

Πρόλογος

Το Ίδρυμα Ανδρέα Παπανδρέου ασχολήθηκε από τη σύστασή του με το θέμα των ναρκωτικών.

Μια ομάδα νέων εξέδωσε το 2005 το πόρισμα της έρευνας «Νέοι και Ναρκωτικά: Η Προοπτική της Μερικής Αποποινικοποίησης στην Ελλάδα». Από το 2004 το Ίδρυμα συνεργάζεται με το Transnational Institute στο Άμστερνταμ σε μια κοινή πρωτοβουλία, διοργανώνοντας κάθε χρόνο έναν άτυπο διεθνή διάλογο για την πολιτική περί ναρκωτικών. Είναι μια πρωτοβουλία στην οποία συναντώνται ανώτατα στελέχη υπουργείων που ασχολούνται με τη χάραξη πολιτικής για τα ναρκωτικά, επιστήμονες / ερευνητές που παρακολουθούν τόσο τις εξελίξεις στην παραγωγή, διακίνηση και εμπορία των ναρκωτικών, όσο και τις εξελίξεις στον τομέα της θεραπείας, υποστήριξης και επανένταξης των εξαρτημένων από ναρκωτικά ατόμων, καθώς και εξειδικευμένα στο θέμα μέλη Μη Κυβερνητικών Οργανώσεων. Στις διεθνείς αυτές συναντήσεις αναζητούνται αποτελεσματικότεροι τρόποι αντιμετώπισης του θέματος και ανταλλάσσονται εμπειρίες και απόψεις σχετικά με την εισαγωγή καινοτόμων πρωτοβουλιών. Στο πλαίσιο αυτής της πρωτοβουλίας εκδίδεται το παρόν φυλλάδιο *Έφηβοι και Ναρκωτικά. Πρώτα η Ασφάλεια... Μια Ρεαλιστική Προσέγγιση*.

Με ιδιαίτερη ικανοποίηση χαιρετίζω την έκδοση αυτή. Στη χώρα μας, στην Ευρώπη, όπως και στις άλλες περιοχές του κόσμου, ο αλκοολισμός, το κάπνισμα και η χρήση απαγορευμένων ναρκωτικών ουσιών αποτελούν μια πραγματικότητα με σοβαρές συνέπειες για την υγεία των πολιτών και την κοινωνική συνοχή. Είναι ευθύνη όλων μας, των νέων, των γονέων, των εκπαιδευτικών και των πολιτικών να προστατεύσουμε τη νεολαία από τις βλαβερές συνέπειες της χρήσης. Τα φανταχτερά συνθήματα «για μια κοινωνία χωρίς ναρκωτικά» αποδεικνύονται ανεπαρκή. Χρειάζεται σωστή πληροφόρηση, τεκμηριωμένη γνώση και ειλικρινής συμπαράσταση και υποστήριξη των νέων για να μπορούν οι ίδιοι να κάνουν σωστές επιλογές και συνειδητά να απο-

Πρώτα η Ασφάλεια... Μια ρεαλιστική προσέγγιση

φεύγουν καταστάσεις που βλάπτουν την υγεία τους, δημιουργούν προβλήματα στην επαγγελματική τους σταδιοδρομία και αποτελούν εμπόδιο στην ανάπτυξή τους ως υπεύθυνων πολιτών της κοινωνίας.

Η συγγραφέας αυτού του πονήματος μας προσφέρει την εμπειρία της ως μητέρα και ως επιστήμονας. Συνιστώ στους νέους, στους γονείς και τους εκπαιδευτικούς να κάνουν χρήση του φυλλαδίου και να αναπτύξουν ένα δημιουργικό διάλογο για την πρόληψη και την αποφυγή επικίνδυνων πειραματισμών με εξαρτησιογόνες ουσίες.

