

دليل تشاركي إلى برامج منع تعاطي الشباب للمخدرات مرشد إلى التطور والتحسين

الشبكة
العالية
للشباب



مكتب الأمم المتحدة لمراقبة المخدرات ومنع الجريمة
فيينا

دليل تشاركي إلى برامج منع تعاطي الشباب للمخدرات مرشد إلى التطور والتحسين



الأمم المتحدة
نيويورك، ٢٠٠٢

المحتويات

٤	شكر وتقدير
	الفصل الأول
٥	مقدمة
٥	لماذا كُتب هذا الدليل
٧	من كُتب هذا الدليل وكيف
٨	لمن كُتب هذا الدليل / الجمهور المستهدف
٩	كيف يُستعمل هذا الدليل
٩	ما الذي يمكنك توقعه بأبّاع هذا الدليل؟
	الفصل الثاني
١١	فهم تعاطي المواد المخدرة
١١	كل شيء عن المخدرات
١٦	فهم تعاطي المخدرات/ لماذا يستعمل الشباب المخدرات
٢١	مبادئ المنع الأساسية
	الفصل الثالث
٢٧	الوقوف على ما يحتاجه مجتمعك، وتخطيط برنامج
٢٨	تكوين فريق تخطيط بين الشباب
٣١	ما تحتاجه من معلومات

شكر وتقدير

جاء هذا الدليل نتيجة لجهود عدد كبير من الأشخاص والمنظمات الذين شاركوا في أنشطة برنامج شبكة الشباب من أجل منع تعاطي المواد المخدرة. لذلك فنحن نود أن نشكر كثيراً من الأشخاص الذين كان لهم تأثير مباشر أو غير مباشر في إنتاج هذا الدليل أو أسهموا في إنتاجه.

فقد عمل سليم إلتوس وكيم سابو المنتميان إلى فريق بحوث بيئة الطفل في تعاون مع البيونديسيب على تطوير المفهوم الشامل للدليل وحررا صيغة مبدئية من الفصول الأول والثاني والثالث. وأجرى ستيفانو بيرتيرام (البيونديسيب، قسم خفض الطلب على المخدرات) مزيداً من التعديلات على النص وحقق الدليل. وقام غوتام بابار (البيونديسيب، قسم خفض الطلب على المخدرات) بمراجعة الدليل فأجرى تعديلات كثيرة على الفصول الأول والثاني والثالث، مضيفاً إلى النص ومحققاً ومعيداً للصياغة ومنسقاً للأسلوب ومعداً الدليل للنشر النهائي. أما بريارا ريمبيرغ (البيونديسيب، قسم الشؤون العلمية) فقد قدمت ملاحظات مفيدة للفصل المعني بمختلف المخدرات. وأعدت جُهيده حنانو (البيونديسيب، قسم خفض الطلب على المخدرات) المخطط والتصميم الأوليين للدليل. ويوجه شكر خاص إلى غاري روبرتس (المركز الكندي المعني بتعاطي المواد المخدرة)، وإلى موظفي لجنة ألبرتا المعنية بإساءة استعمال الكحول والمخدرات (AADAC)، على ما قدموه من عون ومساعدة أثناء تنفيذ المشروع.

وقد أعد هذا الدليل بفضل المساهمات السخية التي قدمتها كل من إيطاليا وكندا والسويد وسويسرا والمملكة المتحدة والنرويج.

جاء هذا الدليل نتيجة على الأخص لعملية تشاركية أسهم فيها ما يربو على ٣٣ برنامجاً من برامج منع تعاطي الشباب للمخدرات، التي تنفذ في أنحاء شتى من العالم. ومعظم المعلومات المقدمة في هذا الدليل مستمد من تجارب واقعية مر بها شباب ويافعون يشاركون في تلك البرامج. ونحن نقدم همومهم وأفكارهم وإبداعهم في هذا المنشور الذي نأمل في أن يساعد في تطوير و/أو تحسين برامج منع المخدرات التي تستهدف الشباب. وتُستقى معلومات إضافية يضمها هذا الدليل من تجارب وخبرات أجهزة شتى تابعة للأمم المتحدة (اليونيسيف، منظمة الصحة العالمية، اليونسكو، اليونيدز، صندوق الأمم المتحدة للسكان) وكذلك من تجارب وخبرات منظمات غير حكومية تعمل مع الشباب وتجمع لديها كم هائل من الخبرات. ونود أخيراً أن نعترف بفضل Health Canada، للدليل الصادر عنها بعنوان
Community Action Resources

صدر هذا المنشور بدون تنقيح رسمي.

الفصل الأول

مقدمة

لماذا كُتب هذا الدليل لسنا بحاجة إلى دليل آخر! هل نسمع الكثيرين منكم يحدثون أنفسهم بذلك بينما هم يقلّبون صفحات هذا الكتاب؟ فلماذا دليل آخر؟

دعونا إذن نبدأ بذكر الأسباب التي حدثت بنا إلى إعداد هذا الدليل، وأن نأمل أن تدركوا، ما أن تبلغوا نهاية هذا القسم، أن هذا ليس مجرد دليل آخر.

فمن دواعي زيادة القلق إزاء إساءة استعمال المخدرات، انتشار تعاطيه في صفوف الشباب. ذلك أنه أثناء قرابة العامين الماضيتين، شهدت البلدان في شتى أنحاء العالم ارتفاعاً مفرغاً في تكرار تعاطي المخدرات بين أهم قطاعات سكانها وأخصبهم إنتاجاً.

وإذا أريد التصدي لظاهرة إساءة استعمال المواد المخدرة، فمن المعقول أن يتولى ريادة هذا الجهد فئة الشباب أنفسهم بالنظر إلى أنهم يعرفون احتياجاتهم أفضل مما يعرفها أي من الآخرين.

ومن أجل تمكين الشباب المعني والراغب في أن يتصرف بصدق تعاطي المخدرات، بدأ اليونديسيب بالتعاون مع مجموعة مختارة من أفرقة الشباب المنتمين إلى شتى بقاع العالم، عملية تجميع أداة تستعين بها تلك الأفرقة عندما يرغبون في تنظيم وبدء اتخاذ إجراءات لمناهضة تعاطي المخدرات.

ولتتنبّه إلى أن هذا الدليل إن هو إلا أداة، الأمر الذي يعني أن فعاليته إنما تتوقف على طريقة استعانتك به، وأنه موجه إلى أناس يرغبون في فعل شيء، وأن القصد منه هو معاونتك على تنظيم نفسك تأهباً لاتخاذ إجراء ما، وأن الذين تولوا أمر كتابته هم أنفسهم من الشباب.

ولهذا الدليل ثلاث أهداف: أولها أن يساعد مجموعة مستهدفة اختيرت بعناية؛ والثاني هو الوقوف – بعد تحديد المجموعة المستهدفة، على القضايا الحقيقية التي تهمهم بسؤالهم عما تكونه تلك القضايا؛ والثالث هو مساعدة المجموعة المستهدفة على إيجاد حلول لمشكلاتهم.

والغرض الرئيسي لهذا الدليل هو توفير أدوات للنشء والكبار على السواء ممن يرغبون في إنشاء برامج لمنع تعاطي المخدرات، بمشاركة واشتراك نشط من جانب النشء والمجتمع المحلي. كما سيكون هذا الدليل مفيداً لأولئك الذين يشاركون بالفعل في برامج قائمة لمنع تعاطي الشباب للمخدرات ويهتمهم إجراء تقييم لبرنامجهم المقرر وإدخال تحسينات عليه.

وفيما يلي بيان ببعض المفاهيم الرئيسية التي يسترشد بها هذا الدليل:

المشاركة

العمق. ذلك أن المشاركة تنمّي في الشباب إحساساً بوجود هدف يسعون إليه واتجاه يسرون فيه، وشعوراً بأنهم أوثق ارتباطاً بأنشطة البرنامج ورسالته.

مشاركة الشباب في تطوير البرامج أمر مهم لأسباب عدة. فالشباب لديهم أفكار وحلول يقترحونها، وهم إن أعطوا الفرصة لِيُستَمَعَ إليهم وليعلموا، فمن الممكن أن يكون إسهامهم ذا مغزى بالغ



المشاركة

ويتحدثون بلغة مشابهة للغتهم، وكثيراً ما تكون التفاعلات فيما بينهم أشد أصالة من نظيرتها لدى الكبار.

عادة ما يكون الشباب أشد فعالية من الكبار في إيصال رسائل المنع إلى أمثالهم من الشباب نظراً لأنهم يشاطرونهم تجارب مماثلة،



رهافة الحس الثقافي

والذي يحدث أحياناً هو أن بعض الرسائل الهادفة إلى منع إساءة استعمال المخدرات لا تراعي ثقافة أو تقاليد الجماعات التي يُفترض أنها تساعد.

بالنظر إلى أن الظروف المحلية، والمجموعات السكانية، والثقافات المحلية، تختلف من جزء إلى آخر من أجزاء العالم، فمن الضروري أن تأتي البرامج بحلول فريدة تخص المجتمع المحلي المعني.



ومن جهة أخرى، تبيين وجود أوجه شبه كثيرة بين مختلف النهج المطبقة في برامج المنع والطرق التي تليها بها احتياجات الشباب. وستجد في الصفحات القليلة القادمة بعضاً من هذه السمات المشتركة ذات التأثير الإيجابي في منع تعاطي المخدرات في أوساط الشباب.

وسيعطي هذا الدليل خمسة مجالات عريضة. **أولاً**، قدر من المعلومات العامة عن المخدرات. ويمكن الحصول على معلومات أكثر تفصيلاً من مختلف المنشورات الصادرة عن اليونسيف والتي ترد بها قائمة في الملحق (الذي سيعد عند نشر الدليل كاملاً). ويخص بالذكر أن الدليل سوف يعطي صورة شاملة لتعاطي المخدرات في أوساط الشباب. ويحدونا الأمل أن تفيدك هذه المعلومات في فهم ثقافة المخدرات في منطقتك.

وثانياً، ستجد عدداً من الأساليب والتقنيات التي تساعدك على أن تتقف بسرعة على الوضع فيما يتعلق بتعاطي المخدرات في مدينتك أو بلدتك أو مجتمعك المحلي أو حيّك أو مدرستك. ومن شأن الوقوف على حقائق عن ثقافة المخدرات في مجتمعك المحلي أن يساعدك على فهم احتياجات المنع لدى الشباب. **وثالثاً**، سيساعدك الدليل على المرور بخبرة تحليل ما تكون قد جمعت من معلومات ثم على أن تخطط لاتخاذ مبادرة ما للتصدي لما قد يكون هناك من مشاكل تقترن بإساءة استعمال المخدرات.

ورابعاً، سيزودك الدليل بعدد من الأساليب والتقنيات التي تثبت فعاليتها في مجابهة مشكلة تعاطي المخدرات في أوساط الشباب. وقد تنظر في إمكانية استخدامك بعضاً منها وأنت بصدد إعداد برنامج لمنع إساءة استعمال المخدرات.

وأخيراً، ستزود بمعلومات عن كيفية إدارة برنامجك وتقييم عملك.

وستجد إحالات إلى موارد إضافية من بينها: الطرق التي يمكنك بها إجراء اتصالات مع برامج أخرى، وكيفية الانضمام إلى شبكة من برامج منع تعاطي المخدرات، وعدد من العناوين المجدية، إلكترونية وعلى الانترنت، وكتب ومواد مطبوعة أخرى. وهذه الإحالات متاحة على العنوان التالي: www.odccp.org/youthnet.

من كتب هذا الدليل وكيف

منذ وقت ليس بالقصير، يعمل برنامج الأمم المتحدة للمراقبة الدولية للمخدرات (اليونسيف) على إنشاء شبكة عالمية من برامج الشباب لمنع إساءة استعمال المخدرات بتنفيذ مشروع ذي ثلاث مراحل:

- ❖ تحديد برامج منع تعاطي الشباب للمخدرات التي يُتوقع أن تسهم مشاركتها في المشروع في تحقيق فهم أفضل للمشاكل المترتبة بالمخدرات وللحلول الممكنة لتلك المشاكل؛
- ❖ إحياء مناسبة خاصة تستهدف إبراز أهمية تلك البرامج والمساهمة الفعالة التي يقدمها الشباب في مجال منع إساءة استعمال المخدرات عبر العالم؛
- ❖ إنشاء شبكة من برامج الشباب يكون من أهدافها مقارنة الخبرات وتبادل الدروس والعبر وتحديد برامج المنع التجديدية.

وقد دعي ثلاثة وثلاثون من برامج منع المخدرات عبر العالم إلى المشاركة في منتدى شبابي لمنع إساءة استعمال المخدرات، انعقد في بانف، كندا، في عام ١٩٩٨ (Special Report متاح باللغات الانجليزية والأسبانية والفرنسية على العنوان التالي: VINTARS ID 1355503) وعلى سبيل التحضير لهذا المنتدى، طُلب إلى كل برنامج أن ينظم عشر حلقات عمل لأعضائه بهدف الارتقاء بتفكير الشباب حول المسائل المتعلقة بالمخدرات ومطالبتهم بإجراء تقييم لبرامجهم. وقد استطعنا - بفضل ما حصلنا عليه من معلومات قدمتها

تلك المجموعات عن كيفية قيامهم بتحديد مشاكل مجتمعاتهم المحلية، وعن الأساليب التي طبقوها في تعبئة التأييد والدعم من جانب تلك المجتمعات، والطرق التي صمموا بها تدخلاتهم- الشروع في إعداد دليل لمجموعات شبابية أخرى أبدت رغبتها في إنشاء برامج لمنع



إساءة استعمال المخدرات. والواقع أن فكرة إعداد دليل كهذا قد استُشفت من المناقشات التي دارت بين أولئك الشباب في المنتدى آنف الذكر حيث أكد جميع الشباب على ضرورة تشاطر الأدوات والتقنيات الفعالة مع مجموعات أخرى في سائر أنحاء العالم.

وأجريت مضاهاة بين ما جمع من معلومات قبل إدراجها في هذا الدليل الذي أرسل مشروعه إلى المجموعات المشاركة. ويشكل ما يقدمه هذا الدليل الجزء الأول من مؤلف في طور الإعداد. وسيرشدك القسم الأول من الدليل في سعيك إلى تحديد المشاكل وتخطيط التدخلات وإقامة الشراكات. وخلال الاجتماعات الموضوعية التي سينظمها اليونسيف على امتداد السنوات الثلاث المقبلة سيكتب الشباب القسم التالي من الدليل عن مختلف الأدوات التي يمكن الاستعانة بها في تنفيذ التدخلات. وستجمع تلك اللقاءات بين مجموعات من الشباب الذين يتخصصون في الاستعانة بالرياضة البدنية وفنون الأداء والوسائط والتقاليد الثقافية الأصلية والموسيقى والرقص وغير ذلك من أساليب التثقيف بصدد المخدرات. وفي كل من هذه الاجتماعات، سيقوم الشباب أنفسهم في كتابة فصل من فصول هذا الدليل يتناولون فيه أفضل طرق الاستعانة بمختلف الأدوات في منع إساءة استعمال المخدرات.

وأثناء انعقاد منتدى بانف أوضحت البرامج المشاركة مختلف التقنيات والأساليب التي يمكن استخدامها في منع تعاطي المخدرات. وكان التنوع الذي لوحظ فيما يستخدم من تقنيات رائعا في مده إذ تراوح بين كرة القدم ومسرح الشارع، وبين رسوم الجدران ورقصات الماوري. وتمثلت الرسالة التي ارتسمت بوضوح في أن طابع التجديد الذي تتسم به برامج الشباب وقدرة هؤلاء على انتقاء الأساليب التي تتسم بالفعالية كل أسلوب في سياقه، ينبغي الاعتراف بهما والاستفادة منهما من جانب منظمات دولية مثل اليونسيف.

وعلى أثر انتهاء منتدى بانف، جمعت مختلف التعليقات والاقتراحات التي أدلى بها الشباب بمعرفة لجنة من أندايم أعدت بها وثيقة بعنوان Vision from Banff (رؤية من بانف)، رسمت معالم أمني الشباب الذين اجتمعوا في ملتقى Youth Vision Jeunesse، وقدمت إلى دورة الجمعية العامة الاستثنائية المخصصة لمواجهة مشكلة المخدرات العالمية معاً (ترد الوثيقة بالكامل في العنوان التالي):
(www.undcp/youthnet/youthnet_about_us.html).

لمن كتب هذا الدليل / الجمهور المستهدف

يستهدف هذا الدليل توفير أدوات يستعين بها الشباب والكبار الذين يبتغون إنشاء برامج جديدة لمنع إساءة استعمال المخدرات من خلال مشاركة الشباب والمجتمع المحلي.

وسينفع هذا الدليل أيضا أولئك الذين يشاركون بالفعل في برامج قائمة لمنع المخدرات ويهتمهم تقدير برامجهم المستقرة وتقييمها وتحسينها. وفي كلتا الحالتين، يتمثل الهدف الرئيسي في رفع مستوى مشاركة الشباب في تقدير برامجهم وتخطيطها وتشغيلها.

وتتسم مشاركة الشباب في إنشاء برامج بأهمية بالغة لأسباب عدة. فالمشاركة تزود الشباب بهدف يسعون إليه واتجاه يسرون فيه وتتيح لهم الإحساس بارتباط أوثق برسالة البرنامج. كذلك فإن الشباب يتميزون على الكبار بقدر أكبر من الفعالية في إبلاغ رسائل المنع إلى غيرهم من الشباب. وأخيرا فإن الشباب يمكنهم إنشاء برامج تلبي احتياجاتهم هم. وستستمتع، في كافة أجزاء هذا الكتاب إلى أفراد من الشباب وهم يتحدثون عن قيمة خلق شيء للشباب وعائد إليهم وبواسطتهم.

