运过程中每个人是如何结账的。你应该在你开始之前安排讨论这样一个问题，即每个表演者应该有多少钱。例如，一开始贩毒头子的钱要比农民多。

让小组表演在贩毒过程中通常发生的种种交易（钱和毒品）。例如，一开始表演农民或土地所有人雇用工人向贩毒头子出售他们的产品。在表演结束时，让小组比较每个人物最后拥有的钱数，讨论一下到底是谁得到了好处，谁受到了损失。

· 你所在社区对滥用药物现象的态度、价值观和信念是什么？

有时，预防滥用药物计划并不尊重他们认为应该帮助的人们的文化和传统。因此，重要的是要了解你所在社区的成员对于麻醉品和滥用药物的看法。计划本身的价值观如果同社区的价值观类似，那么计划成功的机会就要大些。在调查中，你可能会发现不同的群体对麻醉品会有迥然不同的和互相冲突的价值观。策划这一活动是为了帮助你了解你所在社区的价值观、信念和态度的类别。你可以开始利用这一信息决定你的计划应该支持的价值观以及应该设法加以劝阻的价值观。

为弄清你所在社区对滥用药物的信念、态度和价值观，建议采取如下方法：

- 讨论会活动（举办同成年人和青少年互动的故事会）；
- 采访。



举办互动的故事会

成年人和青少年

让不同价值观的成年人和青少年充当观众。给他们讲故事或演出节目，故事里的人物有“品行端正的”，也有“品行不端正的”。例如，一名年轻人有一个开始使用麻醉品的亲密朋友，他们不知道该怎么办。他担心他的朋友处于危险之中，但是知道如果告诉他那脾气暴躁的父母，这位青年就会挨打。小组将讨论什么是正确的行动，“是告诉他父母还是不告诉他父母”，同年轻人谈话等。设法就应该如何做的问题达成共识。

· 弄清你所在地区开展的各项计划的情况

作为一个新的计划，你会希望同现有的其他计划接触，弄清它们正在做些什么，以免造成不必要的重复。另外，你可以从它们的成功和失败中吸取经验和教训。当你采访和观察这些计划活动时，你可能会考虑同它们建立伙伴关系的方式。开始时，你的资源可能十分有限，其他计划或许能给你以支持，向你提供技术上的帮助，提供空间、物资、办公支持等。

为弄清你所在社区现有的计划，建议采用以下方法：

发现计划：

- 提供文件资料；
- 口头宣传。

学习计划：

- 非正式交谈；
- 登门拜访；
- 观察。

你所在社区有谁需要帮助？

确定作为你工作对象的青少年群体，是你将要作出的最重要的决定之一。因此，对你来说有必要确定需要提供帮助的所有不同的青少年群体。遗憾的是，你的计划大概无法为每个人提供服务。你只能选择这些群体中的一个或二个，但如何决定则取决于许多因素。有些青少年可能不大容易接触，有些可能年纪太小或太大，不适合参加你策划的活动，等等。关于如何确定参加你计划的人员，我们将在后面作详细论述。然而，为了作出合适的决定，你应该在制定你的计划之前收集某些信息。

为弄清你所在社区谁需要提供帮助，建议采取以下方法：

- 提供文件资料；
- 调查；
- 重点小组。

你所在社区滥用药物的原因

年轻人为什么要使用麻醉品？

在上一章中我们已经指出了可能导致年轻人滥用药物的种种原因。尽管存在一般的原因，但是在你所在的地区还可能存在着某些非常特殊的因素，例如很容易获得一种特定的麻醉品，社会接受一些特定形式的滥用，等等。如果你想将他们作为目标并取得有效的结果，你需要弄清这些特殊的原因。

在使用麻醉品方面，不同的年轻人群体可能会有不同的原因，如无聊、好奇、朋友的影响、贫困，等等。一旦你弄清了你社区中年轻人使用麻醉品的原因，你就可以开始为他们制定计划。

为弄清年轻人使用麻醉品的原因，建议采用某些方法，如：

- 小组讨论会（尤其是讨论、书面方法和扮演角色）；
- 采访。

•• 使用麻醉品与贫困有多大关系？

使用麻醉品与贫困两者往往是密切相关的。你或许希望发现你所在社区的年轻人使用麻醉品是否是由于贫困，或者年轻人是否是由于使用麻醉品才变得贫困。

为了弄清使用麻醉品与贫困有多大关系，建议采用以下方法：

- 采访；
- 讨论会（尤其是讨论、书面方法和扮演角色）

•• 年轻人与朋友和同龄人的关系如何导致药物的滥用？

许多时候，年轻人第一次滥用药物是同朋友在一起。为了更多了解年轻人生活中发生的事情，这是需要你回答的一个重要问题。利用这方面信息，你可以制定一个计划，帮助青少年发展健康的朋友关系。

为了弄清年轻人的朋友关系是如何导致使用麻醉品的，建议采用某些方法，如：

- 采访；
- 讨论会（讨论、扮演角色、讲故事及书面方法）。

在使用麻醉品方面，
不同的年轻人群体
可能会有不同的
原因



故事



下面的例子是一个小组提交的由它的一名成员编写的故事。

约瑟流浪在街头。在他6岁那年父母双双离开了人间。他靠在街上拣破烂度日，卖破烂换来的钱只够他在很晚的时候吃上一顿晚餐。他在街上有许多朋友，不过他最好的朋友卡洛斯最近几周来行为有些怪异。喜怒无常，沉默寡言，爱发脾气。

有一天夜里，约瑟正坐在人行道上吃着晚餐，一个男人走过来，开始同他说话。他问他叫什么名字，住在哪里，家里有什么人。约瑟很不习惯别人同他聊天，他有点害怕。但是这人显得很和气，开始给他讲他自己的生话。约瑟现在不感到拘束了。随后，那个人给了约瑟一盒冰淇淋，并对他说，他愿陪他回街角，那是约瑟的家。

他俩在黑暗中往回走，偶尔交谈两句。突然那人将约瑟推进了一条黑暗的胡同。他用手捂住约瑟的嘴，不让他喊出声来，同时用另一只手扒掉了约瑟的短裤。

约瑟害怕极了，他两脚乱踢，竭力进行反抗，但是那人力气太大了。他对约瑟干了可怕的事情。那人对这孩子进行了大约一个小时的蹂躏，随后扬长而去，消失在黑暗中。

约瑟一拐一拐地回到他的街角，两眼泪汪汪，痛苦到了极点。那人打他咬他的地方留下了斑斑伤痕，青一块紫一块的。他抽噎着朝塑料布上躺去，这时他听到卡洛斯在他身边躺了下来。

他多么想把刚才发生的事情告诉卡洛斯。但是卡洛斯最近几周来一直是魂不守舍的样子，所以他什么也没有说。他只是一个人躺在那里抽噎。

过了一会儿，卡洛斯问他，“怎么啦，哭什么？”