كيف يستعمل هذا الدليل

يتضمن هذا الكتاب ثلاثة أنواع من المعلومات، ألا وهي:

❖ معلومات عامة عن المخدرات، وتعاطيها، وعن نهج البرامج القائمة وتقنيات منع المخدرات العائدة إلى كل منها؛

❖ أدوات عمل تشاركي من بينها ورش عمل وقوائم حصر وشبكات معاينة - تستخدم كمعينات لجمع المعلومات؛

❖ إحالة إلى موارد إضافية، بما في ذلك: طرق لإجراء اتصالات مع برامج أخرى؛ كيفية الانضمام إلى شبكة لمنع المخدرات؛ عناوين مناسبة على الإنترنت وعناوين بريد إلكتروني، وكتب ومواد مطبوعة أخرى.

وقد صُـب هذا الدليل في قالب يتيح نقل أقسام بعينها منه واستخدامها في ظروف عمل فردية أو جماعية بحسب الحاجة. وتلافيا للتكرار، كثيراً ما ستصادفك إحالات من قسم إلى آخر من أقسام الدليل.

ما الذي يمكنك توقعه باستخدام هذا الدليل

إن أقل ما يمكن الدفع به هو القول بأن استخدام هذا الدليل من شأنه أن يمكّنك من فهم الكيفية التي تستطيع بها أن تستهل برنامجاً شبابياً وتواصل تنفيذه وتقييمه. فستتعلم كيف تجمع المعلومات عن المشاكل التي تنشأ في منطقتك، وكيف تقيم شراكات مع أقسام هامة من مجتمعك المحلي، وستتعلم أشياء عن أدوات شتى يمكنك الاستعانة بها في برنامجك، كما ستقف على مؤشرات إلى مواقف مختلفة تستعين فيها بأدوات عمل متباينة، وعلى الكيفية التي تقيّم بها برامجك.

*يشكل هذا الدليل إنتاجاً متطوراً لا يقصد به أن يكون الكلمة الفصل في مسألة منع إساءة استعمال المخدرات. فأنساق تعاطي المخدرات واتجاهاته سرعان ما تتغير. واليونسب يواصل العمل مع النشء والشباب على تحديد الأساليب الفعالة لمنع إساءة استعمال المخدرات. وحجذا لو استطعت أن تزودنا بتعليقاتك على هذا الدليل أو بمعلومات عن برامج ترى أنها ناجحة أو تظلمنا على خبراتك وعلى ما صادفت من نجاحات أو إخفاقات. وبوسعك أن تعمل ذلك بملء استمارة "الدروس المستفادة" الملحقة بهذا الدليل. ويمكنك إرسال المواد أو المعلومات أو الأسئلة إلى العنوان التالي: Youthnet, C/O UNDCP, Demand Reduction Section, P.O. Box 500, A-1400 Vienna AUSTRIA, Fax: (+43-1) 26060 5866, E-mail: gautam.babbar@undcp.org



الفصل الثاني

فهم تعاطي المواد المخدرة

إذا كنت تعتزم إعداد برنامج لمنع إساءة استعمال المخدرات في مجتمعك المحلي، فمن المهم لك أن تعرف ما هي مختلف المخدرات التي تُستعمل في ذلك المجتمع، ومن أين تأتي، وما تأثير كل منها، وما هي الأسماء التي تطلق عليها، وهلم جرأً. وسيقدم لك هذا القسم معلومات عن مختلف المخدرات التي توجد في أنحاء شتى من العالم، وعن تأثير كل منها. وإذا أردت الحصول على مزيد من التفاصيل عن تأثير مخدرات معينة، فإننا نقترح عليك الاطلاع على مواقع الويب التالية:

www.undcp.org
www.nida.org
www.freevibe.com

وإذا لم تكن لديك إمكانية الوصول إلى الانترنت، فلتتصل بنا في العنوان المبين في الصفحة السابقة، وسنحاول تزويدك بما تريده من معلومات.

كل شيء عن المخدرات

ما هي المخدرات؟

سؤال أساسي حقاً ولكن الحاجة تدعو إلى توضيحه. ذلك أننا إذا انطلقنا من اعتقاد بأن المخدرات إن هي إلا المواد التي تتسبب في مشاكل أو التي يسيء استعمالها أناس نعرفهم، فمن المرجح أننا سنغفل أمر مواد أخرى لا نعتبرها لسبب أو لآخر، مخدرات في مجتمعنا المحلي.

المؤثر العقلي هو أي مادة يتعاطاها الناس بهدف تغيير الطريقة التي يشعرون بها أو يفكرون أو يتصرفون. ويشمل هذا الوصف الكحول والتبغ كما يشمل المخدرات الأخرى الطبيعية أو المصنوعة. وفي الماضي كان معظم المخدرات المستعملة تصنع من نباتات، أي من نباتات تزرع ثم تحول إلى مخدرات مثل الكوكايين والهيروين والقنب (أو المرخوان). وفي القرن العشرين، اكتشف الناس كيف يصنعون المخدرات من الكيماويات، وهي تعرف بأي مخدرات من صنع الإنسان أو مخدرات تركيبية وهي تشمل سبيدواكستاسيول و"باتو" و"هوت آيس" و"كلينكس" و"آدم" و"ميث" وما إلى ذلك.

وفيما يلي وصف موجز لأكثر مخدرات التعاطي شيوعاً.

القنب

ما هو شكله؟

وأحيانا يستخرج عصير أو راتنج نبات القنب. والزيت المستخرج من الحشيش أو القنب هو أقوى أشكال المخدر ويسمى أحيانا زيت العسل أو الزيت الأحمر. وهو عبارة عن سائل غامق اللون قريب من السواد، كثيف القوام ويباع في زجاجات صغيرة.

السيد تصنع المرخوانا من أوراق نبات القنب ومن أطرافه المزهرة والثرمية المجففة. ويتراوح لونه بين الأخضر الرمادي أو البني المخضر. ويمكن أن يشبه العشب المجفف أو الشاي الخشن. والحشيش هو الراتنج المجفف والمضغوط بعد فصله من الأطراف الثمرية للنبات. وهو يباع في شكل قوالب ويتراوح لونه بين البني الفاتح وبين ما يقارب الأسود. وهو أقوى مفعولا من المرخوانا.

كيف يستعمل؟

وعادة ما يدخن زيت القنب مع التبغ أو تدهن به السجائر أو قد يؤكل أحيانا.

تدخن المرخوانا عادة في سجائر ملفوفة باليد، وقد تطهى وتؤكل كذلك.

آثار استعمال القنب

المائة، مما يعني أن الاستعمال المنتظم للقنب يزيد خطر الإصابة بسرطان الرئة وبالتهاب القصبات الزمن. وقد يؤدي بك الانتظام في استعمال القنب إلى الارتهان به. وعادة ما ترتفع سرعة النبض أثناء استعمالك للقنب. كذلك قد يؤدي استعمال القنب إلى نشوء مشاكل فيما يعرف ب"الوظائف النفسية الحركية" أي في القدرة على تنسيق أفعالنا. ويتسم ذلك الأمر بخطورة خاصة في حالات قيادة السيارات أو تشغيل الآلات.

قد تتباين كثيرا تجارب الشباب مع المرخوانا تبعاً لقوة المخدر ونوع جنس الشخص المتعاطي وطوله ووزنه. ويشعر البعض بالسعادة ويحسون كما لو كانوا قادرين على فعل أي شيء. وأحيانا أخرى يهدون أو يثرثرون أو يضحكون أكثر من المعتاد. وقد تجعلك المرخوانا تحس بجوع أو نهم شديد أو قد ترفع سرعة نبضك أو تتسبب في احمرار عينيك. وفي مرحلة لاحقة قد تشعر بالنعاس وتهدأ. وتدخين القنب تزيد كمية القطران فيه على نظيرتها في تدخين التبغ عالي نسبة القطران بنسبة خمسين في

أسماء الشارع

قنب، مرخوانا، (blow)، راتنج، حشيش، زيت، أخضر، (grass)، (hooch)، عشبة، مخدر (dope)، (gungun)، جانجا، هاش، ليف، (pot)، بانغو، (hemp)، مرخوانا، عصي بوذا، عصي الغرزة، كيف، ماري جان، سنسميلاً، تُشراس، كيف، شيت، H. وتستخدم المرخوانا أحيانا مع مواد مخدرة أخرى مثل الـ PCP أو كراك الكوكايين. وفي تلك الحالات تظهر تشكيلة جديدة تماما من الأسماء، مثل "قارب"، "acc"، "amp" الخ.

ومن المراجع الجيدة لأسماء الشارع: <http://www.whitehousedrugpolicy.gov/streetnames/default.asp>

الكوكايين

مشاعر الفرح الشديد والاكتئاب البالغ. والكراك، الذي يتعاطى بالتدخين، أحد أشكال الكوكايين الأقوى مفعولاً.

يجهز الكوكايين من أوراق الكوكا، وهي أوراق صفراء مائلة إلى الاخضرار تتفاوت حجماً ومظهراً. وكثيراً ما يوصف الكوكايين بأنه "شمانيا المخدرات" نظراً لارتفاع ثمنه. وهو يشعرك بأن بدنك يتصرف بسرعة فائقة. ويتسارع قلبك، وتتناوب عليك فجأة

كيف يستعمل؟

يتنشق الكوكايين عادة عبر الأنف. ومن الممكن أيضاً أن يُحقن أو يدخن. أما الكراك فيدخن.

ما هو شكله؟

عادة ما يأتي الكوكايين في شكل مسحوق أبيض، بينما يشبه الكراك الصخر الأبيض الصلب.

آثار استعمال الكوكايين

أما الجرعة المفرطة من الكوكايين فقد تؤدي إلى التشنجات أو النوبات أو السكتات الدماغية أو نزيف المخ أو السكتة القلبية. ومن شأن الآثار طويلة الأمد لاستعمال الكوكايين / الكراك أن تفضي إلى ارتهاان نفسي قوي وإلى مشاكل صحية أخرى من بينها تدمير أنسجة الأنف ومشاكل التنفس وفقدان الوزن.

تكفي كمية صغيرة من الكوكايين لرفع درجة حرارة جسمك، وتسريع ضربات قلبك، وزيادة سرعة تنفسك، وجعلك تشعر بثقّة مفرطة وفي نفسك وبيقظة شديدة وطاقة زائدة. وعندما يدخن الكراك تزداد كل هذه الأحاسيس شدة.

أسماء الشارع

كوكايين، كراك، كوك، C، شارلي، حلويات الأنف، toot، بازوكا، big C، كيك، ليدي، stardust، كوكو، flake، مستركوفي، بلانش، كوكس، ثلج.

الهيروين

ومن أخطر الأمور المزج بينه وبين مخدرات أخرى.

الهيروين مخدر يستمد من المورفين ويستخرج من نبات خشخاش الأفيون. والهيروين مخدر يبطل نشاط الجسم والعقل. وهو مسكن شديد للألم.

كيف يستعمل؟

يمكن حقن الهيروين أو تنشقه أو تدخينه أو استنشاقه. وكثيراً ما تطلق على هذا الأسلوب الأخير من استعمال الهيروين عبارة chasing the dragon (مطاردة التنين).

ما هو شكله؟

يُنتج الهيروين في شكل صخري أو مسحوق، وعموما باللون الأبيض أو القرنفلي البيج، ويمكن أن يُنتج أيضاً باللون الرمادي الغامق/البني المتوسط.

آثار استعمال الهيروين

زيادة إمكانية الإصابة بمرض الإيدز. ففي كثير من الأحيان يستعمل من يحقنون أنفسهم بالهيروين إبر كل منهم الآخر، وذلك هو المصدر الرئيسي للدوى بهذا المرض. وقد أسفرت الدراسات أيضاً عن أن مدمني المخدرات ينزعون إلى ممارسة الجنس دون غلاف واق. ومن شأن ذلك أيضاً أن يعرضك لخطر الإصابة بفيروس الإيدز.

عندما يحقن الهيروين تترتب عليه اندفاعة بالغة القوة وانتشاء عادة ما يظل فترة تتراوح بين أربع وست ساعات. ومن آثار الهيروين شعور بالسعادة والتحرر من الألم، وسرعة الارتهاان الجسمي والنفسي، والغثيان أحياناً والتقيؤ والنعاس وفقدان التوازن، وفقدان القدرة على التركيز، وفقدان الشهية. وقد تفضي الجرعة المفرطة إلى الوفاة. ومن أشد آثار الحقن بالهيروين خطورة

أسماء الشارع

مطرقة، حصان، H، junk، nod، smack، shag، أبيض، بيج، سيدة بيضاء، white stuff، joy powder boy، hairy، joy powder، harry.

الأمفيتامينات

والآيس (ice) نوع قوي من الأمفيتامين وقريب الشبه جدا بالكراك.

الأمفيتامينات منبهات تؤثر على جهازك العصبي بتسريع نشاط المخ والتزويد بالطاقة.

ما هو شكلها؟

توجد في شكل حبوب. ويوجد الآيس عادة في شكل بلوري لا لون له أو - عندما يتعاطى بالحقن - كسائل لا لون له.

الأمفيتامينات مخدرات من صنع الإنسان وهي سهلة الإنتاج نسبياً. وهي عادة ما تكون بيضاء أو ذات لون بني فاتح كما قد

كيف تستعمل؟

تتعاطى الأمفيتامينات بالبلع أو التنشق أو الحقن أو التدخين.

آثار استعمال الأمفيتامينات

وقد تجعل من الصعب عليك أن تنام أو تزيد رغبتك في الكلام. وقد تشعر أيضاً بالقلق وتتعرض لسرعة الانفعال وتعاني من نوبات الهلع. وقد يؤدي تكرار استعمال الأمفيتامينات إلى ارتهان شديد بها. والجرعات الكبيرة منها قد تكون مميتة.

قد تحدث الأمفيتامينات زيادة في ضربات قلبك، أو سرعة في تنفسك، وقد ترفع ضغط الدم أو درجة حرارة الجسم أو تزيد من إفراز العرق. وقد تجعلك أكثر ثقة بنفسك وأشد انتباهاً، أو تزيد من طاقتك أو تقلل من شهيتك.

أسماء الشارع

أمفيتامينات، سييد، آيس، براونز، فوت بولز، hearts، oranges، wake ups، حسناوات سمراء، كريستال ميث، كراك ميث، shag، cat، أبيض، rippers، bennies، براونز، جرينيز، بيب بيلز.

الإكستاسي

الجسمي والنفسي بزيادة طاقتك البدنية والانفعالية. وشأنها شأن الأمفيتامينات، تندرج الإكستاسي هي الأخرى في عداد المخدرات التركيبية أو التي هي من صنع الإنسان.

تنتمي الإكستاسي إلى نفس مجموعة الكيماويات المندرجة في الفئة الواردة أعلاه، أي إلى فئة المنبهات وكثيراً ما تستعمل في شكل حبوب في الحفلات الصاخبة. والإكستاسي مخدر يسرع جهازك

ما هو شكلها؟

الحمام مثلاً أو الأرنب أو زجاجات الشمبانيا. وعادة ما لا تكون هناك صلة بين لون القرص أو صنفه وبين تأثيره.

الإكستاسي هي عادة قرص صغير ملون. ويمكن أن تقدم في ألوان كثيرة وجدّ مختلفة. وبعض أقراص الإكستاسي تحمل صوراً كصور

كيف تستعمل؟

تبلع أقراص الإكستاسي عادة.

آثار استعمال الإكستاسي

تعاطيه الموت نتيجة لفرط حرارة البدن وتَجفافه. ويمكن أن تؤدي إطالة زمن استخدامه إلى إصابة في المخ أو الكبد. ويتضمن كتاب "Extasy" لـ Irvine Welsh وصفاً حياً لآثار الإكستاسي وما يأتيه متعاطوه من أفعال عندما يكونون تحت تأثيره. وثمة شواهد متزايدة تعاطى الإكستاسي يمكن أن يؤدي إلى إتلاف المخ.

ربما شعرت بالسعادة والدفء والمحبة وبقدر أكبر من النشاط. وربما أحسست بأنك أقرب عاطفياً من الآخرين. وقد تقول أو تفعل أشياء لا تود عادة قولها. ومن بعض آثار الإكستاسي أيضاً مشاعر الاكتئاب والتعب بعد إيقاف المخدر، وكذلك الغثيان والقيء وارتفاع ضغط الدم وسرعة دقات القلب، بل قد يترتب على

أسماء الشارع

إكستاسي، آدم، essence، MDM، MDMA، XTC، إيف، MDE، MDEA.

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.

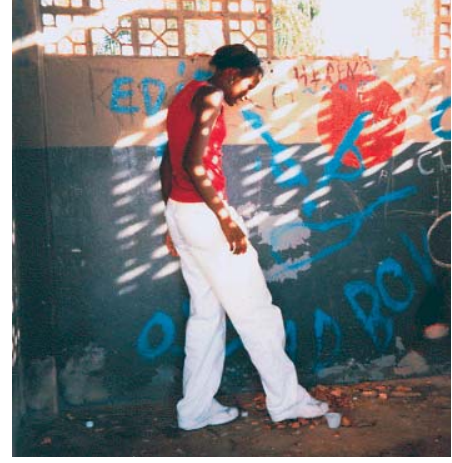
وهذه التسمية إن هي في الحقيقة إلا مصطلح جذاب لظاهرة معقولة للغاية. فخلاصة ما يقوله الخبراء هو أنه يوجد في حياة الفرد عدد من العوامل التي تدفعه إلى البدء في استعمال المخدرات؛ وهم يطلقون على تلك العوامل عبارة عوامل المخاطرة. وتوجد في الوقت نفسه بعض العوامل الأخرى التي تمنع المرء من أن يفعل ذلك، وتنطبق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



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 يتنقلون 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 بفتقار إلى المرح وأقوى صلة بكثير بفتقارك 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).



مبادئ المنع الأساسية

هناك بضعة مبادئ هامة ينبغي لك أن تتبناها 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 المواد 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 وخلافة للأحداث الذين يتعاطون المخدرات بالفعل، فعليك أن لا تنسى وجود قطاع كامل من سكان مجتمعتك 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 مجتمعتك 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 تغييرات 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 بالاً 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 مجموعته بهدف تعزيز مصداقية المعلومات المبلّغة إلى الشباب في سياق أنشطة المنع.