约瑟克制不住，将事情的经过原原本本地告诉了卡洛斯。当他刚讲完，卡洛斯就望着他的眼睛，开始哈哈大笑起来。

“哈哈哈”他大声笑着，笑得眼泪都流出来了。约瑟不知道究竟发生了什么。他真的生气了，一下坐了起来。“有什么好笑的？”他问卡洛斯。卡洛斯继续大笑不止。约瑟最后失去了理智，狠狠地打了他一记耳光，“你笑什么？以前我总以为你是我的朋友！”

“我是你的朋友，”卡洛斯说，“正因为是朋友所以我要给你说说。你认为在你身上发生的事情很可怕，是有史以来发生过的最坏的事情？行啦，小伙子，我们就住在街上，而你从来没有说过这是最坏的事情。因为很快你会遇到某种事情，甚至是你遇到的最坏的事情。”“你认为你要发疯了，就因为有人对你施加了一点暴力。好啦，还是聪明一点，我的朋友，勇敢些，如果你太多愁善感，你会更加痛苦。”

说着，他递过一张银箔，上面有一些棕色的粉末。“照我的样子做，你就不会感到那么痛苦了。”

照片：Stefano Berterame

家庭与年轻人滥用药物之间有什么关系

尽管滥用药物对年轻人与家庭的关系起到了负面影响，但家庭内的问题也可能导致年轻人滥用药物。对你来说，有必要了解和倾听年轻人的故事，以便找到制定应对这些问题的计划的办法。另外，这方面的信息能帮助你确定如何将家庭成员包括在计划所作的努力之中。

为了弄清家庭与年轻人滥用药物之间的关系，建议采取某些方法，如：

- 讨论会（尤其是扮演角色和表演、讨论、讲故事及书面方法）；
- 采访。

麻醉品对你所在社区的影响

麻醉品在许多不同的方面影响着年轻人的生活。重要的是要认清使用麻醉品的后果，因为你可以使用此类信息帮助确定需要制定的计划的类型。另外，这类信息还可以用来说服其他年轻人参与并支持你的工作。你或许希望收集的信息包括：

滥用药物对年轻人的健康有何影响？

你或许希望评估滥用药物对你所在社区的年轻人的健康造成的损害。当你千方百计为你的计划筹集资金和寻求支持时，这方面的信息可能成为一种强有力的工具。

为了弄清使用麻醉品对你社区中年轻人的健康造成的后果，建议采取某些方法，如：

- 提供文件资料：当地的医疗中心或医生会有年轻人中常见的各种疾病的记录。你应设法要求他们提供这些记录。你还可以研究有关特定麻醉品的不良后果的某些一般性信息，你知道那种特定的麻醉品在你的社区非常流行，随后你可以设法弄清是否有很多人显示出这些症状。后者可以通过个人采访、观察等手段进行。
- 讨论会（尤其是讨论，扮演角色）。
滥用麻醉品往往会导致暴力和犯罪活动。如果你能阐明在你的社区中麻醉品是如何导致犯罪行为 and 暴力活动增加的，你就能比较容易地赢得成年人和其他组织对你计划的支持。

为了弄清麻醉品是如何影响你们社区的安全和治安的，建议采取某些方法，如：

- 讨论会（尤其是讨论小组）；
- 绘制地图（尤其是以社区为基础的地图和巡视）；
- 提供文件资料。

❖ 滥用麻醉品对青少年继续在校学习和好好学习的能力有何影响？

事实表明，使用麻醉品的青少年在学校的表现往往不怎么好，或者不得不退学。你可以选择同学校密切合作，防止青少年辍学，但这取决于你社区内采取的方针。另外，学校是为考虑使用麻醉品的青少年提供帮助的好地方。

为了弄清滥用药物对年轻人继续在校学习的能力有何影响，建议采取某些方法，如：

- 采访老师；
- 举行讨论会（讨论、讲故事和书面方法）；
- 调查（对师生双方）；
- 提供文件资料。



一些得当的问题

问老师*

- 滥用药物的现象在你们学校普遍吗？
- 年轻人开始使用麻醉品时会发生什么情况？
- 你能否给我们讲讲你对年轻人使用麻醉品问题的某些感受？（请不要指名道姓）
- 对于预防滥用药物计划能帮助青少年好好学习或继续在校学习的问题，你有什么看法？

*这些问题或许是你想问的范例性问题。
在下面的“方法”一节中有更多关于如何进行采访的论述。

练习框图

为了简化你收集的信息，你可以选择使用与下面相类似的表格。

群体 (简要说明)	性别	年龄	让他们参与计划的难易程度	可能滥用的药物类型	如果得不到帮助麻醉品是否会毁了他们的生活
例： 校外青少年	男，女	10-16	困难，因为他们要为生存而工作	吸入刘，大麻和某种海洛因	很可能

这些只是你在决定你想制定的计划的类型之前可能提出的一些问题。你或许会提出许许多多另外的问题，因此，你可以随意在我们的清单上加上你自己的一系列问题。

问题

建议的方法

•• 你所在社区最常见的麻醉品有哪些？

- 举行小组讨论会（尤其是采用分组和整理的办法）
- 采访其他年轻人
- 获取现有信息

•• 你所在社区有谁需要帮助？

- 提供文件资料
- 调查
- 重点小组

•• 弄清你所在社区开展的各种计划

- 提供文件资料
- 口头宣传
- 走访
- 非正式交谈
- 观察

•• 你所在社区对滥用药物现象的态度、价值观和信念是什么？

- 讨论会活动，包括同青少年和成年人互动的讲故事
- 采访

•• 年轻人对当地和世界上贩毒和吸毒的情况有多少了解？

- 讨论会，尤其是扮演角色和小组讨论
- 提供文件资料

•• 年轻人对滥用药物的后果知道多少？

- 讨论会，尤其是讨论、书面方法、视听方法

•• 滥用药物对青少年继续在校学习和好好学习的能力有何影响？

- 采访老师
- 讨论会（讨论、讲故事和书面方法）

•• 滥用药物对社区安全和治安有何影响？

- 讨论会，尤其是讨论小组
- 绘制地图，尤其是以社区为基础的地图和巡视
- 提供文件资料

•• 家庭与年轻人滥用药物之间有什么关系

- 讨论会，尤其是扮演角色，讲故事和讨论
- 采访

问题	建议的方法
•• 年轻人与朋友和同龄人的关系如何导致药物的滥用？	<ul style="list-style-type: none"> • 采访 • 讨论会（讨论、扮演角色、讲故事和书面方法）
•• 你所在社区最常见的麻醉品有哪些？	<ul style="list-style-type: none"> • 小组讨论，尤其是采用整理和分组的办法 • 采访年轻人 • 获取现有信息
•• 谁在使用麻醉品，使用何种麻醉品？年轻人为何要滥用药物？	<ul style="list-style-type: none"> • 小组讨论会（尤其是讨论、书面方法和扮演角色） • 采访
•• 每种麻醉品在什么地方滥用，为什么？	<ul style="list-style-type: none"> • 观察 • 小组讨论会（尤其是绘制地图、讨论、扮演角色） • 采访青少年、成年人和执法人员
•• 滥用药物对年轻人的健康有何影响？	<ul style="list-style-type: none"> • 提供文件资料 • 讨论会（尤其是讨论、扮演角色）
•• 滥用药物与贫困有何关系？	<ul style="list-style-type: none"> • 采访 • 讨论会（尤其是讨论、书面方法和扮演角色）