الفصل الثالث

الوقوف على ما يحتاجه مجتمعك، وتخطيط برنامج

الوقوف على ما يحتاجه مجتمعك

مقدمة

ثمة طرق يمكنك بها جمع المعلومات عما يحتاجه مجتمعك، كما أن هناك جوانب كثيرة من منطقتك المباشرة قد تعتبرها مهمة. ونورد فيما يلي عينة من أنواع المعلومات التي قد تود جمعها وبعض المقترحات بشأن كيفية حصولك عليها.

ولنبداً بكلمة تحذير، قد تبدو لك هذه القائمة أطول وأشد تعقيداً مما ينبغي ولكن، لتكن حراً فيما تنتقي منها وتختار. فليس عليك أن تمتلك كل هذه المعلومات ولست بحاجة إلى أن تطبق كل ما نصفه من أساليب. فلتعامل هذه القائمة على أنها قائمة أطعمة لك أن تختار منها ما تشاء وما تعتقد أنه الأنسب لك. وإن تعذر عليك فهم شيء ما أو أردت الحصول على المزيد من المعلومات عن شيء ما، فما عليك إلا أن تكتب إلينا وسنحاول الإجابة عن أسئلتك وإعطاءك ما تحتاج إليه.

وقبل البت في أي أنواع البرامج تريد أن تعد، فإن أول ما سوف تحتاج إلى فعله هو تكوين فريق تخطيط من الشباب. وسوف يساعدك ذلك الفريق على تنفيذ الأنشطة (تقدير الاحتياجات وتخطيط البرنامج) المدرجة في قائمة أدناه. وتتمثل أهداف هذه الأنشطة فيما يلي:

- : تعريف ثقافة المخدرات في مجتمعك؛
- : تحديد فئة الشباب التي يُتوقع أن تحقق أقصى استفادة من المشاركة في برنامج؛
- : تعريف أنواع الأنشطة والنهوج التي ستجذب اهتمام الشباب؛
- : إعداد استراتيجية للتوصل إلى إثارة اهتمام الشباب؛
- : فهم ما يفعله الشباب في مجتمعك وما يودون فعله بغية منع استعمال المخدرات في مجتمعهم.

ثقافة المخدرات

قد ينتمي متعاطو المخدرات إلى "ثقافة" راسخة يعدّ فيها استعمال المخدرات أمراً عادياً. وقد ينحدرون من تقليد يعدّ فيه استخدام المخدرات نشاطاً اجتماعياً، شأنهم شأن مجتمع من الكبار يشرب أعضاؤه جعة مخمرة في البيت أو يدخنون الحشيش أو يعلكون القات على سبيل النشاط الاجتماعي على الرغم من الآثار السلبية لتلك العادة على صحتهم وعلى رفاه أسرهم. وقد يشكل استعمال المخدرات، وعلى الأخص شرب الخمر، جانبا من جوانب ثقافتهم الأسرية. وقد يكون السكر، هادئاً كان أم عنيفاً، ظاهرة يُتغاضى عنها داخل الأسرة. ولاستعمال المخدرات من جانب الوالدين تأثير بالغ القوة على سلوك الأبناء.

وثمة أيضاً ما نسميه "ثقافة المخدرات" المقترنة بالموسيقى الشعبية وبالأفلام السينمائية. وقد يفيدك أن تكون مدركاً لمدى سلطان ثقافة المخدرات هذه على الشباب. من ذلك مثلاً أن بوب مارلي النجم الرستافاري^٥ لموسيقى الريغي (Reggae)، وأحد أكثر الموسيقيين المسجلين شعبية في جميع الأزمنة، كان أحد دعاة استعمال القنب الذي يحظى بمبررات اجتماعية وترفيهية ودينية. ومن الشباب من يكون لأشخاص مثل بوب مارلي محبة عميقة إن لم يكن إجلالاً وقد يحاولون تقليده أو اتباع ما يسميه البعض "فلسفته".

ومع وجود التلفزيون والانترنت، يحس الشباب بأنهم جزء من ثقافة عالمية تمجد قيم "الجنس والمخدرات والروك ندرول". وهناك من الموسيقيين الشعبيين من يعترفون صراحة بتعاطيهم المخدرات، مما يشير في نفوس الشباب آمالاً كباراً وأوهاماً حول آثار تعاطي المخدرات الذي يساعدك - في اعتقادهم - على أن تكون مبدعاً أو موهوباً أو شعبياً، وهي أوهام من شأنها أن تدفع إلى تجريب التعاطي أو مواصلته.

تكوين فريق تخطيط بين الشباب

❖ لماذا تحتاج إلى فريق تخطيط أعضاؤه من الشباب؟

إن إعداد برنامج جديد لمنع المخدرات يمكن أن يكون عملية طويلة وصعبة للغاية، ولكنها يمكن أن تكون أيضاً مبعثاً للكثير من المرح! وعلى ذلك فسوف تحتاج من المساعدة والتأييد إلى كل ما يمكنك الحصول عليه. فمنذ مرحلة مبكرة من عملك، ستكتشف مدى أهمية المساعدة التي يقدمها إليك شبان آخرون يشاطرونك آراءك ومثلك.

❖ من هم الذين ينبغي أن يكونوا أعضاء في فريقك

في الوقت الذي تكون فيه بصدد تكوين فريقك، ستشعر بحاجتك إلى أن تضم إليه عدداً من شباب مجتمعك الذين يشاطرونك بعضاً من اهتماماتك بشأن المخدرات. كما ستشعر بالحاجة إلى ضم شباب ممن لديهم من المهارات ما ستفيدك في تخطيط برنامجك.

حاول أن تضم إلى فريق التخطيط شبانا:

- تقلقهم ظاهرة تعاطي المخدرات في مجتمعك
- يتصفون بالهمة والنشاط
- يجيدون العمل مع آخرين في مجموعات صغيرة
- على علم بحالة استعمال المخدرات في مجتمعك

* Rasterfarian: أحد أفراد طائفة دينية في جامايكا يؤمن أعضاؤها بأن هيلاسيلاسي كان قديماً ومنقذاً، وأن الحبشة إن هي إلاجنة عدن، وأن السود سيعاد توطينهم في إفريقيا يوماً من الأيام.

- يجيدون القراءة والكتابة
- من ذوي المواهب الفنية
- يعرفون أحوال أعضاء المجتمع المحلي
- سبقت مشاركتهم في برامج لمنع المخدرات
- يجيدون التحدث مع الآخرين
- يعرفون كيف يستعينون بالحواسيب / كيف يتعاملون مع الأرقام

وتحسباً لاحتمال خروجك من هذه القائمة بفكرة خاطئة عن قصدنا، نرجو أن تفهم أننا لا نقصد أن يكون عضو الفريق متمتعاً بكل هذه المزايا. فما نعيه هو أن يمثل أعضاء الفريق مجتمعين كل هذه القدرات بحيث يتسنى لهم التصرف إزاء جميع جوانب برنامجك.

وربما احتجت أيضاً إلى أن تضم إلى فريق التخطيط عدداً من الكبار الذين يملكون المهارات المدرجة فيما تقدم. فقد يكون من المفيد وجود عدد من الكبار ضمن أعضاء فريقك لأنه يمكنهم أن يساعدوا في الترويج لقضيتك وأن يتحدثوا إلى قادة المجتمع.

وعندما تجد من الصعب أن تتواصل مع من يكبرونك سناً، أو عندما تصادف شخصاً يظن أن صغار السن عاجزون عن التصرف إزاء مسائل من الجدية بهذا القدر، فمما يساعدك أن يضم فريقك كباراً يساندونك بتأييدهم.

وعندما تكون بصدد اختيار رفاق لعضوية فريق التخطيط، فلتكن متحرر الذهن فلا تتردد في اختيار شباب يختلفون عنك. فستجد في أحيان كثيرة أن من المفيد الاستماع إلى آراء مختلفة عن آرائك.

ولتذكر من جهة أخرى أن أعضاء فريق التخطيط سيكونون بمثابة نماذج يحتذيها شباب آخرون. لذلك قد يكون من المهم سنّ قواعد بشأن استعمال المخدرات أو الكحول من جانب أعضاء فريق التخطيط.

حجم الفريق

❖ لا توجد قاعدة ثابتة بشأن الحجم الذي ينبغي أن يكون عليه فريق التخطيط. فيمكن أن يتألف الفريق من بضعة أعضاء يكرسون أنفسهم له. أو من عدد كبير من الشبان ممن ليس لديهم سوى وقت محدود يكرسونه لعمل الفريق. والأفرقة التي يزيد عدد أعضائها على عشرة أو خمسة عشر قد تجد صعوبة في تنظيم جهودها. وعند الضرورة، يمكن إضافة أعضاء جدد كلما زاد عبء العمل.

❖ أين نجد أعضاء للفريق؟

سيشكل العثور على شباب للعمل كأعضاء لفريق التخطيط أحد التحديات الكبرى التي ستواجهها. وكثيراً ما يتمثل أفضل النهج في الاتصال الشخصي والتحدث إلى المصادر المحتملة. ويمكنك أن تبدأ بتوجيه السؤال إلى أصدقائك وتشجيعهم على سؤال آخرين. ويمكنك الاتصال بمنظمات شبابية أخرى وبمراكز مجتمعية. كذلك يمكن العثور على الشباب في أماكن تجمعهم. فبوسعك أن تنظر أيضاً في الساحات والمنتزهات والبواكي والنوادي. ومن الطرق الأخرى التي يمكنك محاولتها، أسلوب العمل من

خلال مدرستك. فإذا كان لدى مدرستك برنامج خدمات مجتمعية، أمكنك التحدث إلى المعلم المسؤول عن ذلك البرنامج بل وقد تريد أن تقترح ذلك على ناظر المدرسة وتحاول أن تنظم اجتماعاً لهذا الغرض بعد انتهاء اليوم الدراسي.

❖ العمل معاً

من المهم أن يعمل أعضاء الفريق معاً بحيث تُسمع آراء كل عضو وتتخذ القرارات على نحو ديمقراطي. وينبغي للفريق أن يحدد لنفسه قواعد للعمل معاً ولاتخاذ القرارات. وينبغي أن تتاح لكل فرد فرصة التعبير عن وجهة نظره. وفي معظم الأحوال سيحظى رأيان أو ثلاثة بموافقة أغلبية الأعضاء. وللتوصل إلى اتفاق بشـ وجهته نظر ما ينبغي أن تدلي كل مجموعة بكلمة موجزة تلخص فيها مزايا النهج الذي اختارته. وينبغي أن لا توجه النقد لوجهات النظر المغايرة لا لشيء إلا لأنها ليست وجهة نظرك. وإذا انتهت هذه العملية بعد، التوصل إلى إجماع بشأن نهج بعينه فما عليك إلا أن تأخذ الأصوات وعندئذ يعتمد النهج الذي يفوز بأكثر عدد من الأصوات المؤيدة. ومن جهة أخرى ينبغي لك أن تحرص على أن لا ينقسم الفريق إلى أحزاب تلعد فيها شخصية الأفراد أو عوامل أخرى الدور الرئيسي. وينبغي أن تحاول بقدر الإمكان أن تجعل من الإقناع الوسيلة الرئيسية لترجيح أفضل النهوج وألا يأتي طلب التصويت إلا كمالذ أخير.

❖ أين تعمل؟

ينبغي للفريق أن يجد مكاناً مناسباً للعمل بانتظام. فمن الممكن عقد الاجتماعات في بيوت أعضاء الفريق وإر كان من الأفضل أن يجري العمل في مركز مجتمعي أو معبد أو كنيسة أو مسجد أو مدرسة. وبهذه الطريقة يمكنك البدء في تكوين هوية لبرنامجك وتحديد مكان تتلقى فيه بريدك وتقيم لوحة إعلانات لتبادل الاتصالات. وإضافة إلى ذلك، وإذا سار كل شيء على ما يرام، فقد تستطيع أن تتخذ من ذلك المكان مركز مستقراً لبرنامجك.

❖ مستقبل فريق التخطيط

عندما يبدأ البرنامج بالفعل، فبوسع فريق التخطيط أن يواصل تقديم خدماته بوصفه لجنة استشارية، أو يمكن إسناد أدوار جديدة إلى أعضاء الفريق الذين يمكنهم عندئذ أن يشاركوا بنشاط في تسيير البرنامج. وسر يتوقف ذلك على البنية التنظيمية لبرنامجك.

أمور عليك أن تتذكرها



قائمة حصر

- معنا في الفريق أناس يتقنون مهارات مفيدة
- كل عنصر في الفريق يعطي فرصة التحدث وإسماع وجهة نظره
- يضم فريقنا عددا من الأشخاص يكفي لإنجاز كافة أعمالنا
- بحثنا عن أعضاء لفريقنا في أكبر عدد من الأماكن وسعنا البحث فيها
- لم نرفض أي متطوعين بسبب أفكارهم أو خلفياتهم
- تعاقدنا مع أشخاص من الكبار لأن من الممكن أن يساعدونا
- وجدنا مكانا مناسباً لكي نعمل فيه معا

ما تحتاجه من معلومات

مجتمعك المحلي وأسباب تعاطي المخدرات وعواقب تعاطي المخدرات. وبالنسبة لكل فئة اقترحنا عدة أسئلة قد تجيب عنها قبل الشروع في تنفيذ برنامجك. وأخيراً أعدنا قائمة بأساليب لجميع المعلومات التي تساعدك على الإجابة عن هذه الأسئلة. وأساليب جمع المعلومات هذه أطلقنا عليها لفظة "طرق" – ("methods"). هذه الطرق سوف نورد وصفا مفصلاً لها في الجزء التالي من هذا الفصل.

وتبعاً لوضعك الخاص، لست بحاجة إلى أن تجيب عن جميع الأسئلة المدرجة أو أن تستخدم كل الطرق الموضوعية. فبانتقائك واختيارك أهم المواضيع، وباستخدامك طريقة واحدة للإجابة عن أسئلة كثيرة، يمكنك أن تصمم لفريقك دراسة تجمع بين الكفاءة واليسر.

حالة إساءة استعمال المخدرات في مجتمعك

قبل أن تشرع في تنفيذ برنامج للمنع، ستحتاج إلى معرفة حالة إساءة استعمال المخدرات في مجتمعك. وقد يتضمن ما يطرح من أسئلة حول هذا الموضوع ما يلي:

❖ ما هي أكثر المخدرات شيوعاً في مجتمعك؟

كثيراً ما تكون المخدرات المتاحة في مجتمعك هي المخدرات الأكثر تعاطياً. وسيكون برنامج المنع الذي ستنفذه أكثر فعالية إذا انصبَّ على خفض استعمال المخدرات الأكثر شيوعاً في مجتمعك.

ومن الطرق المقترحة لمعرفة ما هي أكثر المخدرات شيوعاً في مجتمعك ما يلي*:

- تنظيم حلقات عمل جماعية (وخاصة مع الاستعانة بتدابير الجمع والفرز)،
- إجراء مقابلات مع الأحداث والشباب،
- العثور على ما هو متوافر من معلومات.

❖ من الذي يتعاطى ماذا؟

يرجح وجود مجموعات مختلفة من الشباب تستعمل أنواعاً مختلفة من المخدرات. فمثلاً قد يستعمل الغراء صغار الأطفال الذين لا مأوى لهم. وقد يستعمل الكوكايين من لديهم المال من الشبان. ومن المهم لك أن تعرف ما يحدث في هذا الصدد لكي تقرر أي المجموعات من الشباب تود شمولها ببرنامجك.

ومن الطرق المقترحة لمعرفة من الذي يتعاطى ماذا ما يلي:

- تنظيم حلقات عمل جماعية (وخاصة إجراء مناقشات وأداء أدوار)،
- تنظيم مقابلات.

❖ أين يستعمل كل مخدر ولماذا؟

قد يقترن استعمال المخدرات بأنشطة معينة. وربما أردت أن تفكر في أماكن يتجمع فيها الشباب أو يلتقون، كالشوارع أو صالات الرقص أو الحفلات الصاخبة أو المباريات الرياضية أو الحفلات الموسيقية وهلم جرا. وقد تكون تلك المحالّ أماكن مناسبة للالتقاء بشباب تزودهم بمعلومات عن برنامجك. كما قد تفكر في القيام ببعض أنشطة برنامجك في تلك المحالّ أو على مقربة منها. ومن جهة أخرى قد تود أيضاً أن تجتذب اهتمام الشباب بعيداً عن تلك المحالّ.

ومن الطرق المقترحة لمعرفة أين يستعمل كل مخدر ولماذا؟

- إجراء المشاهدات؛
- تنظيم حلقات عمل جماعية (ولا سيما تحديد معالم الأماكن وإجراء المناقشات وأداء الأدوار)؛
- إجراء مقابلات مع الشباب والكبار ومع سلطات إنفاذ القوانين.

❖ كمّ المعارف المتوافرة للشباب عن آثار استعمال المخدرات؟

سيكون مصدر عون كبير لك أن تحدد مستوى المعارف التي تتوافر لأعضاء برنامجك المرتقبين عن المخدرات. فمن الممكن أن تساعدك هذه المعلومة في البت فيما إذا كنا نريد تطبيق نهج تعليمي في برنامجك. فمثلاً، إذا وجدت أن الشباب لا يعرفون سوى القليل جداً عن المخدرات، فقد تود عندئذ أن تعلمهم المزيد.

ومن الطرق المقترحة للوقوف على كمّ المعارف المتوافرة للشباب عن آثار استعمال المخدرات على الأفراد وعلى

المجتمع المحلي - ما يلي:

- تنظيم حلقات العمل (ولا سيما إجراء مناقشات والطرق التحريرية والأساليب البصرية. مثل الفرز والتصنيف في فئات).

* في حين أن باستطاعتك اللجوء إلى أي من هذه الطرق أو إلى توليفات منها، فقد رتبنا بحسب أفضليتها. وعلى الرغم من أنها جميعاً طرق مفيدة، فنحن نعتقد أن في معظم المجتمعات تعد الطريقة القائمة هي الطريقة الأيسر استعمالاً والمؤدية إلى تحصيل أوفر المعلومات.

❖ ما هي معارف الشباب عن المتضمنات المحلية والعالمية للاتجار بالمخدرات وإساءة استعمالها؟ كلما اكتمل فهم الشباب للقضايا المترتبة على الاتجار بالمخدرات واستعمالها ازداد احتمال مشاركتهم في إحداث التغيير. وقد ثبت أن البرامج التي تركز على العمل المجتمعي يمكن أن تحرز نجاحاً باهراً في منع استعمال المخدرات. فعندما يبدأ الشباب في تحديد المشاكل بأنفسهم، نجدهم يطورون استراتيجيات للعمل ويشعرون بالانتماء إلى حركة أوسع نطاقاً. وقد تود البدء بمحاولة الوقوف على كمّ المعارف المتوافرة للشباب في مجتمعك عن المتضمنات المحلية والعالمية للمخدرات، لكي يتسنى تطوير النهج التي يؤخذ بها في تثقيف الشباب وحفزهم على المشاركة في مشاريع قائمة على العمل.

ومن الطرق المقترحة لمعرفة كم من الشبان يعرفون المتضمنات المحلية والعالمية للاتجار بالمخدرات واستعمالها – ما يلي:

- تنظيم حلقات العمل (ولا سيما أداء الأدوار وإجراء المناقشات)؛
- الرجوع إلى الوثائق.

أداء الأدوار

دع الشباب يؤدون مختلف أدوار الاتجار بالمخدرات. وقد يشمل ذلك أدوار المزارعين والعمال وزعيم الاتجار بالمخدرات والمهربين والموزعين والمستعملين ومن إليهم. وباستخدام نقود مزيفة أعط كل لاعب مبلغاً يمثل ثروته. دع الشباب يمثلون كم من المال يؤول إلى كل شخص أثناء عملية الاتجار بالمخدرات. وينبغي إجراء مناقشة قبل الشروع في الأداء، حول ما يحصل عليه كل من مؤدي الأدوار من مبالغ. فمثلاً سيبدأ زعيم الاتجار بمبلغ يفوق المبلغ الذي يبدأ به المزارع.



دع المجموعة تمثل جميع الصفقات (صفقات المال وصفقات المخدرات) التي تُجرى عادة أثناء الاتجار بالمخدرات. فمثلاً، ابدأ بدور المزارع أو بدور مالك الأرض الذي يؤجر عمالاً لبيع منتجاته لزعيم الاتجار. وبعد انتهاء الأداء، دع المجموعة تقارن المبالغ التي يخرج بها كل من الشخصيات وتناقش من منهم الراجح ومن الخاسر.

❖ ما هي مواقف مجتمعك وقيمه ومعتقداته بشأن إساءة استعمال المخدرات؟

في بعض الأحيان، لا تراعي برامج منع إساءة استعمال المخدرات ثقافة وتقاليد الناس الذين يُنتظر منها أن تساعدكم. وعلى ذلك فمن المهم أن تعرف رأي أعضاء مجتمعك في المخدرات وإساءة استعمال المخدرات. والبرنامج الذي يستند إلى قيم مماثلة لقيم المجتمع الذي يخدمه تكون فرصته في النجاح أكبر. وقد تكتشف أثناء بحثك أن لمختلف المجموعات قيما جد مختلفة بل ومتضاربة إزاء المخدرات. وهذا النشاط مصمم لمساعدتك على فهم نطاق القيم والمعتقدات والمواقف داخل مجتمعك. وستبدأ، مستعيناً بتلك المعلومات، في اتخاذ قرارات بشأن القيم التي ينبغي لبرنامجك أن يؤيدها، والقيم التي يتعين على برنامجك أن يثبطها.

ومن الطرق المقترحة لمعرفة المعتقدات والمواقف والقيم السائدة في مجتمعك بشأن إساءة استعمال المخدرات، ما يلي:

- أنشطة حلقات العمل (سرد قصص تفاعلية يشترك فيها كبار وشبان)؛
- إجراء مقابلات.

سرد قصص تفاعلية



يشترك فيها كبار وأحداث

شكّل جمهوراً من الكبار والأحداث ممن لهم قيم متباينة. قدّم أو مثّل قصة تكون بعض شخصياتها متمسكين بمبادئ الأخلاق (moral) وبعضهم غير عابئين بتلك المبادئ (immoral). من أمثلة ذلك حدث له صديق حميم يبدأ في تعاطي المخدرات وكلاهما لا يعرف ما العمل. فهو يساوره قلق من أن صديقه في خطر ولكنه يعلم إنه إذا أبلغ والديه فقد يلقى الفتى عقاباً شديداً. وتناقش المجموعة ما يكونه التصرف السليم "أيطّلع الوالدان على الحقيقة أم لا يُطلّعان؟" هل ينبه الحدث الضال إلى ما ينتظره؟ حاول أن تصل إلى اتفاق على ما ينبغي عمله.

❖ الوقوف على ما ينفذ من برامج في منطقتك

بوصفك صاحب برنامج جديد، ستود الاتصال ببرامج قائمة للوقوف على ما يجري في إطارها حتى لا تكرر ما يفعلونه. وبوسعك أيضاً أن تعرف ما يحرزونه من نجاح وما يُمتنّون به من فشل. وبينما أنت تجري مقابلات وتشاهد أنشطة هذه البرامج، قد تستطيع أن تفكر في طرق تمكّنك من أن تصبح شريكا لهم. وقد تكون مواردك محدودة جداً في بادئ الأمر وقد تستطيع برامج أخرى أن تقدم إليك يد المساعدة بتوفير عون تقني أو بمكان تمارس فيه أنشطتك أو تزويدك بمواد أو بدعم مكتبي... الخ.

ومن الطرق المقترحة للوقوف على ما ينفذ من برامج في منطقتك ما يلي:

معرفة ما ينفذ من برامج :

- الرجوع إلى الوثائق؛
- سماع ما يجري على ألسنة الناس.

تحصيل معلومات عن تلك البرامج :

- محادثات غير رسمية
- زيارات؛
- مشاهدات؛

❖: من هم الذين بحاجة إلى مساعدة في مجتمعك؟

إن البت في أي من مجموعات الشباب ستعمل معها هو أحد أهم القرارات التي ستتخذها. لذلك فمن الضروري لك أن تحدد مختلف مجموعات الشباب التي هي بحاجة إلى المساعدة. ومن دواعي الأسف أن برنامجك لن يتمكن - على الأرجح - من خدمة الجميع. وسيتوقف قرارك اختيار مجموعة أو اثنتين من تلك المجموعات على عوامل كثيرة. فقد يكون من المتعذر بلوغ بعض الشبان، وقد يكون آخرون إما من صفر السن أو من كبر السن بحيث لا يمكنهم الاستفادة مما خططت من أنشطة، وما إلى ذلك. وسوف تجري في وقت لاحق مناقشة أكثر تفصيلاً للقرار بشأن من ستشملهم ببرنامجك. غير أنه لكي تتخذ قراراً سليماً، يتعين عليك أن تجمع بعض المعلومات قبل الشروع في تخطيط برنامجك.

ومن الطرق المقترحة لمعرفة من هم الذين بحاجة إلى مساعدة في مجتمعك ما يلي:

- الرجوع إلى الوثائق؛
- إجراء الاستقصاءات؛
- مجموعات التركيز.

أسباب تعاطي المخدرات في مجتمعك المحلي

❖: لماذا يتعاطى الناس المخدرات؟

أشرنا في الفصل السابق إلى مختلف أنواع الأسباب التي قد تدفع الشباب إلى إساءة استعمال المخدرات. وفي حين أن الأسباب التي سبقت أسباب عامة، قد تكون هناك عوامل بالغة الخصوصية في منطقتك، من بينها مثلا التوافر الميسر لنوع معين من المخدرات، والتقبل الاجتماعي المتاح لأشكال معينة من التعاطي... الخ. وعليك أن تتحقق مما قد يكون هناك من أسباب محددة إذا أردت أن تستهدفها بفعالية.

والمجموعات المختلفة من الشباب قد تدفعها أسباب متباينة إلى تعاطي المخدرات، من بينها الملل والفضول وتأثير الأصدقاء، والفقر وما إلى ذلك. وما أن تجد السبب الذي من أجله يسيء الشباب في مجتمعك استعمال المخدرات حتى تتمكن من الشروع في إنشاء برنامج لهم.

ومن الطرق المقترحة للوقوف على أسباب تعاطي الشباب للمخدرات :

- حلقات العمل الجماعية (ولا سيما إجراء المناقشات ، والطرق التحريرية وأداء الأدوار) ،
- إجراء المقابلات .

❖ ما هي الصلة التي تربط بين استعمال المخدرات وبين الفقر؟

كثيراً ما يتواجد الفقر وتعاطي المخدرات جنباً إلى جنب. ولعلك تريد أن تعرف ما إذا كان شباب مجتمعك يتعاطون المخدرات لأنهم فقراء أم أنهم يصبحون فقراء نتيجة لتعاطيهم المخدرات.

ومن الطرق المقترحة لمعرفة الصلة بين استعمال المخدرات وبين الفقر ما يلي :

- إجراء المقابلات .
- تنظيم حلقات العمل (ولا سيما المناقشات ، والطرق التحريرية وأداء الأدوار).

❖ كيف تؤدي علاقات الشباب مع أصدقائهم أو أقرانهم إلى تعاطي المخدرات؟

في أحيان كثيرة، يتعاطى الشباب مخدراً لأول مرة مع صديق. والإجابة عن هذا السؤال مهمة لكي يزداد فهمك لما يجري في حياة الشباب. ويمكنك مع الاستعانة بهذه المعلومات أن تنشئ برنامجاً يساعدك على إقامة علاقات صداقة سوية.

ومن الطرق المقترحة لمعرفة الكيفية التي تؤدي بها صداقات الشباب إلى تعاطي المخدرات ما يلي :

- إجراء المقابلات .
- تنظيم حلقات العمل (المناقشات ، أداء الأدوار ، سرد الحكايات ، والطرق التحريرية).

تختلف أسباب تعاطي المخدرات باختلاف دوافع من يتعاطونها من النشء والشباب



أرسلت إحدى المجموعات المثال التالي لحكاية كتبها أحد أعضائها.



كان خوسيه يعيش في الشارع. فقد توفي أبواه وهو في السادسة من العمر. وكان يجمع الخرق البالية من الشارع ويكسب من بيعها ما يكفيه لشراء وجبة يتناولها في وقت متأخر من الليل. وكان له في الشارع أصدقاء كثيرون وإن أصبح أعز أصدقائه كارلوس يأتي في الأسابيع الأخيرة تصرفات غريبة. فهو متجهم، ومنطو، وغاضب.

وفي إحدى الليالي، بينما كان خوسيه جالسا على الطوار يتناول عشاءه، أتى إليه رجل وبدأ يتحدث إليه، فسأله عن اسمه، ومسكنه، وعن أفراد أسرته. ولم يكن خوسيه معتادا على أن يثرثر الناس معه فانتابه شيء من الخوف. غير أن الرجل كان طيباً حقاً وبدأ يحكي له عن حياته هو فارتاح إليه خوسيه. وبعد ذلك اشترى له الرجل "آيس كريم" وعرض عليه أن يوصله إلى ركن الشارع الذي كان يتخذه مسكناً له. وسارا إلى ذلك المكان في الظلام يتجاذبان أطراف الحديث عندما دفع الرجل هوسيه فجأة إلى حارة مظلمة. ووضع إحدى يديه على فمه ليمنعه من الصراخ، وبيده الأخرى خلع عنه سرواله عنوة.

وانتاب الرعب خوسيه وأخذ يرفس ويقاوم ولكن الرجل كان أقوى منه وفعل به أفعالا رهيبه لقرابة الساعة ثم تركه ومضى في ظلام الليل.

وكرّ خوسيه عائداً، مجهداً، إلى ركنه من الشارع، يبكي ويشعر بألم فظيع. فقد أصيب بدنه بجروح وكدمات حيث عضه الرجل وضربه. وبينما هو راقد ينتحب على فراشه البلاستيك، سمع كارلوس وقد جاء وركد إلى جواره.

وأراد أن يقص على كارلوس ما حدث له ! ولكن كارلوس ظل منقطعاً عنه طوال الأسابيع القليلة الماضية مما جعل خوسيه يلوذ بالصمت ويواصل النشيج.

وبعد فترة سأل كارلوس خوسيه "ماذا بك، لماذا تبكي؟"

وعجز خوسيه عن أن يكتفم ما في نفسه، فقصّ عليه كل شيء. وبينما هو ينهي قصته، اكتفى كارلوس بالتحديق في عينيه ثم بدأ يقهقه !

صاح: "ها ها ها" ودموعه تجري على خديه. وعجز خوسيه عن فهم ما يجري حوله. فاستشاط غضباً وهمّ جالسا. وسأل كارلوس: ما الذي تراه مضحكاً إلى هذا الحد؟ وواصل كارلوس الضحك. وأخيراً فقد خوسيه صوابه وصفعه بشدة. "ماذا يضحكك؟ كنت أظن أنك صديقي !" ورد كارلوس قائلاً: "نعم، أنا صديقك ولذلك سأقص عليك شيئاً. أنت تظن أن ما حدث لك كان شيئاً فظيعاً، كان أظعم ما يمكن أن يلحق بك؟ فلتستيقظ إذن يا صديقي. إننا نعيش هنا في الشارع ولم تقل قط أن ذلك هو أسوأ ما يحدث لك لأن الأسوأ سرعان ما سيحل بك". "تظن أنك ستفقد صوابك لا لشيء إلا لأن رجلاً أتى وعاملك بشيء من الغلظة؟ قليلاً من الذكاء والشجاعة يا صديقي لأنك لو تركت نفسك تأسى أكثر مما ينبغي، فسوف يزيد ما تلحقه بنفسك من آلام".

وإذ هو يقول له ذلك، مدّ إليه يده برقاقة معدنية فضية عليها مسحوق ضارب إلى السُمرة قائلاً: "ما عليك إلا أن تفعل ما أفعل. عندئذ ستكف عن الإحساس بكل هذا الألم".

❖ أي علاقة هناك بين الأسرة وبين تعاطي الشباب للمخدرات؟

في حين أن تعاطي المخدرات يؤثر سلباً على علاقات الشباب بأسرهم، من الممكن أيضاً أن تؤدي مشاكل الأسرة بالشباب إلى تعاطي المخدرات. وسيكون من المفيد لك أن تفهم الشباب وتستمع إلى حكاياتهم لكي تكتشف كيفية إنشاء برنامج يتناول تلك المسائل. وإضافة إلى ذلك فإن هذه المعلومات يمكن أن تساعدك على البت في كيفية إشراك أعضاء الأسرة في جهود البرنامج عندما يقتضي الأمر ذلك.

ومن الطرق المقترحة لمعرفة العلاقة بين الأسرة وبين تعاطي الشباب للمخدرات - ما يلي:

- تنظيم حلقات عمل (أداء الأدوار، إجراء النقاش، سرد الحكايات، والطرق التحريرية)؛
- إجراء المقابلات.

عواقب المخدرات على مجتمعك

عواقب المخدرات على مجتمعك

تؤثر المخدرات على حياة الشباب بطرق شتى. ومن المهم لك أن تحدد آثار المخدرات لأنك تستطيع استخدام هذه المعلومات في البت في نوع البرنامج الذي يتعين عليك إنشاؤه. كما أن هذه المعلومات يمكن استخدامها في إقناع شباب آخرين بالانضمام إلى جهودك وتدعيمها. ومن المعلومات التي قد تريد جمعها ما يلي:

❖ كيف يؤثر تعاطي المخدرات في صحة الشباب؟

لعلك تود أن تقدر الأضرار التي يلحقها تعاطي المخدرات بصحة الشباب في مجتمعك. ويمكن أن تكون هذه المعلومات أداة فعالة تساعدك في محاولة جمع الأموال لبرنامجك وكسب التأييد له.

ومن الطرق المقترحة لمعرفة آثار تعاطي المخدرات على صحة الشباب في مجتمعك

- الرجوع إلى الوثائق: ستجد لدى المركز الطبي المحلي أو الطبيب المحلي سجلات بأنواع الأمراض الشائعة بين الشباب. وينبغي لك أن تحاول السؤال عن ذلك كما يمكنك الاطلاع على بعض المعلومات العامة عن الآثار الضارة لمخدر معين تعرف أنه شائع وشعبي في مجتمعك ثم تحاول الوقوف على ما إذا كان عدد كبير من الناس يبدوون تلك الأعراض. ويمكن تحقيق هذا الهدف الأخير من خلال المقابلات الشخصية والمشاهدات وما إلى ذلك.

- تنظيم حلقات العمل (ولا سيما إجراء المناقشات وأداء الأدوار).

كثيراً ما يؤدي تعاطي المخدرات إلى ممارسة العنف والأنشطة الإجرامية. فإذا استطعت أن تثبت كيف تؤدي المخدرات إلى تفاقم الجريمة والعنف في مجتمعك، فسيكون من السهل عليك كسب التأييد لبرنامجك من الكبار ومن منظمات أخرى.

ومن الطرق المقترحة لمعرفة كيفية تأثير تعاطي المخدرات في سلامة المجتمع وأمنه.

- تنظيم حلقات العمل (ولا سيما أفرقة المناقشة)؛
- طرق تحديد معالم المناطق (وخاصة رسم خرائط المجتمعات وتحديد مسارات التجوال فيها)؛
- الرجوع إلى الوثائق.

❖: كيف يؤثر تعاطي المخدرات في قدرة الشباب على مواصلة الدراسة والإجادة فيها؟

ثبت أن الشباب الذين يتعاطون المخدرات كثيراً ما يحققون نتائج سيئة أو ينقطعون عن الدراسة قبل إتمامها. وتبعاً للنهج الذي تطبقه في برنامجك، قد تختار أن تعمل مع المدارس عن كثب على أن لا ينقطع الطلبة عن الدراسة. وإضافة إلى ذلك ربما تكون المدرسة هي المكان المناسب لبلوغ الشباب الذين قد يتطرق تفكيرهم إلى تعاطي المخدرات.