收集信息的途径—方法

道德

在收集信息时对以下四个方面务必谨慎从事：

第一，首先应该确保自身的安全。没有任何信息值得用你的生命或健康去冒险。由于你是在探索麻醉品问题，你或许会遇到犯罪或暴力。对你去的地方和你与之交谈的人都要多个心眼。要有判断力。如果你以前没有去过邻近地区，现在就不要去。

第二，不要使用或泄露采访对象和他们谈到的人员的名字。这称为“保密”。

第三，必须顶住诱惑，不要就吸毒者群体的问题随意发表讲话。获取信息是一项艰巨的工作，需要耐心。有时，你或许觉得你对需要了解的某一问题或议题已经了如指掌，或许希望来个快刀斩乱麻，而不是对情况进行全面的调查。这可不是好主意。如果想使你的计划获得成功，你必须设法获取尽可能详细的信息。

最后，人们可能会谈到不应向公众透露的某些敏感性问题。这称为“机密性”。因此，你应该始终遵守采访的匿名和机密性原则。

怎样收集信息

观察

目的

观察是指你在一段时间内仔细观察一群人、一项活动或者一种环境的行为。当你想收集有关年轻人日常生活的信息，了解他们实际在做些什么时，观察是一种有用的手段。观察不同于所有其他方法，因为它们能帮助你了解人们目前在做些什么，而不是他们在说些什么。许多时候，人们不是总能告诉你他们实际在做什么，甚至还会故意误导你。另一方面，对观察到的情况可能需要慎重对待，因为有时你看到的现象并非真实情况。例如，看上去年轻人是在握手，但实际上他们可能是在作麻醉品交易。

怎样进行观察

在开始观察之前，你应确定你想观看的东西。一个人不可能同时观察所有方面。因此，应设法将一次观察的重点放在一、二项活动上。青少年评估小组应就观察目标的定位问题进行讨论。

观察可以是一般性的，也可以是系统性的。

一般性的观察只是为了了解情况的总体方面。某些可能的目标是：找到年轻人经常出没的地方，发现他们正在进行的活动，观察男孩和女孩进行的活动有何差别，等等。

一旦就观察目标和开展工作的地点作出了决定，你就随时可以进行实际观察。在一个地方花上一、二个小时，观察你周围发生的一切。一定要仔细听，认真看。要设法记住你看到的、听到的和嗅到的一切。一离开观察点，你就可以开始将情况记录下来，将你看到的一切写下来。如果你们是分组进行的，则应该比较你们的笔记，看看你们观察到的现象是否一致。如果有什么不同，你们可以另定时间去该地作另一次观察。

系统观察可以在你完成了上面所说的一般观察后进行。系统观察要求你在观察时记录所看到的情况。系统观察的目的是为了清点你观察到的事情。为了进行系统观察，你务必准备好观察单。例如，为了了解你所在社区年轻人是怎样度过校外或家庭外的时间的，你可以准备一张表。在表的左边，可以写上年轻人参与的所有活动。应该将你的一般观察中观察到的最常见的活动包括进去。在表的顶端，可以列出你要观察的三个地方。你还可以为男孩和女孩分别建栏，以便你能观察男孩与女孩在活动方面的差别。

下一步是去不同的地方，清点参与各种活动的男女青少年的人数。将人数记在相应的栏内。为了能对三地的结果加以比较，同日同时进行观察或许是个好主意。因此你需要派不同的小组成员同时去不同的地点。一旦收集到了信息，就可以将你们观察到的结果加在一起。

下表可帮助你就计划问题作出决策。例如，它能告诉你可在哪里开展你的计划。它还能告诉你哪些是最受年轻人欢迎的活动。你可以将这些列入你的计划，以便吸引年轻人。

活动	地点1		地点2		地点3	
	男孩	女孩	男孩	女孩	男孩	女孩
体育运动						
使用麻醉品						
在街上 闲逛						
斗殴						
劳动						
玩牌						

观察小组的规模

观察可以由一个人进行，也可以分成小组进行。最好是二、三人一组，理由是多方面的，一是这样做比较安全，二是每个年轻人可以负责不同的任务，如作记录或拍照。

空间和地点

观察通常是在街上或诸如咖啡店、加油站、广场和公园等公共场所进行的。你应该意识到，当别人看到你们在某些地方（如学校、商店和宗教场所）作记录时，他们可能会很不高兴。在这种情况下，需要立即结束观察，或者在征得他们同意后再继续进行。

设备

对于一般观察来说，有良好的记忆力，加上此后用于记录你的想法的一支笔和一张纸就足够了。对于系统观察来说，你需要准备观察单和笔，而在许多情况下还需有一块写字用的夹板或硬板。有时，你或许想拍上几张照片，这就需要一架相机和一个胶卷。

时间

观察，尤其是系统观察，可能需要花很多时间，但时间长短取决于你所涵盖的区域。预计你每次出动在一个地方至少要呆上一个小时。你在观察中花费的整个时间也取决于某些活动开展的时间和地点。例如，如果广场在某些日子举办集市，你可以把观察放在举办集市的那些日子进行，也可以在不举办集市的日子进行。



务必牢记：

为使观察得以顺利进行，务必确保不打扰你周围正在开展的活动。尽可能设法与你周围发生的事件融为一体。如果你们成群结队地走来走去，大声讲话，公开地记笔记和照相，人们可能会感到紧张不安，想知道你们究竟在干什么。这有可能导致人们改变他们的行动。如果是在使用 and 买卖麻醉品的地方进行观察，你们得格外小心。如果使用照相机，更得谨慎从事，不要在交易或贩卖麻醉品的地方照相。

小心谨慎



切记：

在观察时，有时或许会看到有人在从事非法活动。例如，你或许会看到正在出售毒品。有些国家的法律规定，如果你发现任何非法行为，必须报告警察。也就是说，如果你看到有人正在犯罪而不向警察报告，那也是犯罪。因此，在开始进行观察之前，最好首先搞清楚你的国家是否也属于这种情况。还要记住，当你在处理滥用药物的问题时，可能会被直接或间接地卷入组织严密的、危险的犯罪活动。你应保持警觉，采取一切防范措施。对于法律方面的问题，一定要认真听取有经验人士的意见。

采访

目的

采访是一种双向的对话，是由一人提出问题，以便收集信息，了解另一人的想法、信仰、观点、意见和行为。在许多情况下，采访可能是很有价值的信息来源，因为它们能使你从不同的人的眼里了解对某个问题的看法。如果你采访的人认为议题很重要，并且对你很信任，他们就会向你提供你用其他方式无法收集到的信息。

采访方式

选择采访对象

如果有机会，最好事先为采访作些准备。你可以同人们接触，礼貌地询问他们是否愿意接受你的采访。但是，在许多情况下，你可能只去一个地方，当人们从你身边走过时采访那些愿意同你交谈的人。这称为街头采访者。无论是哪种情况，你都应该向被采访者说明采访的主题以及希望从他们那里了解些什么。