ومن الطرق المقترحة لمعرفة تأثير تعاطي المخدرات في قدرة الشباب على البقاء في المدرسة.

- إجراء مقابلات مع المعلمين؛
- تنظيم حلقات العمل (المناقشات، سرد الحكايات، والطرق التحريرية)؛
- إجراء الاستقصاءات (عن المعلمين وعن الطلبة)؛
- الرجوع إلى الوثائق.

بعض الأسئلة المناسبة



لتوجيهها إلى المعلمين*

- ما هو مدى شيوع تعاطي المخدرات في مدرستك؟
- ما الذي يحدث عندما يبدأ الشباب في تعاطي المخدرات؟
- هل يمكنك أن تقص علينا بعض الحكايات عن تجاربك مع شباب يتعاطون مخدرات؟ (يرجى منك عدم ذكر أي أسماء)
- في اعتقادك، كيف يمكن لبرنامج لمنع تعاطي المخدرات أن يساعد الشباب على مواصلة الدراسة أو رفع مستوى أداؤهم فيها؟

*هذه عينات من الأسئلة التي قد تود طرحها.
يوجد المزيد من المعلومات عن كيفية تنظيم مقابلة في الفرع الوارد فيما يلي عن الطرق.

أسئلة

طرق مقترحة

<ul style="list-style-type: none"> ● حلقات عمل جماعية (لا سيما مع اللجوء إلى التجميع والفرن) ● إجراء مقابلات مع شباب آخرين ● البحث عما هو متوافر من معلومات 	<p>❖ ما هي المخدرات الأكثر شيوعاً في مجتمعك؟</p>
<ul style="list-style-type: none"> ● الرجوع إلى الوثائق ● إجراء الاستقصاءات ● مجموعات التركيز 	<p>❖ من هم الذين يحتاجون إلى المساعدة في مجتمعك؟</p>
<ul style="list-style-type: none"> ● الرجوع إلى الوثائق ● تناقل المعلومات ● القيام بالزيارات ● المحادثات غير الرسمية ● المشاهدة 	<p>❖ الوقوف على معلومات عما يجري تنفيذه من برامج في مجتمعك</p>
<ul style="list-style-type: none"> ● أنشطة حلقات العمل بما في ذلك سرد الحكايات التفاعلية مع الشباب والكبار ● إجراء المقابلات 	<p>❖ ما هي مواقف مجتمعك وقيمه بشأن تعاطي المخدرات؟</p>
<ul style="list-style-type: none"> ● حلقات عمل ولاسيما أداء الأدوار والمناقشات الجماعية ● الرجوع إلى الوثائق 	<p>❖ ما هي معارف الشباب عن المتضمنات المحلية والعالمية للاتجار بالمخدرات وتعاطيها؟</p>
<ul style="list-style-type: none"> ● حلقات عمل ولا سيما المناقشات والطرق التحريرية والوسائل البصرية 	<p>❖ كمّ المعارف لدى الشباب عن آثار تعاطي المخدرات</p>
<ul style="list-style-type: none"> ● إجراء مقابلات مع المعلمين ● حلقات عمل (مناقشات وسرد حكايات، والطرق التحريرية) 	<p>❖ كيف يؤثر تعاطي المخدرات في قدرة الشباب على الاستمرار في الدراسة وإجاداتها؟</p>
<ul style="list-style-type: none"> ● حلقات العمل ولا سيما المناقشات الجماعية ● رسم معالم الأماكن وخاصة خرائط المجتمع المحلي والقيام بجولات فيه ● الرجوع إلى الوثائق 	<p>❖ كيف يؤثر تعاطي المخدرات في سلامة وأمن المجتمع المحلي؟</p>
<ul style="list-style-type: none"> ● حلقات العمل وخاصة أداء الأدوار وسرد الحكايات وإجراء المناقشات ● إجراء المقابلات 	<p>❖ ما هي العلاقة بين الأسرة وبين تعاطي الشباب للمخدرات؟</p>

أسئلة

طرق مقترحة

● إجراء المقابلات ● حلقات العمل (مناقشات، أداء الأدوار، سرد الحكايات، الطرق التحريرية)	● كيف تؤدي علاقات الشباب بأصدقائهم وأقرانهم إلى تعاطي المخدرات؟
● حلقات عمل لمجموعات وخاصة مع إعطاء درجات وتكوين مجموعات ● إجراء مقابلات للشباب ● العثور على ما يتوافر من معلومات	● ما هي أكثر المخدرات شيوعاً في مجتمعك؟
● حلقات عمل لمجموعات (وخاصة المناقشات والطرق التحريرية وأداء الأدوار) ● إجراء المقابلات	● من يتعاطى ماذا؟ لماذا يسيء الشباب استعمال المخدرات؟
● مشاهدات ● حلقات عمل لمجموعات (ولا سيما رسم معالم الأماكن وإجراء مناقشات وأداء أدوار) ● إجراء مقابلات مع الشباب والكبار ومع سلطات إنفاذ القوانين	● أين يتعاطى كل مخدر ولماذا؟
● الرجوع إلى الوثائق ● حلقات العمل (ولا سيما المناقشات وأداء الأدوار)	● كيف يؤثر تعاطي المخدرات في صحة الشباب؟
● إجراء مقابلات ● تنظيم حلقات عمل (وعلى الأخص إجراء مناقشات والطرق التحريرية وأداء الأدوار)	● ما هي العلاقة بين الفقر وتعاطي المخدرات؟

طرق جمع المعلومات

أخلاقيات جمع المعلومات

ينبغي لك وأنت بصدد جمع معلومات أن تتوخى الحذر بشأن أربعة أشياء.

أولاً، ينبغي أن تتحقق من إعطاء الأولوية لسلامتك. فما من معلومات تبلغ من القيمة ما يجعلك تخاطر بحياتك أو بصحتك. ولأنك تستكشف مسائل ذات صلة بالمخدرات، فربما صادفتك الجريمة والعنف. فتلكن حريصاً كل الحرص بصدد الأماكن التي تتوجه إليها والأشخاص الذين تتحدث معهم. وليكن التعقل رائدك. فإن كنت قد مانعت في التوجه إلى حي ما من قبل، فلا تفعل ذلك الآن.

ثانياً، ينبغي أن تمتنع عن استخدام أو الكشف عن أسماء أشخاص سبق أن أجريت معهم مقابلات أو أسماء من تحدث عنهم أولئك الأشخاص. ويعرف ذلك المبدأ باسم "إغفال الهوية" أو "العُقْلِيَّة" (anonymity).

ثالثاً، عليك أن تقاوم إغراء الإدلاء ببيانات عامة عن مجموعات من متعاطي المخدرات. فالحصول على المعلومات مهمة شاقّة وتتطلب الصبر. وقد تشعر أحياناً بأنك تعرف كل شيء عليك أن تعرفه عن مشكلة أو مسألة معينة، وقد تريد أن تجري استقصاء سريعاً للموقف دون توشي الشمول الدقيق. غير أن ذلك ليس فكرة صائبة. فإذا كنت تنشُد النجاح لبرنامجك، فعليك أن تحصل على أدق ما يمكنك الحصول عليه من معلومات.

وأخيراً، قد يتحدث الناس عن بعض المسائل البالغة الدقة والحساسية والتي لا يودون الكشف عنها علناً. ويعرف ذلك المبدأ باسم "السرية" (confidentiality). فعليك إذن أن تراعي مبدأى الغُفلية والسرية.

كيف تجمع المعلومات

المشاهدات

الغرض منها

المشاهدات هي أن تراقب مجموعة من الناس أو نشاطاً أو وضعاً معيناً على امتداد فترة من الزمن. والمشاهدات مفيدة عندما ترغب في جمع معلومات عما يفعله الشباب في حياتهم اليومية. وهي مختلفة عن سائر الطرق لأنها تساعدك على فهم ما يفعله الناس بالفعل وليس مجرد ما يقولونه. وفي أوقات كثيرة لا يستطيع الناس أن يخبروك بما يفعلونه حقاً وأحياناً قد يضللونك عن قصد. ومن جهة أخرى قد تكون المشاهدات خداعة لأنه يحدث أحياناً ألا يكون ما تراه هو ما يحدث حقاً. فمثلاً قد يبدو أن شباباً وكأنهم يتصافحون بينما هم في واقع الأمر يبادلون نقوداً بمخدرات.

كيف تجري مشاهدات

ستحتاج قبل البدء بالمشاهدة أن تبت فيما أنت عازم على النظر إليه. فمن المستحيل على المرء أن يشاهد كل شيء في وقت واحد. فلتحاول أن تركز على نشاط أو نشاطين في نفس الوقت. وينبغي لفريق التقدير أن يناقش ما الذي ينبغي أن تكونه أهداف المشاهدة.

يمكن أن تكون المشاهدات عامة أو منتظمة.

تمارس المشاهدات العامة للحصول على صورة شاملة لموقف ما. وقد تتمثل بعض الأهداف الممكنة في العثور على الأماكن التي يتجمع فيها الشباب، أو اكتشاف الأنشطة التي ينفذونها، أو معرفة الفرق بين أنشطة الفتية وأنشطة الفتيات وهلم جرا.

وما أن تقرّر هدف المشاهدة والأماكن التي ستمارس فيها عملك حتى تكون مستعداً لإجراء المشاهدة الفعلية. فلتمضي ساعة أو ساعتين في مكان واحد تشاهد فيه ما يدور من حولك. ولتتأكد من الإنصات والمشاهدة بعناية. وحاول أن تتذكر كل شيء تراه أو تسمعه أو تشمه. وعندما تبرح موقع المشاهدة يمكنك الشروع في تدوين مذكرات. فلتدون كل شيء رأيته. وإذا كنت تعمل أنت وزملاءك في أفرقة، فلتقارنوا مذكراتكم لكي تتحققوا من أنكم ترون نفس الشيء. أما إذا وجدت أي فروق، فيمكنكم تحديد موعد آخر تعودون فيه إلى الموقع لإجراء عملية مشاهدة جديدة.

ويمكنك الشروع في إجراء مشاهدات منتظمة بعد الانتهاء من المشاهدات العامة الوارد وصفها أعلاه. والمشاهدات المنتظمة تقتضيك أن تسجل ما تراه بينما أنت تشاهده. ولكي تجري مشاهدات منتظمة، يتعين عليك أن تعد جداول مشاهدة. فمثلاً، لكي تفهم كيف يقضي شباب مجتمعك وقتهم خارج المدرسة أو البيت، يمكنك أن تعد جدولاً تدون في عموده الأيمن مختلف الأنشطة التي يشارك فيها الشباب. وينبغي أن تسجل أعم الأنشطة التي رأيتها أثناء المشاهدات العامة. وعلى رأس الجدول يمكنك أن تدون الأماكن الثلاثة التي ستجرب فيها مشاهداتك. وقد تود أيضاً أن تخصص عموداً للبنين وآخر للبنات بحيث يمكنك فحص الفروق بين أنشطة أولئك وهؤلاء.

والخطوة التالية هي أن تتوجه إلى الأماكن المختلفة وتحصى عدد البنين وعدد البنات المشاركين والمشاركات في مختلف الأنشطة. دوّن عدد الشباب تحت العمود المناسب. ولكي تستطيع مقارنة نتائجك في الأماكن المختلفة الثلاثة، قد يكون من الصواب أن تجري مشاهداتك هناك في نفس الوقت واليوم. ومن ثم فسوف يتعين عليك أن ترسل مختلف أعضاء الفريق إلى مختلف الأماكن في نفس الوقت. وما أن تفرغ من جمع المعلومات حتى تحتاج إلى إحصاء نتائجك.

ومن الممكن أن يساعدك الجدول الوارد أدناه على اتخاذ قرارات بشأن برنامجك. فسوف يدلك مثلاً إلى الأماكن التي تنفذ فيها برنامجك. كما يمكن أن يطلعك على أكثر الأنشطة شعبية في أوساط الشباب. فيمكنك عندئذ أن تدرجها في برنامجك بغية اجتذاب الشباب إلى المشاركة فيه.

النشاط	المكان ١		المكان ٢		المكان ٣	
	بنون	بنات	بنون	بنات	بنون	بنات
الألعاب الرياضية						
تعاطي المخدرات						
التسكع في الشوارع						
التحارب						
العمل						
لعب الورق						

❖ حجم فريق المشاهدة

من الممكن أن يجري المشاهدات أفراد أو أفرقة. ويقترح، لأسباب عدة، تكوين أفرقة يتألف كل منها من شابين أو ثلاثة. ومن هذه الأسباب داعي ضمان النتائج وداعي توزيع مختلف المسؤوليات على مختلف الأشخاص، كأن يتولى أحدهم تدوين المذكرات وآخر التقاط الصور على سبيل المثال.

❖ المكان والموقع

كثيراً ما تجري المشاهدات في الشوارع أو غيرها من الأماكن العامة كالمقاهي ومحطات البنزين والساحات والمنتزهات. وينبغي أن تتذكر أن الآخرين قد يزعجهم أن يروك تدون مذكرات في أماكن معينة كالمدارس والمحال التجارية وأماكن العبادة. وإن حدث ذلك، فعليك إما أن تُنهي مشاهدتك على الفور أو تحصل على الإذن بمواصلتها.

❖ المعدات

عند قيامك بمشاهدات عامة، سيتمثل كل ما تحتاج إليه في ذاكرة جيدة وقلم وورقة تسجل عليها أفكارك فيما بعد. أما في حالة إجراء مشاهدات منتظمة، فستحتاج إلى جداول مشاهدة، وفي بعض الحالات إلى أوراق مثبتة على لوح. وقد تحتاج أحياناً إلى التقاط بعض الصور ومن ثم إلى فيلم وآلة تصوير.

❖ الوقت

تبعاً للمنطقة التي ستزورها لتدوين مشاهداتك فيها، ولا سيما المشاهدات المنتظمة، ستحتاج إلى كثير من الوقت. فلتتوقع إنفاق ما لا يقل عن ساعة في أي مكان تتوجه إليه. كما سيتوقف مجموع الوقت الذي تنفقه في إجراء مشاهدات على زمان ومكان تنفيذ أنشطة معينة. فمثلاً، حيث تقام أسواق في أيام معينة فقد تؤثر إجراء مشاهدتك في أيام السوق وفي أيام أخرى كذلك.

أمور هامة عليك أن تتذكرها



لكي تكون المشاهدات التي تجريها جيدة، عليك أن تتحقق من أنك لا تترك أنشطة تجري من حولك. حاول أن تنخرط بقدر الإمكان فيما يجري من حولك من أحداث. وإذا كنت تتحرك من مكان إلى آخر في مجموعات كبيرة، وتحدث بصوت مرتفع، وتدون مذكرات وتلتقط صوراً كثيرة على مرأى ممن حولك، فمن المرجح أنك ستثير مخاوف الناس وتجعلهم يتساءلون عما أنت فاعله. وقد يدفع ذلك الناس إلى أن يبدلوا تصرفاتهم. وينبغي أن تكون على حذر شديد وأنت تجري مشاهدات في أماكن تتعاطى فيها المخدرات أو تشتري وتباع. وإذا كنت تستخدم آلة تصوير، فلا تلتقط صوراً في أماكن يجري فيها الاتجار بالمخدرات أو تهريبها.

حذاري

أمر هام



يحدث أحيانا، وأنت تُجري مشاهداتك، أن ترى أناسا يقترفون أفعالا غير قانونية. فمثلا، قد ترى مخدرات تباع. وفي بعض البلدان، يلزمك القانون بإبلاغ الشرطة عن أي جريمة تشهدها لحظة اقتراها. ولذلك، يحسن بك أن تستفسر عما إذا كانت تلك هي الحال في بلدك قبل الشروع في إجراء مشاهداتك. ونعاود تذكيرك بأنك عندما تتقصى أمر تعاطي المخدرات، فمن المرجح أنك سوف تتورط في أنشطة منظمات إجرامية خطيرة ومحكمة التنظيم. فكن حاضرا البديهة واتخذ كل ما يمكنك اتخاذه من احتياطات لضمان سلامتك. وتحقق من أنك قد حظيت بمشورة أناس ممن لهم خبرة بالجوانب القانونية للموقف.

إجراء المقابلات

::: الغرض منه

المقابلة حديث متبادل حيث يطرح شخص على شخص آخر أسئلة تستهدف جمع المعلومات عن أفكاره ومعتقداته ووجهات نظره وآرائه وسلوكه. وفي أحيان كثيرة يمكن أن تكون المقابلات مصدراً قيماً للمعلومات نظراً لأنها تتيح لك أن ترى موضوعاً معيناً من وجهات نظر أناس مختلفين. وإذا كان الشخص الذي تجري له المقابلة يعتقد أن الموضوع موضوع هام ويضع فيك ثقته، فسوف تحصل منه على معلومات لن تستطيع الحصول عليها من أي مصدر آخر.

::: كيف تجري مقابلة

اختيار من تجرى لهم المقابلة

عندما تتاح لك الفرصة، فمن الأفضل أن ترتب للمقابلة مقدماً. فبوسعك أن تتصل بالشخص وتسأله بلطف إذا كان على استعداد للتحدث معك. غير أن هناك حالات كثيرة تتوجه فيها إلى مكان معين وتجري مقابلات لمن يكون على استعداد للتحدث معك في طريقهم إلى حيث يقصدون. ويعرف ذلك باسم مقابلة مارة بالطريق. وفي كلتا الحالتين ينبغي لك دائماً أن توضح للشخص موضوع المقابلة وما تسعى إلى معرفته منه.

إنشاء أسئلة المقابلة

قبل أن تجري مقابلة، سوف تحتاج إلى تدوين الأسئلة أو على الأقل إلى حصر المسائل العريضة التي تود أن تسأل الشخص عنها. وقد تود البدء ببضع أسئلة عامة (أسئلة سهلة تبعث الارتياح في نفس الشخص) ثم تواصل المقابلة بطرح أسئلة أكثر تحديداً. وينبغي أن تحرص على أن لا تطول المقابلة أكثر من اللازم. وربما استصوبت أن تجرب إجراء المقابلة مع صديق لتعرف كم من الوقت ستستغرق ولتتأكد من أن الأسئلة لا تفتقر إلى الوضوح.

إجراء المقابلة وتسجيلها

بعد أن تقدم نفسك وموضوع اهتمامك، يمكنك البدء في طرح الأسئلة المدرجة على قائمتك. وإذا كانت بعض الإجابات غير واضحة أو إذا كنت تريد المزيد من المعلومات عن موضوع ما، فيمكنك طرح سؤال متابعة.

وستحتاج إلى طريقة لتسجيل ما يُقال. وأسهل طريقة لذلك هو تسجيل الإجابات كتابة. وإذا كان لديك جهاز تسجيل، فربما أردت تسجيل المقابلة. عندئذ ينبغي لك، قبل الشروع في التسجيل على أشرطة، أن تحصل على إذن من تجري مقابلتهم. غير أنه حتى إذا سجلت المقابلة، كثيراً ما يكون من المفيد تدوين مذكرات تمكنك من استعراض الإجابات واستيضاح ما تريد استيضاحه بطرح أسئلة إضافية. ولتتذكر أن بعض الناس قد لا يرتاحون إلى الحديث عن مسائل المخدرات. فلتتأكد من أنك مرهف الحس إن شاء الله هذه الظاهرة ولن تحاول قط إجبار أحد على الإجابة عن أسئلة لا يرغب في الإجابة عنها. ومن الأفضل أحياناً أن تسأل الشخص عن انطباعاته عن الآخرين. فمثلاً، بدلاً من أن تسأل "هل سبق لك أن تعاطيت المخدرات"، يمكنك أن تسأل "كم من الناس في مجتمعك تظن أنهم تعاطوا المخدرات".

استعرض الإجابات وناقشها

ما أن تنتهي من المقابلة، ستحتاج إلى أن تستمع إلى شريطك أو أن تستعرض مذكراتك. وعندما تستمع إلى شريطك، ستحتاج إلى تسجيل ما قيل كتابةً. وتعرف هذه العملية بـ"النسخ". وإذا لم تكن قد سجلت المقابلة على شريط، فستحتاج إلى إعادة كتابة مذكراتك بوضوح بحيث تستطيع قراءتها وفهمها في وقت لاحق. وبعد أن تُنهي عدداً من المقابلات، ستستعرض جميع النسخات والمذكرات وتنتهي إلى استنتاجات تتعلق بقضايا المخدرات التي تكون بصدد دراستها. ومن الممكن في حالات كثيرة أن يكون هناك أكثر من طريقة لتفسير نتائج مقابلة ما. لذلك، تحسن صنفاً لو أنك ناقشت هذه النتائج مع بقية أعضاء فريقك.

حجم الفريق

لئن أمكن إجراء المقابلة بينك وحدك وبين الشخص الآخر، قد يستصوب في بعض الحالات أن يجري المقابلة شخصان يطرح أحدهما الأسئلة بينما يتولى الآخر أمر تسجيل الإجابات. فلتنوع الأدوار قبل بدء المقابلات ولتعهد بتسيير المقابلة إلى أحدهما.

المكان والموقع

هناك أمران يتعين التفكير بشأنهما عند اختيار مكان لإجراء المقابلة هما تجنب الضوضاء وتوخي أسباب الراحة. فلئن تعذر في أحيان كثيرة أن يعثر المرء على مكان تام الهدوء، فليقع اختيارك على موقع هادئ نسبياً. وإذا كنت تجري مقابلاتك مع المارة فقد تحتاج إلى توفير مكان للجلوس لا سيما عندما تستغرق المقابلة أكثر من بضع دقائق.

❖ المواد والمعدات

كل ما تحتاجه لإجراء مقابلة جيدة هو كراسة وقلم رصاص أو حبر جاف. ومن جهة أخرى وكما سبق القول، كثيراً ما يحسن وجود جهاز تسجيل أصوات لا سيما إن أردت أن تعرف بالضبط ما يقوله متلقي أسئلتك وكيف يقوله.

❖ وقت المقابلة

من الممكن أن لا تستغرق المقابلة سوى بضع دقائق وإن أمكن أحياناً أن تستغرق ساعة أو ساعتين. وتتوقف المدة المناسبة للمقابلة على عوامل منها الشخص الذي تجرى له المقابلة، وموضوع المقابلة ومكانها. فمثلاً عندما تجري مقابلاتك في الشارع فقد تريد أن تجعلها مختصرة نظراً لأن المارة عادة ما يهرعون من مكان إلى مكان. وبالنظر إلى أن المسائل ذات الصلة بالمخدرات مسائل معقدة، فقد يقتضي الحصول على معلومات مفصلة عنها مدة تتراوح تقريباً بين نصف ساعة وثلاثة أرباع الساعة. ومن المهم وأنت بصدد التحضير للمقابلة أن ترى كم من الوقت ستستغرق وتحذف الأسئلة التي لا داعي لها على ضوء ذلك.

أمور هامة عليك أن تتذكرها



لأنك تتحدث عن مسائل المخدرات وتعاطيها، فمن المرجح جداً أن من تحدثهم سيتوقعون منك أن لا تبوح بأسمائهم أو بهويتهم. ومن ثم فقد تحتاج إلى الرجوع إلى الفرع المعنون أخلاقيات المقابلة للوقوف على المزيد من مبدأي "السرية" و"الغفلية".

فلتتذكر أن من تجرى لهم مقابلات إنما هم يتطوعون بوقتهم ولتتلف معهم ولا تجبرهم قط على الإجابة عن أسئلتك.

وبالنظر إلى دقة وحساسية موضوعي المخدرات وتعاطي المخدرات، فلتتجنب إجراء مقابلاتك بشأنهما في أماكن لا تشعر فيها بالأمان. ولتحتكم إلى عقلك، فإن ساورتك مخاوف بشأن مقابلة ما، فلا تقدم عليها ! ولتتذكر أنك لن تستطع أبداً أن تجري مقابلة وأنت راقد في قاع نهر....



مُجْرِي المَقَابِلَة الكَفء

- ✓ قوِي المَلاحِظَة
- ✓ يَجيد الإصْغَاء
 - ينظر إلى من يجري له المَقَابِلَة أثناء اسْتِماعِه إليه
 - يشعُرُه بحسْنِ إصْغائِه ، لفظياً أو بدون التلفظ بشيء
 - لا يشتت انتباهه أثناء اسْتِماعِه إليه
 - يحرص على التركيز على موضوع المَقَابِلَة
- ✓ يتحلَّى برهافة الحس إزاء مشاعر من تُجرى له المَقَابِلَة
 - لا يصِر على تلقي إجابات عن أسئلته
 - لديه القدرة على فهم مشاعر الغير، الأمر الذي يختلف عن التعاطف أو الشفقة
 - يتقبل الوضع عندما يعزف من تُجرى له المَقَابِلَة عن البوح بشيء ما
 - يعرف متى يتخلَّى عن سؤال يكرب من تجرى له المَقَابِلَة
- ✓ يتوخى الدقة في صياغة أسئلته
 - يتحرى الدقة في صياغة أسئلته
 - يجري اختبارات مسبقة لحصر إجابات ممكنة عن سؤاله
 - يشرح سؤاله عندما يقتضي الأمر ذلك
- ✓ يمكنه التغاضي عن لحظات الصمت
 - يحس باللحظات التي يتعين عليه فيها أن يلوذ بالصمت
 - لا يتلهف على تحصيل كافة المعلومات في الوقت المحدد
 - لا يتسرع إلى طرح السؤال التالي
- ✓ يَجيد اللجوء إلى وسائل التلقين
 - عندما يلوذ بالصمت من تُجرى له المَقَابِلَة
 - بمعاودة طرح السؤال
 - بتكرار آخر كلمات تلفظ بها من تجرى له المَقَابِلَة
- ✓ يَجيد اللجوء إلى وسائل التذكير الرامي إلى سبر غور مسألة ما
 - يطلب مثلاً يوضح ما يقال
 - يطلب إيضاحاً لما يُقال
 - يطلب مزيداً من التفصيل
- ✓ يَجيد استخدام وسائل التحقق من صحة ما يُقال
 - تلخيص أفكار من تُجرى مقابلته
 - (بقوله مثلاً "أنت تعني إذن، إذا كنت قد فهمت ما تقوله، ...)
- ✓ يَنتِج فرص الحديث للجميع (في حالة المَقَابِلَة الجماعية)
 - بعدم إتاحة الفرصة لشخص محب للسيطرة لكي يستأثر بـ"أضواء المسرح"
 - بتشجيع المتسمين بالهدوء والخجل على تشاطر وجهات نظرهم
 - بالتركيز على موضوع المَقَابِلَة

قائمة حصر

إنشاء الأسئلة التي تطرح في المقابلة	☐
اختيار من تجرى لهم المقابلة	☐
إجراء المقابلة	☐
تذكر طرح أسئلة المتابعة كلما طرأ عجز عن فهم الإجابة	☐
تسجيل الإجابات	☐
استعراض الإجابات ومناقشتها	☐

الاستقصاءات

الغرض منها

تكون الاستقصاءات مفيدة عندما تريد فهم وجهات نظر مجموعة كبيرة من الأشخاص. والاستقصاء هو عبارة عن مجموعة صغيرة من الأسئلة التي تسهل الإجابة عنها (بوضع علامة أمام "نعم" أو "لا"). وكثيراً ما تطرح الاستقصاءات على مجموعة مختارة من الأشخاص الذين يمثلون مجموعة السكان التي تهتمك. فمثلاً، عندما تريد استقصاء يمثل وجهات نظر الطلبة في مدرستك، عليك أن تطرح أسئلة الاستقصاء على عدد من طلبة كل صف دراسي في المدرسة.

كيف تجري الاستقصاء؟

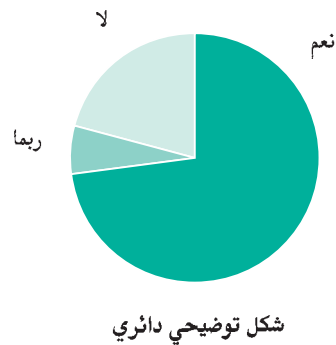
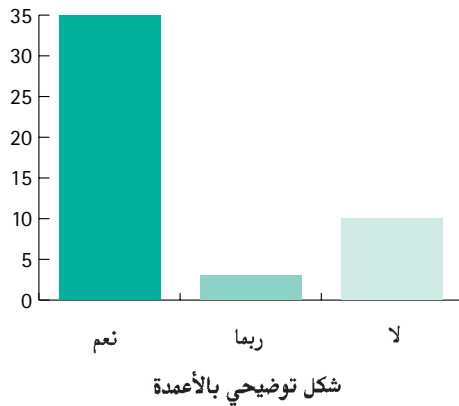
بعد البت في موضوع الاستقصاء واختيار المجموعة التي تريد استقصاءها، ستحتاج إلى أن تحرر أسئلة الاستقصاء. وينبغي أن تجمع أسئلتك بين البساطة والوضوح وأن لا يكون الاستقصاء أطول مما يلزم. ولئن لم توجد أي قاعدة تحدد طول الاستقصاء، فلتتذكر أن الناس لن يجيبوا عن أسئلة استقصائك إذا اقتضت الإجابة عنها أكثر من بضع دقائق.

ومن الممكن أن يطرح الاستقصاء نوعين من الأسئلة: أسئلة "مغلقة"، وأسئلة "مفتوحة". والسؤال المغلق هو السؤال الذي تمكن الإجابة عنه بالاختيار بين خيارات معينة، مثلاً بأن تضع علامة أمام "نعم" أو "لا"، أو دائرة حول عدد ما، أو الاختيار بين "كثيراً"، و"أحياناً" و"قط"، الخ. والاستقصاءات المفتوحة يصعب إعدادها لأنه يتعين عليك عندئذ أن تخمن الإجابات الممكنة التي يستطيع المسؤول أن يقدمها. ومن جهة أخرى فإنه بعد جمع الاستقصاءات سيكون من السهل تحليل الأسئلة المغلقة. فستستطيع مثلاً عد الإجابات وتعرف أن عدداً معيناً أجاب بـ"لا" وأجاب بـ"نعم" عدد معين آخر.

وتقتضي الأسئلة المفتوحة من المجيب عن أسئلة الاستقصاء أن يدون إجابة في مساحة معينة متروكة (انظر الأمثلة الواردة أدناه). وستتعين قراءة الأجوبة المفتوحة بعناية بغية الوقوف على قصد الشخص المجيب من إجابته. وسيتعين بعدئذ تجميع الأجوبة المتشابهة معاً.

ومن الممكن إجراء الاستقصاء بطرق كثيرة مختلفة. فإذا كانت المجموعة السكانية التي تهتمك تلتقي بانتظام في مكان معين، فسيمكنك توزيع الاستقصاء أثناء أحد هذه اللقاءات. فمثلاً إذا أردت جمع معلومات من الطلبة (بأذن من معلمهم) فما عليك إلا أن توزع الاستقصاءات عند بدء الحصة الدراسية وتجمعها أثناء تلك الحصة ذاتها. أما إذا أردت استقصاء وجهات نظر المارة في الشوارع، فقد تحتاج إلى أن تطرح عليهم الأسئلة وتدوّن الأجوبة بنفسك. ومن الممكن أن تكون طريقة الاستقصاء هذه أكثر استهلاكاً للوقت وقد تكون محفوفة بالأخطار تبعاً للمكان الذي ستجري فيه الاستقصاء (انظر الفرع الخاص بالسلامة في إجراء المقابلات). وأخيراً يمكن إرسال الاستقصاءات بالبريد بغية جمع المعلومات من مجموعة كبيرة من الناس. ولتتذكر أنه في هذا النوع من الاستقصاء، لن يردّ على الاستقصاء جميع من يتلقونه. فمثلاً إذا أردت إنشاء برنامج للتدريب على لعب كرة القدم وأردت معرفة أي أحياء المدينة هو الأشدّ تأييداً لذلك البرنامج، فقد تحتاج إلى استقصاء وجهات نظر الوالدين في مناطق مختلفة لمعرفة ما إذا كان البرنامج يهمهم. وذلك نهج مكلف بالنظر إلى أنك لن تكتفي بإرسال الاستقصاء إلى الناس بل سيتعين عليك أيضاً أن تزودهم بمظاريف تحمل طوابع البريد وعنوانك لكي تعاد إليك الأجوبة عن الاستقصاء.

ويتطلب **تحليل الاستقصاءات** عدّ الإجابات عن كل سؤال ومقارنة المجاميع. فمثلاً إذا استقصيت وجهات نظر خمسين شخصاً في حي معين طارحاً السؤال "هل سترسل طفلك للاشتراك في برنامج للتدريب على لعب كرة القدم؟" وأجاب ٣٥ شخصاً بـ"نعم" و ٣ أشخاص بـ"ربما" و ١٠ أشخاص بـ"لا" فقد تخرج من ذلك بنتيجة مؤداها أن هذا الحي يسوده قدر كافٍ من الاهتمام بالبرنامج. ومن الطرق المناسبة لإطلاع الآخرين على النتائج عرضها في رسوم بيانية وأشكال توضيحية. وفيما يلي مثالان لكيفية تمثيل بياناتك؟



من المفيد أن تُجري استقصاء
عندما يتمثل هدفك في معرفة
وجهات نظر
مجموعة كبيرة من الأشخاص



تحليل بيانات الاستقصاء

قد يكون مصدراً للتسلي إذا أجرته مجموعة

عندما تخطر البيانات على بالنا، كثيراً ما نقول لأنفسنا: أي مصدر للملل هذا: ومن جهة أخرى فإن تحليل بيانات استقصاء ما قد يكون مصدراً هاماً من مصادر التسلي. فمن الممكن مثلاً أن تفصل الأجوبة عن بعضها البعض وتجمع الأجوبة عن كل سؤال في ظرف على حدة. وما أن تمتلئ جميع المظاريف، يمكنك أن تحصي جميع القصاصات وتدون على جدول عدد الأجوبة الإيجابية وعدد الأجوبة السلبية التي تحصل عليها عن كل سؤال. ومن الواضح أن ذلك أسلوب لا يمكنك تطبيقه على الأسئلة المفتوحة.



أمور هامة عليك أن تتذكرها

إعداد أسئلة استقصاء أمر يحتاج إلى خبرة ومهارة. وثمة ثلاثة أمور ينبغي لك أن تراعيها مراعاة خاصة:

- ١ - ينبغي أن يكون لديك فهم واضح لأهداف استقصائك. فأى معلومات تنشده؟ وأي أجوبة على أسئلتك هي الأهم؟
- ٢ - ينبغي أن تصاغ الأسئلة في أكثر العبارات وضوحاً ودقة. تفحص المثال الوارد أدناه والذي يوضح كيفية إجراء استقصاء. فهو يورد أمثلة لطريقة جيدة لصياغة السؤال وأخرى سيئة لصياغته.
- ٣ - وهو يبين لك ما تفعله بنتائج استقصائك وكيف تجري تحليلاتها.

مجموعات المناقشة (مجموعات التركيز)

الغرض منها

تضم مجموعة التركيز عدداً من الأشخاص الذين يجتمعون لمناقشة موضوع معين أو موضوعات معينة. والهدف الذي ينشده من تشكيلها هو طرح نقاش يساعد المشاركين على تشاطر آرائهم. وهذا التفاعل الخصب بين أناس تتشابه آراؤهم وتباین يهيئ السبيل لفهم معمق للموضوع المطروح أو الموضوعات المطروحة. وتلك طريقة سريعة وسهلة لجمع المعلومات من عدد من الأفراد. وإضافة إلى ذلك فإن مجموعات التركيز تصلح لمناقشات النشء والشباب نظراً لأن هؤلاء يستمتعون بالنقاش بين الأنداد بينما هم كثيراً ما ينتابهم الخجل أثناء المقابلات.