拟定采访的问题

在进行采访之前，你需要将问题，或至少是与你想问的主题相关的广义的问题写下来。一开始可以问一些一般性问题（一些容易回答的能让被采访者感到轻松的问题），如果进展顺利，可以接着问一些针对性较强的问题。采访时间一定不要太长。以下做法不失为一个好主意，即可以先同朋友演练一下，看看采访究竟需要多长时间，哪些问题比较明确。

进行采访，作好记录

先介绍一下自己以及你感兴趣的问题，一开始可以先问问题单上列出的问题。如果某些回答不够明确，或者你希望更多地了解有关某个问题的信息，可以接着往下问。

你需采取某种手段将被访者所说的内容记录下来。最容易的做法是将回答的内容笔录下来。如果有录音机，可以将采访的情况录下来。在录音之前应事先得到对方的允许。即使是录音，你也应该做笔记，这是很有用处的，能使你在采访行将结束时审查回答的内容，进一步提出补充的问题。需记住的一点是，有些人可能不大愿意谈麻醉品问题。对于这一点你一定得非常敏感，千万不要设法强迫任何人回答他们不愿回答的问题。有时最好问一些有关他们对别人的印象问题。例如，不要问“你以前吸过大麻吗？”，而应该这样问：“你认为社区中有多少人吸过大麻。”

审查和讨论回答的内容

采访结束后你应立即听一下录音，并（或）审查一下你的笔记。在听采访录音时，你需要对被采访者所说的内容做书面记录。这称为录音的文字记录。如果没有录音，就应该将笔记好好整理一下，以便以后也能看得明白。当完成了多次采访后，你应审查一下所有的录音记录和笔记，得出与你研究的麻醉品问题有关的结论。在许多情况下，解释采访结果的方法可能有一种以上。因此，同小组其他成员一起讨论一下这些结果不失为一个好主意。

小组的规模

尽管你可能进行一对一的采访，但是在某些情况下，两人一起采访一个人也不失为好主意。可以由一人负责提问，另一人负责记录回答的内容。应提前安排好角色，由一人指挥进行采访。

空间 and 地点

在选择进行采访的空间时有两个方面需要加以认真考虑，一个是噪声，另一个是舒适。虽说很难找到一个十分安静的地方，但还是应设法选择一个相对安静的地方。如果是在街头采访，你可以找一个地方坐下来谈，特别是采访时间可能超过几分钟时。

物资和设备

一本拍纸簿，一支钢笔或铅笔，是一次采访所需要的全部家当。然而，正如上面已经提到的，录音机往往也是很有用的工具，特别是当你希望确切地记录一个人所说的某些内容和他是怎样说的情况时。

时间

采访可以只进行几分钟，也可以持续几个小时。究竟多长时间算合适，这取决于你所采访的对象、采访的题目和采访的地点。例如，在街上采访时时间可以短一些，因为人们往往行色匆匆，急着赶路。由于与麻醉品有关的问题比较复杂，要想得到翔实的信息大约需要半个小时到45分钟的时间。在为采访作准备时，重要的是要对采访时间的长短做到心中有数，删掉那些不必要的问题。



需要牢记的是：

很可能出现这样一种情况，由于你要谈麻醉品和滥用药物的问题，所以人们希望隐匿自己的姓名和身分。你最好回过头来看看“行为准则”那一节，进一步了解一下有关“机密性”和“匿名”的问题。

务必记住的一点是，接受采访者是自愿贡献他们的时间，因此要注意礼貌，不要强求他们回答你的问题。

考虑到麻醉品和使用麻醉品问题的敏感性质，不要将采访地点安排在你认为不安全的地方。要有判断力，如果你对采访不那么放心，你就不要进行！一定要记住，如果发现确有危险，那就不能开始实施你的计划。



出色的采访者：

必然是一位优秀的观察家

非常专注

- 在倾听消息提供者讲话时两眼注视着他
- 通过口头方式或非口头方式表示自己在专心听讲
- 在倾听时不分散消息提供者的注意力
- 不让别的事情分散自己的注意力

对消息提供者的感受非常敏感

- 不要求非回答问题不可
- 能产生共鸣，而不表示同情或怜悯
- 如果有的问题消息提供者不想谈，则不要勉强
- 如果消息提供者感到痛苦，应知道什么时间该放弃采访

提出的问题十分确切

- 一定能准确地表达所提的问题
- 事先做些试验，看看对问题可能会有什么样的回答
- 必要时对问题作出解释

能容忍沉默

- 一言不发时能及时觉察
- 不急于在既定的时间内获取所有的信息
- 不匆忙提出下一个问题

善于采用提示方式

- 当消息提供者沉默时
- 重复所提的问题
- 重复消息提供者刚才说的话

善于采用追问的方式，使问题更加深入

- 要求举例
- 要求澄清
- 要求说得详细一点

善于采用核实的方式

- 概括消息提供者的看法
(例如，嗯，如果我没有理解错的话，你说的意思是……)

如果是集体采访，应设法让每个人都开口说话

- 避免一人大包大揽，左右整个局面
- 鼓励腼腆的、不爱讲话的人发表意见
- 不要跑题

一览表

- 设计采访的问题
- 选择采访的对象
- 进行采访
- 切记：不论什么时候，只要对回答的内容不理解，就应进一步询问
- 将回答的内容记录下来
- 审查和讨论回答的内容

调查

目的

当你想了解大批人的看法时，调查问卷是一种很有用的工具。调查问卷就是提出一些数量不多的能简单回答的问题（例如，在“是”或“否”的方框上打“√”）。通常，调查问卷发给一群经过选择的人员，他们代表了你感兴趣的那部分人。例如，为了调查学生的看法，你需要将调查问卷发给每个班级的某些学生。

怎样进行调查

在决定了调查题目和选定了调查对象后，你需要坐下来拟定需要调查的问题。问题应该简单明了，问卷不要太长。虽说对问卷的长度没有任何明确的规定，但要记住，如果回答问题的时间超过几分钟，人们就会不愿意填写。

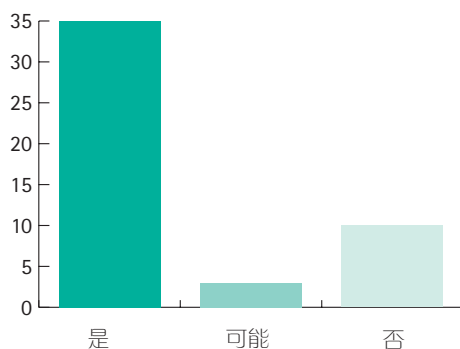
调查可以设计两种类型的问题：一种是选择题，另一种是论述题。

选择题可以从给定的选项中选择答案，如在“是”或“否”的方框上打“√”，圈数字，选择“有时”、“经常”、“从不”等。采用选择题的问卷准备起来比较困难，因为你必须推测人们对你的问题可能会怎么回答。然而，在回收采用选择题的问卷后，分析则比较容易。例如，你可以数答案，尔后说有多少人填了“否”，多少人填了“是”。