∴ إدارة النقاش

وأهم عناصر التخطيط لإنشاء مجموعة تركيز هو اختيار المشاركين فيها. ولُبّ الفكرة هو الجمع بين مجموعة من الأشخاص ممن لديهم اهتمام صادق بالموضوع قيد النقاش حتى وإن اختلفت آراؤهم بصدده. ويمكن أن يكون أفراد المجموعة قريبي الشبه فيما بينهم (كمجموعة من أطفال الشوارع) أو قد تتألف من أشخاص جد مختلفين (كمجموعة تضم أفراداً من أطفال الشوارع والآباء المعلمين، الخ). وفي هذه الحالة الأخيرة يكون الهدف من تكوين مجموعة تركيز هو إقامة روابط بين مجموعات مختلفة تتعايش في المجتمع المحلي.

وينبغي تحضير الأسئلة سلفاً، أي قبل انعقاد الاجتماع، وإلا فقد يفلت زمام النقاش ويتولى المشاركون أمر الاجتماع دون الرد على أي من أسئلتك التي افتتحت بها الجلسة.

وقائد المجموعة، أو ميسر نقاشها، ينبغي أن يكون قد وقع عليه الاختيار. وفي الحالات المثلى، ينبغي أن يكون ذلك الشخص أحد أعضاء فريق التخطيط. وهو يتولى مسؤولية تسيير النقاش وضمان أن تتاح لكل فرد من المجموعة فرصة الحديث. وينبغي أن يكفل ميسر النقاش شمول مواضيعه الرئيسية مع السماح في الوقت نفسه للمجموعة باستكشاف مسائل تهمهم والتوسع فيها. وإذا صادفتك صعوبات في حث المشاركين على الحديث والإعراب عما يدور في نفوسهم، فربما شئت الاستعانة ببعض من تقنيات الأداء الواردة في الفرع التالي.

وبينما تدور مناقشات مجموعة التركيز، ستحتاج **إلى توثيق ما يتداول من نقاش.** وأكثر وسائل تحقيق ذلك حظاً من الإقبال، جهاز التسجيل الصوتي. غير أنك عندما تنصت إلى تلك التسجيلات، ليس من الممكن دائماً تمييز من يقول ماذا. لذلك فمن المهم أيضاً تدوين مذكرات أثناء الجلسة. وسوف تحتاج إذن إلى أن تعتمد، قبل انعقاد مجموعة التركيز، إلى اختيار من يدون تلك المذكرات. و"المدون الخطي" شخص آخر يستطيع تقديم خدمة أثناء الاجتماع. ويسجل المدون الخطي أهم ما يبرز أثناء النقاش من أفكار على لوحة كبيرة من الورق أو على سبورة بحيث يراها جميع المشاركين مما يعطيهم إحساساً بمكانهم داخل النقاش ويجعلهم يرون ما إذا كانت آراؤهم قد فهمت وسجلت دون تحريف.

فرز مضامين النقاش وتصنيفها في فئات ومراتب. وهناك أحياناً أشياء أخرى تستطيع المجموعة القيام بها إضافة إلى المناقشات. وقد يشمل ذلك فرز وتنظيم مجموعة من المواد بحيث تشكل الفهم المشترك لمجموعة التركيز.

∴ حجم مجموعة التركيز

ينبغي أن لا يزيد حجم مجموعة التركيز على عشرة وأن لا يقل عن أربعة دون حساب ميسرها أو مدونها الخطي أو مدون المذكرات. ومن الأيسر إدارة المجموعات الأصغر وإن لم تتح دائماً إجراء نقاش جيد. ومن جهة أخرى فإن المجموعات الكبيرة ليس من السهل إدارتها لأنه قد يتعذر إعطاء جميع أعضائها فرصة الحديث.

❖ المكان والموقع

بوسع مجموعات التركيز أن تعقد اجتماعاتها في أي مكان يتسع لجميع المشاركين فيها. ومن المهم أن يكون من السهل على جميع المشاركين أن يصلوا إليه. وأيا كان المكان الذي تعقد فيه مجموعة تركيز، ينبغي أن يكون مكانا هادئا حتى يتمكن المشاركون من إسماع أصواتهم بدون إزعاج.

وينبغي أن ترتب المقاعد في شكل دائري لكي يتمكن المشاركون من أن يرى بعضهم بعضا أثناء النقاش. وينبغي أن يكون للمدون الخطي مقعداً يجلس عليه، ومجموعة التركيز الناجحة يمكنها أن تجتمع في ساحة في الهواء الطلق وحولها مشاهدون يجلسون على الأرض.

❖ المواد والمعدات

العناصر الوحيدة التي يلزم توافرها لعقد اجتماع مجموعة تركيز هي الأشخاص والأوراق والأقلام.

❖ الوقت

ستستغرق مجموعة التركيز من الوقت ما لا يقل عن ساعتين إلى ثلاث ساعات مما يعطي للمجموعة من الوقت ما يكفي للتأهب والتحدث بعضهم إلى بعض.

ومن المحتمل أن يكون بين المشاركين غرباء وينبغي تقديمهم لبعضهم البعض.



أمور هامة عليك أن تتذكرها

من المهم أن يكون لجميع الأطراف التي يعنيها الأمر من يمثلها على قدم المساواة. فمثلا إذا كنت بصدد إنشاء برنامج سيستفيد منه الفتيان والفتيات بالتساوي، فلتضمن أن مجموعة التركيز تتألف من بنين وبنات. ولتتحقق أيضا من أنه أثناء اجتماع مجموعة التركيز يتمتع كل فرد بفرصة الإعراب عن آرائه. وستجد أحيانا أن من الصعب على الفتيات والفتيان أن يناقشوا معا مواضيع معينة أو أن يصارحوا بعضهم بعضا بآرائهم عندما يكونون أعضاء في نفس المجموعة. فإذا كنت ستناقش مواضيع تتسبب في نشوء مشاكل من هذا النوع، فمن الأفضل أن تنقسم المجموعة إلى مجموعتين إحداهما من البنين والأخرى من البنات. وعلى ميسر المناقشات أن يمتنع عن إبداء آرائه ووجهات نظره وأن يكتفي بإتاحة الفرصة للآخرين لكي يفعلوا ذلك.

تمثيل جميع الأطراف على قدم المساواة

الطرق التحريرية

كتابة الحكايات، الفردية والمشاركة

::: الغرض منها

كتابة الحكايات تساعدك على تعميق فهمك للتجارب الفردية والجماعية للشباب. ويجد الشباب عموماً قدراً من التسلية ولديهم استعداد كبير لكتابة حكايات عن تجاربهم وخبراتهم. وكثيراً ما تتيح كتابة الحكايات للشباب فرص التحدث بصدق وصراحة. وتساعدك هذه الحكايات على أن ترى العالم من خلال أعينهم. ومن الممكن بفضل كتابة الشباب للحكايات أن تقف على معلومات هامة عن مشاعر الشباب إزاء المخدرات.

::: الطريقة

يمكن أن تجري كتابة الحكايات عن مسائل المخدرات على الصعيد الفردي أو على صعيد المجموعة. بمعنى أن كل فرد يرغب في كتابة قصته كما أن المجموعة قد يرغب أفرادها في أن يكتبوا قصتهم مجتمعين. وكتابة القصة من جانب المجموعة أشد صعوبة من كتابتها من جانب الفرد. ففي حالة كتابة المجموعة للقصة يتعين على أفرادها أن يتحدثوا حول مسار القصة ويتوصلوا إلى اتفاق قبل الشروع في كتابتها. وعندما تختار قيام المجموعة بكتابة القصة فقد ترى تدوين مذكرات أو تسجيل ما يجري في جلسات كتابة القصة بالنظر إلى أن المحادثات كثيراً ما تتصف بالخصوبة وتكشف عن آفاق كثيرة ومثيرة للاهتمام.

ولكي تركز اهتمام الشباب على كتابة الحكايات التي من شأنها أن تساعدك على جمع البيانات، قد ترى إعطاهم موضوعاً يكتبوا عنه. غير أنه مما قد يساعد أحياناً أن تعطيهم أنت بداية الحكاية وتتركهم يكتبون بقيتها. انظر المثال الوارد أدناه.

عينة لموضوع قصة



بالنسبة لبيدرو/رام/رحيم، لا تسير الأمور على ما يرام في البيت وقد طرد من المدرسة لتوّه. وهو في غاية الانزعاج ويقضي ليلته خارج البيت. وفي تلك الليلة يلتقي بصديق قديم يقترح عليه أن يتعاطى مخدراً يرفع من روحه المعنوية. يرجى إتمام القصة.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

❖ حجم المجموعة

كتابة القصة يمكن أن تتم على يدي شخص أو على أيدي ١٥ شخصاً. فإذا تبين أن الكتابة الجماعية أمر أشد تعقيداً مما ينبغي وأن آراء أفراد المجموعة تختلف فيما بينها بدرجة يتعذر معها التوفيق بينهم. فبوسع كل منهم أن يكتب قصته ويناقشها مع المجموعة فيما بعد.

❖ المكان والموقع

إن أي مكان هادئ ومنعزل هو كل ما يحتاج إليه الشباب لممارسة كتابة القصة.

❖ المواد والمعدات

ستحتاج إلى ورق وأقلام رصاص أو حبر جاف. وإذا أراد أفراد المجموعة أن يتشاطروا حكاياتهم فيما بينهم فقد يستصوب استخدام أفرخ ورق كبيرة أو سبورة واستعمال حروف كبيرة يستطيع الجميع رؤيتها.

❖ تحليل القصة

عندما يتوافر عدد كبير من القصص التي يكتبها شباب، فمن الممكن البحث فيها عن مواضع مشتركة. ومن الطرق المناسبة لفهم هذه القصص، قراءتها على مجموعة من الشباب وسؤالهم عن مدى تصويرها لحياتهم وللأوضاع السائدة في مجتمعهم المحلي.



أمور هامة عليك أن تتذكرها

للتذكر أن تطلب إلى الشباب أن يكتبوا حكايات عن الأماكن والمسائل الأكثر أهمية في حياتهم فيما يتعلق بالمخدرات. وليس ثمة ما يدعو إلى أن تكون هذه الحكايات حكايات طويلة إذ تكفي أحياناً بضع فقرات للكشف عن الكثير حول مشاعر الشباب وأفكارهم بشأن هذا الموضوع.

حكاية



أولى رحلات عادل في عالم المخدرات
إنه عيد ميلاد عادل السادس عشر. ويخاطبه صديقه مرزقي قائلاً "أحمل إليك
هدية ثمينة" ماذا إليه يده بلقافة صغيرة محتومة بخاتمة Yin Yang* ويد والآن عاج
على وجه عادل، ولكن أقرانه يصيحون به "لا تكن بطيء الفهم"،
فيأخذها ويضعها في جيبه ويتوجهون جميعاً إلى الحانة القريبة.
وعلى مضض، يتناول عادل الجرعة. وفي البداية، لا يحدث له شيء، ولكن
بعد أن شرب عدداً من الكؤوس، يشعر بمرح يجتاحه وتبدأ الأمور تتغير
فيسارع إلى خلع جومر به قائلاً: أي فرح ومرح هذا! وأي عيد ميلاد عظيم!
ثم يوجه كلامه إلى متفضة السجائر. وفجأة يحس عادل بالرغبة في الذهاب
إلى المراض. فيذهب إليه وينظر في المرأة فيرى وجهه وقد بدأ يتمزق إمبراباً.
ويظن عادل أن هذا مضحك ومخيف في آن معا. وفي وقت لاحق يذهب عادل
وأقرانه إلى متنزه الحي حيث يمشون في نزهة طويلة تقضيهم إلى حيث توجد
فرقة موسيقية تعزف، وهناك يقضون أربع ساعات يضحكون على لا شيء،
وكان هذا هو جانب المرح في الموقف. وبعد ذلك بوقت طويل يبدأ الظلام
يخيم على المكان وما يزال عادل يتعثر في مشيته، وهنا يأتي الجانب السيئ
للموقف. فهو يصل إلى بيته ويتحدث إلى والديه اللذين لا يريان الجانب المرح.
وينتهي الليل وعادل يتقلب في فراشه دون أن يأتيه النوم والستائر لا تكف عن
الحركة.....

ويقول عادل محدثاً نفسه "يا إلهي! إنني أحس بالبوؤس! أي عيد ميلاد مشؤوم
هذا."

*Yin (في الفلسفة الصينية): القوة السلبية في الكون، التي دائماً ما تقترن بال Yang
وتقارن به.

Yang: القوة الإيجابية في الكون، مصدر الضوء والحرارة، وتقترن دائماً وتقارن بال Yin



اليوميات والمفكرات

الغرض منها

تستخدم اليوميات والمفكرات أساساً لرصد وتقييم عملية جارية. وبوسع الشباب أن يحتفظوا بمفكرات حول أنشطة برامجهم أو حول نموهم الشخصي. وتفيدك تلك المعلومات وأنت بصدد البت فيما هو صالح في برنامجك وما هو بحاجة إلى تعديل. وعلاوة على ذلك، تفيد اليوميات والمفكرات كأداة عمل يهتدي بها الموظف أو الفريق.

الطريقة

عندما تستخدم اليوميات كأداة فردية للتطور، يستطيع الشباب أن يكتبوا عن كفاحهم أثناء العمل مع مجموعة من الشباب. ومن الممكن مناقشة هذه الكتابات من حين إلى آخر مع مجموعة أكبر، وإبداء مقترحات تساعد الشاب كاتب اليوميات في تطوره الفردي.

وعندما تستخدم اليوميات كأداة جماعية، يمكن أن تكون وسيلة نافعة في فحص ما تحققه البرامج من تقدم على مر الوقت، ويعرف هذا الفحص بـ"عملية الرصد". ويستطيع الشباب في إطار مجموعة أن يحتفظوا بيوميات عن جميع أنشطتهم. وينبغي أن تكون هذه اليوميات متاحة للاطلاع عليها من جانب جميع أعضاء المجموعة لمعرفة تطور عملهم مع مرور الوقت. ويستطيع أعضاء المجموعة أن يسهموا في اليوميات بالكتابة عن أحداث يومية وتسجيل الحاضرين في اجتماعات معينة كما يمكنهم تضمينها صوراً يلتقطونها ورسوماً يعدونها وما إلى ذلك. وبهذه الطريقة يكون في حوزة المجموعة سجل كامل يوضح كافة أنشطتهم اليومية وجميع منجزاتهم.

المواد والمعدات

من المهم أن تدون اليوميات في دفتر مجلد وليس في أوراق متفرقة قد تُفقد أو يضيع ترتيبها.

الوقت

من المهم مواصلة نشاط كتابة اليوميات على امتداد فترة طويلة من الزمن بحيث تتمكن من رؤية ما يطرأ من تغيرات مع مرور الوقت. من ذلك مثلا أن بعض الناس يأخذون في البداية منحى سلبيا في الكتابة عن البرنامج الجاري أو العملية الجارية ثم ينعكس منحاهم هذا فيما بعد. لذلك فمن المهم مواصلة كتابة اليوميات على امتداد فترة طويلة من الزمن.

التحليل

ليس من الضروري أن تحلل المواد المدرجة في اليوميات كما تحلل سائر البيانات. فاليوميات تعد أداة قيّمة لأنها تساعدك على تتبع تطور البرنامج على مر الوقت. كما تزود اليوميات الشباب المشارك بوسيلة مناسبة لتسجيل مشاعرهم وأفكارهم الخاصة بشأن ماجريات الأمور. وعندما تستعمل اليوميات على هذا النحو، يمكن لكاتبها أن يتشاطروا بعض بنودها مع آخرين من أعضاء المجموعة أثناء المناقشات وجلسات التدريب.



أمور هامة عليك أن تتذكرها

عندما يكون التدوين الجماعي لليوميات هو الطريقة المتبعة، فمن المهم التحقق من أن السجل محفوظ في مكان يستطيع الجميع أن يصلوا إليه. وعندما تكون طريقة التدوين الفردي هي المتبعة، ينبغي التحقق من أن كل عضو له مكان خاص وآمن يحفظ فيه يومياته. وفي كلتا الحالتين يحسن تخصيص وقت معين في إطار البرنامج لتدوين اليوميات بحيث يُكفل الانتظام في تدوين اليوميات.

الطرق البصرية

::: الغرض منها

تتسم الطرق البصرية بفائدة كبيرة عندما يجهل الشباب القراءة والكتابة. وإضافة إلى ذلك فهي طرق خلاقية وممتعة لتوضيح آراء الشباب ومواقف حياتهم اليومية. على أنه ينبغي أن لا تكون الطرق البصرية هي الوحيدة المتبعة في تقدير الاحتياجات. وهي تستخدم عادةً جنباً إلى جنب مع أشكال أخرى من تسجيل البيانات، مثل إجراء المقابلات واللجوء إلى مجموعات التركيز. وهي وسيلة مناسبة لتوضيح الأفكار التي تتطور أثناء تلك الأنشطة الأخرى لجمع المعلومات.

::: الطريقة

الرسوم

يمكن القيام بنشاط الرسم إما فردياً أو في إطار مجموعة. ويمكن أن يتراوح حجم الصورة من أصغر الأحجام إلى حجم الرسوم الجدارية الكبيرة.

وتتمثل فائدة الرسوم الفردية للشباب في أنها تعبر عن أفكارهم بطريقة سريعة وسهلة. والذي يحدث عادةً هو أن من الصعب جداً فهم رسوم الآخرين. لذلك فمن المهم مناقشة الرسم مع الفنان الذي رسمه. ومن الممكن أن تحقق الرسوم الكبيرة الحجم والرسوم الحائطية نجاحاً عندما تحاول نقل رسالة جماعية إلى المجتمع المحلي.

لوحات الحكايات

تكون لوحات الحكايات مفيدة عندما تريد عرض حكايات. وتعرض لوحات الحكايات سلسلة من الأحداث التي تكون قد وقعت على امتداد فترة من الزمن ويمكن استخلاصها من رسوم و/أو صور مجلات و/أو صور فوتوغرافية. ومعظم الشباب يألفون لوحات الحكايات من خلال الحكايات الفكاهية المصورة. وعندما تتوافر بيسر الأفلام وآلات التصوير ستكون إحدى الطرق السريعة والسهلة لصنع لوحات الحكايات من خلال المسرحيات المصورة.