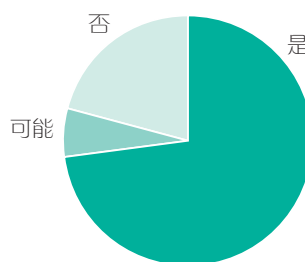
论述题要求填表人将答案写在给定的空白处（请看以下的例子）。为了弄清人们在说什么，需认真阅读论述题的答案。还需将类似的答案集中在一起。

调查可以采取多种方式。如果你感兴趣的人员经常在特定的场所聚会，你就可以在他们聚会时拿出你的调查问卷，在他们填好后将其收回。例如，为从学生中收集信息（须经教师同意），你可以在刚开始上课时拿出问卷请学生填写，尔后在本课时内将其收回。如果在街上进行调查，你或许需要问他们问题，亲自填写问卷。这种调查方式比较费时间，也可能有危险，这取决于调查的地点（见关于采访中的安全问题一节）。最后，为了收集大批人员的信息，调查问卷也可以通过邮寄方式发给调查对象。但要记住，采用这类方式不是所有收到问卷的人都会将它们寄回给你。例如，如果你想推行英式足球计划，想了解你所在城市里有哪些街区支持这一计划，你可以调查不同区域的家长，看看他们是否对此感兴趣。这是一种很破费的做法，你不仅要给那些人邮寄问卷，而且还需提供写明发信人地址的、贴上邮票的信封，以便他们能将问卷寄回给你。

对调查问卷的分析涉及到对每个问题的答案的统计和对整体的比较。例如，如果你在特定的街区调查了50人，提出的问题是“你是否愿意让你的孩子参加英式足球计划？”，有35人回答“是”，3人回答“可能”，10人回答“否”，这时你就可以得出结论，在这个地区人们有足够大的兴趣。你可以通过图表向他人展示你的调查结果，这是一种很好的办法。以下是如何用图表说明你数据的两个例子。



条形图



饼分图

当你想了解
大批人
的看法时，
调查问卷是一种很有用的工具。



分析调查数据

对小组可能是一项有趣的工作

一想到数据就感到要花费大量的时间，确实是够烦人的！然而，可以使分析调查数据变得颇有乐趣。例如，你可以按一个问题将答案剪下来，尔后将所有的问题分别放入单独的信封内。信封装满后，你可以数一下所有的小条，并将你得到的对特定问题的回答，即“是”或“否”的数量记在一张表中。当然，论述题就无法这样做。



需要牢记的是：

调查题的准备需要慎重对待。务必记住以下三点：

1. 对调查目标应有清晰的了解。需要哪些信息？哪些问题最重要，必须回答？
2. 问题必须十分明确和准确。你可以看看下面的例子，它阐明了如何进行调查的方法。其中一个例子列举了一种恰当的提问方法，另一个例子列举了一种不恰当的提问方法。
3. 如何处理你的调查结果，如何对它们进行分析？

讨论小组（重点小组）

目的

重点小组包括一起来讨论某个或某些具体问题的一群人。采取这种做法的目的在于形成支持参与者交流各自观点的讨论。持类似观点的人与持不同观点的人之间这种充分的互动，能使大家深入地理解给定的某一议题或某些议题。用这种方法从许多个人中收集信息既快捷又方便。另外，重点小组能对年轻人起到积极作用，因为青少年在接受采访时往往怀有戒心，但是他们乐意与同龄人一起参与讨论。

展开讨论

选择参加者是筹组重点小组工作中最关键的部分。整个思路是，将对讨论的议题感兴趣的一群人召集到一起，即使他们的观点不同也无关紧要。该小组可以是一些十分类似的人员（如一群流浪儿），或由迥然不同的人员（诸如流落街头的儿童、家长、教师等）组成。混合重点小组的第二个目标是在社区的不同群体之间建立联系。

在开会之前应把问题准备好。如果没有准备，讨论可能会失去控制，参加讨论的人可能会取得主动权，根本不回答你最初提出的问题。

应该选择一位小组的领导人，或者说主持人。理想的是，这个人应是你规划小组成员中的一个。他（或她的）责任是保证谈话的顺利进行，确保每个人都有机会发言。主持人应该确保涵盖主要议题，并让小组充分探讨和阐述在他们看来是重要的问题。当你在为如何让参与者说话和发表自己的意见而烦恼时，可以采用下面一节中列举的某些工作方法。

在重点小组开会期间，**你务必将会上所说的内容记录下来。**录音是这方面最常见的一种手段。然而，听录音带并不总是能识别谁在讲什么。因此，在会上记笔记也很重要。你应在召开重点小组会议之前选定一名记录员。在会上，“图示记录员”可能是另一个有用的人员。图示记录的责任是将讨论中的主要观点写在一张大纸上或黑板上，使得所有参加会议的人都能看到它。这样做能使与会者产生一种感觉，感到他们是在那里讨论问题，看看对他们的观点的理解是否有误，记录是否准确。

整理/分类和排队。有时，除了讨论外，作为一个小组你们还有其他一些事情可以做。这些工作包括以一种代表小组共识的方式整理和组织一批材料。

小组的规模

小组人员最多不应超过10人，最少不得少于4人，这里不包括主持人、图示记录员和笔录人员。人数少的小组管理起来比较容易，但它们不一定能充分展开讨论。另一方面，小组太大可能难以驾驭，因为很难保证每人都能得到发言的机会。

· 空间和地点

重点小组会议可以在足以容纳所有与会者的场所进行。这个场所应是与会者易于进入的地方，这一点非常重要。不论在什么地方召开重点小组会议，这个地方都应该很安静，以便能听清他们的发言，使他们不受干扰。

座位应摆成圆形，在讨论中与会者能相互看到对方。图示记录员不宜坐下。一个成功的重点小组会议可能是在庭院外举行的，人们围成一圈，坐在地上。

· 物资和设备

举行重点小组会议只需要人、纸和笔。

· 时间

重点小组会议至少应开上二、三个小时。这样能使小组有足够的时间热身，开始互相交谈。

与会者之间可能不太熟悉，需要相互介绍一下。



需要牢记的是：

重要的是受影响的各方要有平等的代表。例如，如果你正在制定一个男女青年都能平等参与的计划，那么就得确保在你的重点小组内既包括男青年也包括女青年。另外，在重点小组开会期间，一定得让每个人都有平等的机会发表自己的看法。有时，你会发现，当男女青年同在一个组时他们很难在一起讨论问题或坦率地发表自己的观点。如果你硬要讨论那些可能引起此类问题的议题，最好是将男女青年分成两个独立的小组。主持人不应该发表自己的意见和看法，但可以为他人提供这样做的机会。

平等的代表

书面方法

个人编写或多人合编故事

目的

书面方法有助于你了解年轻人个人和群体的经历。一般说来，年轻人会感到这种活动很有意思，很乐意将他们自己的经历写出来。编写故事往往能使青年们直言不讳，开诚布公地表达自己的想法。这些故事能帮助你通过这些年轻人的眼睛观察世界。通过编写故事，有可能得到有关年轻人对麻醉品的感受的大量信息。

方法

有关麻醉品问题的故事可以由个人来写，也可以集体来写。换句话说，每个年轻人都可以编写自己的故事，整个集体也可以一起编写一个故事。集体编写要比个人编写来得困难。在集体编写时，年轻人必须就故事的情节相互交流自己的想法，在落笔前达成共识。如果你选择集体编写的方法，你可以将编写故事会议的情况记成笔记或者将它录音，因为所谈的内容通常非常丰富，有许多令人感兴趣的观点。

为了让年轻人集中编写那些有助于你收集数据的故事，你可以给他们提供一个应写的题目。然而，有时你可以先起个头，让他们续写其余部分，这样做也很有帮助。请看下面的例子。



故事主题范例

佩德罗/拉姆/拉希姆这两天在家里总是心烦意乱，因为他刚被赶出校门。他心里烦得很，于是在外面呆了一夜。那天夜里，他遇到了一位老朋友，这位老朋友对他说麻醉品可以提神，建议他不妨试一试。请接下去把故事写完。

.....

.....

.....

.....

.....

.....

·: 小组的规模

故事可以一个人编写，也可以15个人一起编写。如果集体编写情况会变得太复杂，会出现太多的不同观点，年轻人可以先各人写各人的，尔后再与小组一起讨论。

·: 空间和地点

对于年轻人来说，编写故事只要有一个安静的私人空间就足够了。

·: 物资和设备

写故事需要纸和笔。以下的做法不失为一种好主意：如果小组希望互相交流各人写的故事，可以使用大张的纸或黑板，写时字要大一些，以便所有的人都能看到。

·: 对故事的分析

如果年轻人编写的故事数量较多，可以在它们中间寻求共同的主题。理解这些故事的好办法是将这些故事读给一群年轻人听，让他们谈谈这故事是否真实地反映了他们的生活和他们所在社区的情况。



需要牢记的是：

切记要让年轻人写他们生活中与麻醉品有关的最重要的地方和问题。故事不必很长，有时只需几段就能充分反映年轻人的感受和想法。



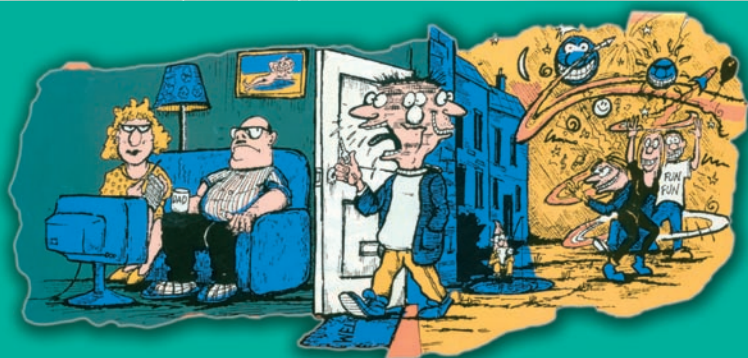
故事

戴尔初试兴奋剂

那天是戴尔的76岁生日。他的朋友罗布对他说，“我有一件礼物要送给你！”说着他掏出一瓶兴奋剂，上面印有“阴阳”图案。戴尔显得有点忐忑不安，但是他的伙伴们说，“别怕，拿着吧！”于是他接过来放进了口袋，随后他们向当地的一家酒吧走去。

戴尔勉强地喝了点兴奋剂，起初什么反应也没有。接着他又喝了几口，这时情况开始发生变化，他咯咯地傻笑起来。很快，他兴奋起来，开始出现幻觉，连袜子也脱了。真好玩，好玩，好玩，戴尔在想，这个生日太有意思了！接着，戴尔开始对着烟灰缸说起话来。突然，戴尔想小便，于是跑向卫生间，他照了照镜子，发现他的脸开始变成了一块块碎片。戴尔认为这很有趣，但也很可怕。随后，他与伙伴们一起进了公园，在那里游逛起来，最后走进乐池，他们在那里一直呆了4个小时，老是无缘无故地笑，觉得这也挺好玩的。过了好久，天开始黑了，戴尔还处在兴奋状态，这可坏了。戴尔回到家里，不得不对父母讲了发生的一切。他们看不到有什么有趣的地方。夜里，戴尔躺在床上，翻来覆去，久久不能入睡，一幕幕情景在脑海里不断浮现……

戴尔心想，“我的上帝，我总算尝到了这破玩意儿的滋味！好可怕的生日！”



日记与日志

目的

日记与日志基本上是用来监督和评价正在发生的进程的。年轻人可以用日记记录他们计划内的各项活动或者个人的成长过程。当你试图确定计划的内容和需要做哪些改动时，这类信息将十分有用，另外，日记与日志作为工作人员或小组的发展工具也很有用处。

方法

当作为工作人员个人的发展工具时，年轻人可以写下他们如何在青少年群体中努力开展工作的情况。这些记录可以定期在大组内进行讨论，可以提出各种建议，促进那位年轻人自身的发展。

当作为一个集体的发展工具时，日志可能是观察你的计划进展情况的有用手段。这称为监督。作为一个集体，年轻人可以通过日志记录他们所有的活动。这本日志应该是所有成员都能接触的，这样他们就能随时翻阅和了解他们的工作情况。小组成员可以将每日的事件记在日志上，如出席会议、拍照、绘图，等等。如果采用这种方法，小组就有了反映他们日常活动和成绩的完整材料。

物资和设备

日志最好使用装有封面的笔记本，不要用单页纸，单页纸容易丢失，次序也容易被弄乱。

时间

重要的是日志要长期坚持书写，不要半途而废，这样你就能看到一段时间的变化情况。例如，有人开始记录计划开展情况或进程时态度可能非常消极，然而到最后或许会改变原先的想法。因此，记日志须坚持一段较长的时间，这一点非常重要。

分析

没有必要像对其他数据形式那样分析日志中的各项内容。日志是很有价值的工具，因为它有助于跟踪计划的发展过程。对于参与计划的年轻人来说，日志也是记录个人对正在发生的事情的感受和想法的良好手段。当采用这种方法使用日志时，日志的撰写人可以在讨论会和培训会上同小组的其他成员互相交流某些项目。



务必牢记：

如果记的是集体日志，重要的是应确保将日志本放置在一个所有参与者都能拿到的地方。如果是个人日志，应确保小组成员有一个安全和私密的地方保存他们的日志。无论在哪一种情况下，最好在计划中规定一个填写日志的时间。选择日志将按规定的时间填写。

视听方法

目的

当年轻人不会读或者不会写时，采取直观视听方法是很有好处的。然而，它们也是展示年轻人观点和真实生活状况的富有创造性和趣味性的手段。视听方法决不只是在评估需要时采用的一种方法。它们通常还用作对其他数据收集形式——诸如采访和重点小组等——的补充。它们是展示在其他数据收集活动中形成的构想的良好手段。

方法

图画

图画可以由个人绘制也可集体绘制。画面可大可小，可以很小，也可以大到一面墙那么大（或者巨型壁画）。

对于年轻人来说，个人的画可以便捷地表达自己的思想。别人的画往往很难理解。因此，重要的是画画时应多同画家讨论。当你们试图向社区传达集体的信息时，采用大型画和壁画的方式可能是一种成功之举。

连环图板

如果想讲故事，则可以采用连环图板的方式。连环图板可以按时间顺序展示一系列事件，可以用图画、杂志图片和/或照片创作。多数青少年是通过报刊上的连续漫画熟悉连环图板的。如果有相机和胶卷，那么运用拍摄图片故事的方式来制作连环图板就要快捷和方便得多。



1

.....