٦

٥

٤

٣

٢

١

.....
.....
.....

.....
.....
.....

.....
.....
.....

.....
.....
.....

.....
.....
.....

.....
.....
.....

مسرحية مصورة

وتتمثل النقطة التالية في اختيار مخرج ومصور وإسناد الأدوار إلى أفراد المجموعة. وفي حين يكون للمخرج دور في الإشراف على المشروع، فإن قوة الأسلوب إنما تأتي من قدرة النشء على التعبير عن أنفسهم. وعند الضرورة، يمكن للكبار مساعدة المصور والمخرج بتهيئة بعض ضرورات التصوير (على سبيل المثال، ضرورة أن تكون الشمس وراءك وأنت تلتقط الصور).

تشارك في "المسرحية المصورة" مجموعة من الشباب يتعاونون في إعداد السيناريو وتمثيله بينما هو يُصوّر فوتوغرافيا؛ ويسفر ذلك عن مقال مصور يتألف من عدد من الصور. ومن الممكن أيضا إضافة شروح إلى الصور وعرضها بهدف إيصال فكرة أو حدث أو قصة إلى الآخرين.

وفي بدء العملية يتعين على الشباب ابتكار قصة. ويمكن أن يتحقق ذلك عن طريق كتابة قصة أو إعداد لوحة قصة. ويمكن أن تكون اللوحة مجرد قطعة من الكرتون يرسم عليها أطر خالية كل منها يمثل صورة إما أن ترسم داخل الإطار وإما أن توصف كتابة.

وما أن تلتقط جميع الصور حتى ترسل للتحميض والطبع. ويلتقي أفراد المجموعة عندما تجهز الصور لكي يضعوها في الترتيب المناسب ويثبتوها على لوحة القصة. وقد ترغب في كتاب بضعة أسطر تحت كل صورة لتضمن وضوح القصة.



٩

٨

٧

.....
.....
.....

.....
.....
.....

.....
.....
.....

دراما في صور

الملصقات التصويرية

وهنا تختار الصور الفوتوغرافية من المجلات أو الجرائد وعندئذ تقطع الصور وتلصقها على فرخ من الورق أو الكرتون. والملصقة التصويرية تختلف عن لوحة القصص بالنظر إلى أنه في الملصقة التصويرية يتجمع عدد كبير من العناصر الصغيرة لتكوين كل عادة ما بشكل رسالة قوية. كذلك فإن إنشاء ملصقة تصويرية يمكن أن يكون نشاطاً جماعياً مناسباً. وعند إنشاء ملصقة تصويرية جماعية يكون لكل فرد اختيار صورة ولصقها حيثما شاء. وأحياناً يفضل الشباب إنشاء الملصقات التصويرية نظراً لأنه أيسر تنفيذاً وكثيراً ما يكون الناتج النهائي ممتعاً ومعبراً للغاية. وفي حالة الملصقة التصويرية من المهم غاية الأهمية توشي العناية في اختيار المجلات والجرائد. فلتتأكد من أن هناك تشكيلة متنوعة من الصور. فكلما زاد عدد الصور التي تختار من بينها زاد احتمال نجاح الملصقة التصويرية في التعبير عن مشاعر الشباب. ويجدر بك إنفاق الوقت الكافي في اختيار عدد كبير من المجلات والصور قبل الشروع في إنشاء ملصقة تصويرية. وكثيراً ما يستطيع الشباب إحضار صور من بيوتهم.



أمور هامة عليك أن تتذكرها

الرسم، وإنشاء الملصقات التصويرية ولوحات الحكايات كثيراً ما تحمل معاني كثيرة. وقد تكون لدى الشخص الذي يقدم على ممارسة هذا الفن فكرة معينة حول معنى الرسم أو الملصقة التصويرية أو لوحة الحكايات. غير أن الفنان قد تكون لديه فكرة مختلفة عنها تمام الاختلاف. وبذلك تكون مناقشة الموضوع مع فناناً ضرورياً لفهم معاني هذه الصور.

من الممكن أن يشكل إعداد

الملصقات التصويرية نشاطاً جماعياً ممتعاً

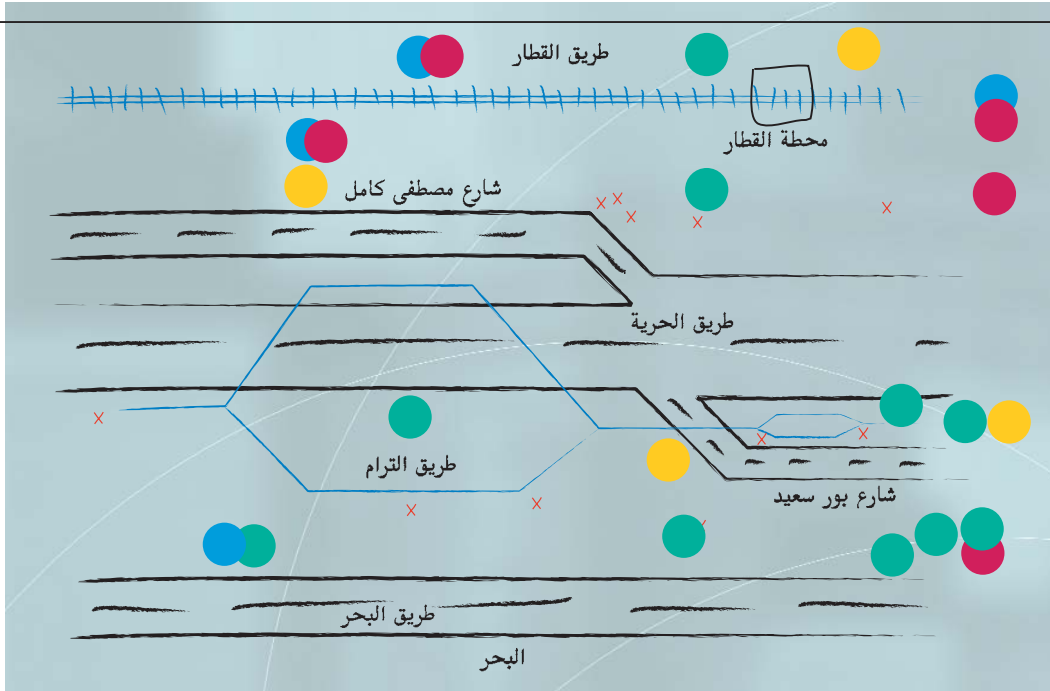
طرق رسم المعالم

الخرائط

الخرائط رسوم تعرض مختلف أجزاء البيئة من حولك. ومن الطرق التي توضح للشباب ما تعنيه بالخرائط أن تطلب إليه رسم معالم الحي أو المدينة كما يراها طائر يحلق على بُعد بالغ الارتفاع.

الغرض منها

يمكن أن تكون الخرائط أدوات بالغة الأهمية لتلخيص مقادير كبيرة من المعلومات عن المكان على رسم واحد. فمثلاً، قد توضح خريطة المخدرات العائدة إلى مجتمع محلي معين، والأماكن التي تُباع فيها المخدرات وتُشترى، وأين يتسكع الشباب، وأين توجد البرامج، وأين يعيش الناس. والخرائط البالغة التفصيل، التي تنشأ لغرض تقدير الاحتياجات، يمكن أيضاً أن تلبّي أغراض برنامجك على امتداد وقت طويل. فمثلاً، بوسعك أن توجه أنشطة برنامجك بوضع علامات على المناطق التي تنشط فيها في الوقت الراهن، وعلى المناطق التي يتسكع فيها الشباب.



الطريقة

الخطوة الأولى لرسم خريطة للمجتمع المحلي هي الحصول على خريطة أساسية للحي. والخريطة الأساسية هي خريطة تبين الشوارع والجسور والمعالم الرئيسية في مدينة أو حي. ويمكن الحصول على هذه الخرائط عادة من مكاتب البلديات أو من إحدى المكتبات المحلية. وفي حالة المدن الكبيرة يمكنك استعمال الخرائط لسياحية. وإذا لم توجد أي خرائط، فيمكنك إنشاء خريطة خاصة بك.

وعندما تتوفر الخريطة الأساسية، تستطيع مجموعة من الشباب أن يضيفوا إليها معلومات مفيدة بوضع علامات على مناطق مختلفة منها. ويمكن التمييز بين مختلف أنواع المعلومات بوضع علامات بألوان مختلفة أو بأقلام مختلفة أو باستعمال الخطوط المتقطعة الخ. ولأغراض تقدير الاحتياجات، قد تصلح تلك الخرائط كأساس لاتخاذ قرارات بشأن الأماكن التي قد توجد فيها المجموعات السكانية المستهدفة من الشبان، أو أين توجد الأماكن المثلى لتنفيذ أنشطة برنامجك، وذلك بهدف تحديد مكان مناسب لمركز برنامجك أو لأنشطته.

ومن الطرق السريعة أحياناً لإضافة معلومات على خريطة أساسية، القيام بجولة جماعية في حيّك. فقد تجول حيّك مجموعة من الشباب ومعهم خريطة أساسية له ويدونون مختلف أنواع المعلومات أثناء تجوالهم. ولن تقتصر فائدة ذلك النشاط على إتاحة إجراء مناقشة قبل وضع علامات على الخرائط إذ هو يتيح أيضاً لأفراد المجموعة أن يشاهدوا الأنشطة والأماكن على الطبيعة.

حجم المجموعة

كلما زاد عدد المشاركين في إنشاء خريطة، زاد ثراء الخريطة وزادت جاذبيتها. ومن جهة أخرى قد يتحقق نمو الخريطة مع مرور الزمن فليس ثمة ما يدعو إلى مشاركة الجميع في هذا النشاط. وإذا كانت الخريطة بالحجم المناسب ومعروضة في مكان عام، فبوسع الشباب أن يواظبوا على إضافة معلومات مع مرور الوقت.

المكان والموقع والمواد

إذا كانت الحاجة تدعو إلى الخرائط لفترة قصيرة من الوقت، فمن الممكن رسمها على الأرض أو على الرمل. وكقاعدة عامة، كلما كبر حجم الخريطة زادت فرص الجميع في الإضافة إليها. وقد يكون من المفيد عرض بعض الخرائط الكبيرة الحجم للأحياء على لوحات عرض أو على جوانب المباني، وذلك عندما تحاول إشراك المجتمع المحلي في تخطيط برنامجك وتطويره.

لعب الأدوار وأداؤها

:: الغرض منها

أداء الأدوار نشاط مفيد لأنه يتيح للشباب فرصة الحركة الحرة في أرجاء القاعة والعمل الجماعي من أجل تطوير مواضيع مبتكرة للنقاش. ولأن الأداء نوع من الادعاء، فإن الشباب كثيراً ما يستطيعون التحدث بحرية عن المسائل الوجدانية والمؤلمة. كما أن الأداء طريقة مناسبة لإطلاع الآباء وأعضاء المجتمع المحلي على ما تفعله وللاطلاع على مشاعرهم إزاء مسائل المخدرات. وأثناء تلك الأحداث، يستطيع الشباب أن يستخدموا أداء الأدوار في استهلال محادثات مع جمهور المشاهدين.

:: الطريقة

يمكن أن يكون الأداء مفيداً بعدة طرق من بينها وأنت بصدد جمع المعلومات عن مسائل المخدرات للبت فيمن ينبغي إشراكهم في البرنامج وأي نوع من البرامج ستنشئ. فمن خلال الأداء يمكنك جعل الشباب يمثلون:

- حياتهم اليومية
- دور المخدرات
- المشاكل الممكنة التي يرجح أن يصادفوها وهم بصدد إنشاء برنامج منع المخدرات العائد إليهم.

ومن الممكن الشروع في الأداء بعدة طرق مختلفة. فيمكنك البدء بنص أو حوار بسيط، أو بمستهل قصة، أو بمجرد إسناد أدوار معينة إلى أشخاص معينين. غير أن من الأنسب أن يؤدي الممثلون أدوارهم تلقائياً مما يتيح لهم بيان مختلف الطرق التي يفهمون بها المسألة أو الظروف المحددة التي تكتنف أداءهم. ومن المهم أن تفهم أن هذا النوع من الأداء يختلف اختلافاً بيناً عن الأداء المسرحي المألوف. فليس له عادة نص مكتوب ويمكن وقف الأداء وإعادة توجيهه عند أي نقطة. ومن جهة أخرى كثيراً ما يدعى أعضاء الجمهور المشاهدين إلى مشاركة الممثلين أداءهم. كما أن باستطاعتهم التعليق على الأداء وإعادة تشكيل المناظر مع مرور المسرحية بمختلف مراحلها.

:: حجم المجموعة

من الممكن الشروع في الأداء بمجموعة من أي حجم، بدءاً بممثل وحيد وحتى إنتاج ضخم. ولتتذكر أن الجمهور يمكنه أن يشارك حتى إذا لم يرد الصعود إلى خشبة المسرح. فمن الممكن أن يكون من بينهم مخرجون أو كتاب نصوص أو حوار أو مصممو أزياء... الخ. وعلاوة على ذلك فإن كل مشاهد يمكنه أن يشارك في الأداء ينبغي تشجيعه على أن يكون مخرجاً و/أو ممثلاً.

::: المكان والموقع

يجد أعضاء المجتمع المحلي متعة في مشاهدة الأداء. ولئن أمكن أن يكون موضع المثليين في مكان محدد، فربما كان أقوى أثراً أن ينتقلوا من حين إلى آخر إلى حيث يوجد المشاهدون. وتنجح مجموعات كثيرة في إيصال المعلومات إلى الجماهير بأدائها مواقف ومناظر على قارعة الطريق، كما يمكنهم الوصول إلى أشخاص لا ينتمون بالضرورة إلى منظمات الشباب، كتلاميذ المدارس مثلاً.

::: المواد والمعدات

يمكن أن يتحقق الأداء بالقليل جداً من المواد. غير أنه عندما تكون على وشك أن تقدم أداءً ما في المجتمع المحلي الذي تجمع فيه معلوماتك، قد تود تقديم أداء أكثر اتساماً بالطابع الشكلي بما يتضمنه من أزياء وتلقين. ويستطيع جميع الشباب أن يشارك في ابتكار المناظر والأزياء وفي عملية التلقين.

::: الاستفادة من المعلومات

من المهم وأنت بصدد التحضير لتقديم مسرحيات أن تتتبع مختلف المسائل التي تُثار وتسجلها كي تتمكن المجموعة من مناقشتها والتفكير بشأنها. وفي حالات معينة قد ترى استخدام تلك المعلومات في إنشاء عمليات استقصاءات أو في إجراء مقابلات لصالح سائر أعضاء المجتمع المحلي. ويطلق على هذه الطريقة أحياناً عبارة "التحليل السردى" (narrative analysis).

الرجوع إلى الوثائق

يوجد بالفعل قدر من المعلومات عن المخدرات وتعاطي المخدرات والشباب في مجتمعتك المحلي. وقد يكون من الممكن الاطلاع على تلك المعلومات في مكتبتك المحلية. كذلك ربما تكون الحكومة قد نشرت تقارير عن المخدرات وتعاطي المخدرات. وكثيراً ما يكون من الممكن لك أن تهاتف الجهة الحكومية المختصة مطالبا إياها بأن ترسل إليك هذه المعلومات بالمجان. وثمة مصدر جيد آخر للمعلومات هو برنامج الأمم المتحدة للمراقبة الدولية للمخدرات (اليونديسيب) الكائن في فيينا، النمسا، ومعظم وثائقه متاحة على الخط المباشر. فإذا كانت لديك إمكانية الوصول إلى الانترنت (أي حاسوب ومعه خط هاتفي)، فسيكون من السهل عليك الحصول على تلك المعلومات؛ وعنوانها وارد في فرع "الموارد" المدرج في نهاية هذا الدليل. ولتتذكر أخيراً أن هناك عدداً كبيراً من الناس من أمثالك الذين تواجههم مشاكل تتعلق بالمخدرات. ويورد فرع "الموارد" المذكور معلومات مختصرة عن كثير من برامج الشباب الهادفة إلى منع تعاطي المخدرات، وقد تريد أن تتصل ببرامج لديها أهداف وأنشطة مماثلة للأهداف والأنشطة التي أنت بصدد التخطيط لها.

المشاركة



المشاركة



المشاركة



هذا الدليل مؤلف جار إعداده وليس المقصود به أن يكون آخر كلمة في موضوع منع تعاطي المخدرات. فأنساق تعاطي المخدرات واتجاهاته تمر بمرحلة تغير سريع. ويواصل اليوندسيب العمل مع النشء والشباب على تحديد طرق فعالة لمنع تعاطي المخدرات. ومما قد يساعدنا أن تزودنا بتعليقاتك على هذا الدليل أو بمعلومات عن برامج تعتبرها ناجحة أو أن تطلعنا على خبراتك وتجاربك وعلى ما تكون قد حققته من نجاحات أو منيت به من إخفاقات. ويمكنك إبلاغنا ما تريد بملء استمارة الدروس المستفادة' الملحقة بمرفق هذا الدليل. ويمكنك أيضا أن ترسل مواد ومعلومات وأن توجه أسئلة على العنوان التالي:

Youthnet, C/O UNDCP Demand Reduction Section, P.O.Box 500, A-1400 Vienna, Austria
Fax: (+43-1) 26060 5866, E-mail: gautam.babbar@undcp.org/stefano.berterame@undcp.org



جاء هذا الدليل نتيجة على الأخص لعملية تشاركية أسهم فيها ما يربو على ٣٣ برنامجاً من برامج منع تعاطي الشباب للمخدرات، التي تنفذ في أنحاء شتى من العالم. ومعظم المعلومات المقدمة في هذا الدليل مستمد من تجارب واقعية مر بها شباب ويفعون يشاركون في تلك البرامج. ونحن نقدم همومهم وأفكارهم وابداعهم في هذا المنشور الذي نأمل في أن يساعد في تطوير و/أو تحسين برامج منع المخدرات التي تستهدف الشباب.

دليل

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营处均有发售。 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.