.....

.....



2

.....

.....

.....



3

.....

.....

.....



7

.....

.....

.....



8

.....

.....

.....



9

.....

.....

.....

图片



图片故事

所谓的“图片故事”，就是由一群年轻人拟定一个剧情，尔后进行表演，并通过摄影将它们记录下来。结果形成一部由许多照片构成的摄影小品。这些照片也可以加上副标题，尔后陈列出来，向他人传达一种主张，讲述一个事件或者一个故事。

在该过程开始时，年轻人需要拟定一个故事情节。这可以采取文字形式，也可做成连环图板。图板可以非常简单，可以是一块上面画有空框的薄纸板。每个空框代表一张照片，照片的内容可以画在上面或写在上面。

下一步是物色导演、摄影师，给小组内的每个人指派角色。尽管导演将对整个表演进行某种监，但这种做法的效力来自于儿童表现自己的能力。必要时可以由成年人给摄影师和导演当下手，提供某些摄影方面的基础支持（如拍摄时在你的后面打打光）。

照片全部拍完后，可将它们送去洗印。照片准备好后，小组成员可集合在一起，将照片按顺序贴在图板上。你还可以在每幅照片下写上几句话，让人一看就能明了。

故事

拼贴画

图片可选自杂志和/或报刊。尔后，你可以将图片剪下来，定好位置，贴在一张纸上或纸板上。拼贴画不同于连环图板，因为在拼贴画中，一般是将许多小图放在一起组成一个整体，这个整体通常能传达一种非常强烈的信息。另外，制作拼贴画可能是一种很好的集体活动。当集体制作拼贴画时，每个人都可自由地选择图像并将它放在她或他所喜欢的位置上。有时，年轻人喜欢做拼贴画是因为它们做起来比较容易，最后的作品往往很有意思，富有表现力。在制作拼贴画时应认真选择杂志和报刊，这一点非常重要。要确保所选择的图像丰富多样。选择的图片越多，拼贴画就越能成功地表达年轻人的感受。在试图制作拼贴画之前花点时间收集大量杂志和图像是值得的。通常年轻人会从家里带一些图片来。



需要牢记的是：

图画、拼贴画和连环图板往往有许多含义。观看这类艺术的人可能会对图画、拼贴画或连环图板的含义产生某种看法。然而，艺术家的想法可能迥然不同。在这种情况下，同艺术家展开一些讨论是非常必要的，以便能了解这些图片的真实含义。

制作拼贴画

可能是一种很好的集体活动。

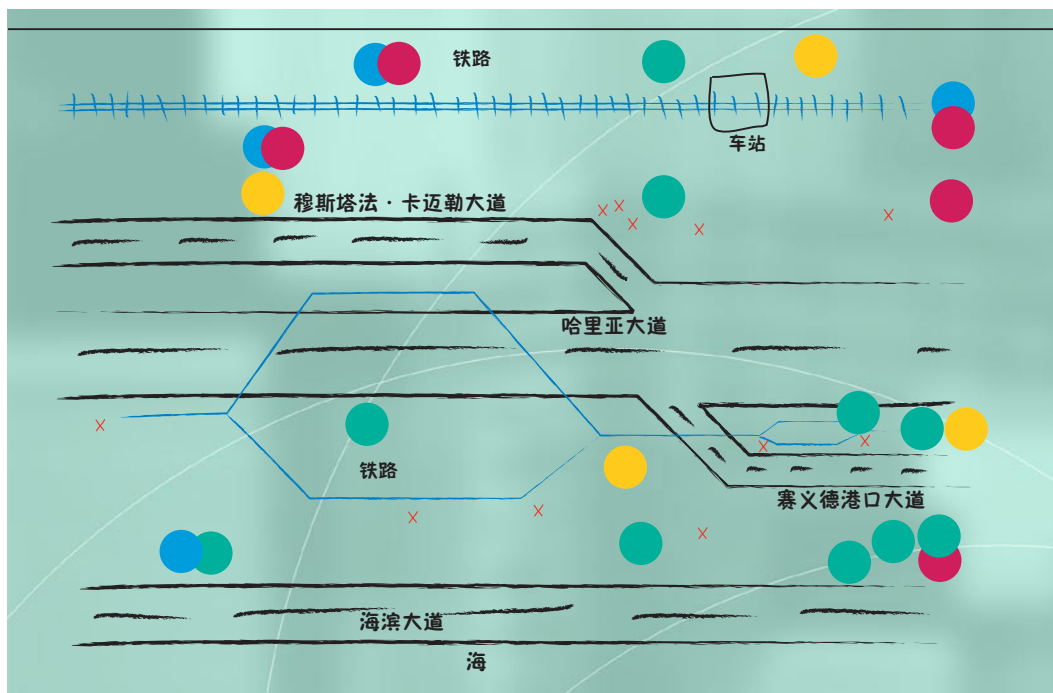
地图绘制方法

地图

地图是展示你周围各部分环境的图。对于不熟悉地图的年轻人来说，让他们了解地图的好办法是要求他们画出他们的邻近街区或城市，好像高空翱翔的鸟儿看到的那样。

目的

地图可能是将大量与空间有关的信息归纳在一张图上的重要工具。例如，一张社区的麻醉品地图可能展示了购买和销售麻醉品的地点，而这些地方正是年轻人经常出没的地方，也是计划所定位的地方和年轻人生活的地方。作需求评估，需要有一份十分详细的地图，这幅地图也随时可用于你的计划。例如，通过标示你目前工作的地区和年轻人经常出没的区域，你可以监督自身计划的活动。



方法

绘制社区地图时，第一步是要得到一份街区的基础图。基础图就是标有城市或邻近街区主要街道、桥梁和地标的简单的地图。通常，这些地图可以从一些市政机构（如市政厅或当地的图书馆）获得。在一些大城市，可以使用旅游地图。如果弄不到地图，你可以自己画一张。

一旦基础地图准备就绪，可以由一群年轻人通过标示不同区域来添加有用的信息。用不同的颜色、笔或圆点等标示可以显示不同的信息。对于需求评估来说，这些地图有助于你作出决定，将你的青少年目标群体定位在什么地方，或者确定实施计划的理想地点。它还有助于你观察学校、社区中心和其他计划所在的位置，以便为你的计划中心或活动确定一个好的位置。

有时，让一个小组到你邻近地区走一走也是补充基础地图的一种快捷方法。由年轻人组成的小组带着基础地图到各处转一转，一边走一边标出不同的信息类型。这不仅考虑到标图前的讨论，而且使小组能掌握活动的第一手情况及活动地点。

小组的规模

参与绘制地图的人越多，地图的内容就越丰富，越让人感兴趣。然而，地图可以不时补充，不必人人都在同一时间参与这项工作。如果地图很大，并挂在公共的地点，那么年轻人可以随时在上面添加信息。

空间、地点和物资

如果地图只是供短时间使用，它们可以画在地上或沙子上。一般说来，地图越大，每个人补充地图的机会就越多。也可以将某些邻近地区的大地图画在展示板上或建筑物的墙面上，如果你在策划和制定计划时想把整个社区都包括进去，这类大地图对你恐怕是十分有用的。

扮演角色/表演

目的

表演是一种有用的手段，因为它使年轻人可以在房间里自由活动，集体研究确定富有想象力的议题以供讨论。由于表演是虚构的，年轻人往往认为他们可以自由谈论一些沉重的和涉及情感的问题。表演也是向家长和社区成员展示你们的工作以及弄清他们对麻醉品问题的看法的良好途径。在这些活动中，年轻人可以利用表演开始同观众对话。

方法

表演可以用在许多不同的方面；在收集有关麻醉品问题的信息时，在决定谁应该参与计划时，以及你将制定哪种类型的计划时。通过表演，你可以让年轻人：

- 展示他们的日常生活；
- 揭示麻醉品在他们生活中的作用；
- 陈述他们在制定麻醉品预防计划时可能面临的问题。

表演开始时可以采用不同的方式。开始你可以采用简单的脚本，给故事开一个头，或者只是指定一些特定的角色。然而，如果表演者能自发地自己演自己，那就再好不过了，这能使他们展现理解问题或环境的不同方式。重要的是应理解这类表演方式不同于传统的戏剧。它没有脚本，表演在任何时候都可能停止和变向。另外，通常可邀请观众上台与演员一起表演。在表演过程中他们可能会对情节品头论足，帮助重新设计情节。

小组的规模

对演出的规模没有任何限制，多少人都行，可以是一个人表演，也可以演出大型作品。但请记住，即使有人不愿意上台表演，他们也可以参与进来，可以当导演、编剧、服装设计，等等。此外，每一位观众都可以参加表演，应该鼓励他们积极参与，可以担任导演和/或演员。

· 空间和地点

表演要吸引社区成员前来观看。尽管可以定在固定的地点，但如果能在观众所在地演出，效果甚至会更好。许多小组想方设法通过街头演出来传递信息，去影响哪些不是生活在典型的青少年（如学校）组织中的年轻人。

· 物资和设备

对道具没有要求，有的几乎不需要多少道具就可演出。然而，如果你想在你收集信息的社区演出，你必然希望进行比较正式的演出，这就需要服装和道具。所有年轻人都可以参与布景、服装和道具的制作。

· 信息的利用

在表演时，重要的是要紧扣以书面形式提出的种种问题，使得小组能讨论和思考这些问题。在某些情况下，你可以利用这类信息对其他社区成员进行调查或采访。这种方法有时称为“叙事分析”。

提供文件资料

有关你所在社区的麻醉品、麻醉品使用和年轻人的某些信息已经存在。在你所在地的图书馆里或许可以找到这类信息。另外，各级政府可能发表过有关麻醉品和麻醉品使用情况的报告。通常，你可以打电话给政府机关，要求他们给你免费发送这类信息。另一个很好的信息来源是联合国国际药物管制规划署出版的材料，该署设在奥地利的维也纳。许多文件可以在网上得到。如果你能进入因特网，例如有一部与电话线相连的计算机，你就能轻而易举地进入该网。在本手册最后的资源部分列有它们的地址。最后，需要记住的一点是，世界上有许多像你一样的年轻人在麻醉品方面面临着类似的问题。在资源部分列出了有关许多青少年预防麻醉品计划的简要信息。你在制定计划时可以同那些目标和活动相类似的计划进行联系。

注：



注：



注：



本手册只是正在进行的一项工作，无意成为预防滥用药物方面定论的东西。滥用药物的情况和趋势变化很快，药物管制署不断在与年轻人和青年工作者共同努力确定预防滥用药物的有效方法。如果你能给我们提供你对本手册的意见或有关你认为成功的信息或只是告诉我们你的经历、你的成功与失败，那肯定对我们是有帮助的。你可以通过填写附件中的经验教训表格向我们报告你的情况。你也可以按以下地址给我们寄来材料、信息，并提出问题：

Youthnet, C/O UNDCP Demand Reduction Section, P.O.Box 500, A-1400 Vienna, AUSTRIA.
传真：(+43-1) 26060 5866，电子邮件：goutam.bobbar@undcp.org/Stefano.berterame@undcp.org



本手册是在全球 33 个以上的青少年药物滥用预防方案共同参与下编写出来的。手册中所载的信息大部分都取自参与这些方案的青少年和成人在其生活中的真实经历，其中还讲述了他们的忧虑，他们的观点，以及他们的创造精神。我们希望，这一手册的出版将对拟订和（或）改善针对青少年的药物预防方案有所裨益。

手册

كيفية الحصول على منشورات الأمم المتحدة

يمكن الحصول على منشورات الأمم المتحدة من المكتبات ودور التوزيع في جميع أنحاء العالم. استعلم عنها من المكتبة التي تتعامل معها أو اكتب إلى: الأمم المتحدة، قسم البيع في نيويورك أو في جنيف.

如何购取联合国出版物

联合国出版物在全世界各地的书店和经售处均有发售。 请向书店询问或写信到纽约或日内瓦的联合国销售组。

HOW TO OBTAIN UNITED NATIONS PUBLICATIONS

United Nations publications may be obtained from bookstores and distributors throughout the world. Consult your bookstore or write to: United Nations, Sales Section, New York or Geneva.

COMMENT SE PROCURER LES PUBLICATIONS DES NATIONS UNIES

Les publications des Nations Unies sont en vente dans les librairies et les agences dépositaires du monde entier. Informez-vous auprès de votre libraire ou adressez-vous à: Nations Unies, Section des ventes, New York ou Genève.

КАК ПОЛУЧИТЬ ИЗДАНИЯ ОРГАНИЗАЦИИ ОБЪЕДИНЕННЫХ НАЦИЙ

Издания Организации Объединенных Наций можно купить в книжных магазинах и агентствах во всех районах мира. Наводите справки об изданиях в вашем книжном магазине или пишите по адресу: Организация Объединенных Наций, Секция по продаже изданий, Нью-Йорк или Женева.

CÓMO CONSEGUIR PUBLICACIONES DE LAS NACIONES UNIDAS

Las publicaciones de las Naciones Unidas están en venta en librerías y casas distribuidoras en todas partes del mundo. Consulte a su librero o diríjase a: Naciones Unidas, Sección de Ventas, Nueva York o Ginebra.