Νίκος Α. Παπανδρέου
Γραμματέας Δ.Σ. Ιδρύματος
Ανδρέα Παπανδρέου



Προλογικό σημείωμα

Είναι γνωστές οι δυσκολίες στην επικοινωνία των γονέων και των διδασκάλων με τους εφήβους για θέματα που σχετίζονται με τον εφηβικό πειραματισμό. Τα ναρκωτικά είναι ένα από τα θέματα με τα οποία οι νέοι βρίσκονται αντιμέτωποι και για τα οποία καλούνται να πάρουν θέση. Πρόκειται για μια δύσκολη υπόθεση, γιατί εκτός της προσωπικής επιλογής που θα πρέπει να κάνουν, αντιμετωπίζουν τις παρεμβάσεις των γονέων και του κοινωνικού τους περίγυρου. Το φυλλάδιο *Εφηβοι και Ναρκωτικά. Πρώτα η Ασφάλεια... Μια Ρεαλιστική Προσέγγιση* της Δρς Ροζενμπάουμ αποτελεί ένα χρήσιμο βοήθημα για νέους, γονείς, εκπαιδευτικούς και γενικά για όσους ασχολούνται με τη διαπαιδαγώγηση των νέων στην προσπάθειά τους να πληροφορήσουν, να συμβουλευθούν και να κάνουν έναν ανοιχτό και ειλικρινή διάλογο για το θέμα.

Παρά το γεγονός ότι το φυλλάδιο βασίζεται σε δεδομένα που αφορούν τον τρόπο ζωής στις Ηνωμένες Πολιτείες της Αμερικής, οι πληροφορίες και παρατηρήσεις που περιέχει για το θέμα της πρόληψης ισχύουν και για την ελληνική πραγματικότητα. Οι Ηνωμένες Πολιτείες έχουν μακρόχρονη εμπειρία στο θέμα της αντιμετώπισης των ναρκωτικών. Οι απόψεις που έχουν κατά διαστήματα υιοθετηθεί από την Πολιτεία, την επιστημονική κοινότητα και τους εργαζόμενους σε προγράμματα θεραπείας και επανένταξης χαρακτηρίζονται από έντονες αντιθέσεις και διαφωνίες.

Η Δρ Ροζενμπάουμ επικρίνει τις πολυδάπανες και αναποτελεσματικές εκστρατείες των προγραμμάτων πρόληψης που χρηματοδότησε η Ομοσπονδιακή Κυβέρνηση των ΗΠΑ κατά την περίοδο 1987-1998. Στόχος της είναι να καταδείξει ότι είναι προτιμότερη μια ισορροπημένη προσέγγιση, ελεύθερη από στοιχεία εκφοβισμού και παραπληροφόρησης. Οι παραπομπές της σε μελέτες ερευνητών/επιστημόνων αξίζουν την προσοχή του αναγνώστη και κεντρίζουν το ενδιαφέρον του να σταθμίσει μόνος του τα πράγματα και να καταλήξει σε

Πρώτα η Ασφάλεια... Μια ρεαλιστική προσέγγιση

δική του προσωπική κρίση. Οι λέξεις «αξιοπιστία», «ειλικρίνεια» και «εμπιστοσύνη» είναι κεντρικές έννοιες στην επιχειρηματολογία της.

Τα προγράμματα πρόληψης που λαμβάνουν υπόψη αυτές τις κεντρικές έννοιες έχουν μεγαλύτερες πιθανότητες επιτυχίας.

Ελπίζουμε οι πληροφορίες, οι κριτικές παρατηρήσεις, οι προτροπές προς γονείς και εκπαιδευτικούς, οι νύξεις για ανάπτυξη πρωτοβουλιών και δράσης που περιέχει το φυλλάδιο να δώσουν κίνητρα για ανοιχτό και υπεύθυνο διάλογο και στην Ελλάδα.

Θανάσης Αποστόλου
Συντονιστής Διαλόγου Πολιτικής για τα Ναρκωτικά,
Πρώην Βουλευτής του Ολλανδικού Κοινοβουλίου



Εισαγωγή

Όπως πολλοί γονείς, όταν τα παιδιά μου ξεκίνησαν τις σπουδές τους στο λύκειο, επιθυμούσα «το θέμα των ναρκωτικών» να εξαφανιστεί ως διά μαγείας και τα παιδιά μου απλά να μην έρθουν σε επαφή με αυτά. Όμως ως ερευνήτρια, επί σειρά ετών, στο Εθνικό Ινστιτούτο για την Κατάχρηση Ναρκωτικών και ως ρεαλίστρια μητέρα, γνώριζα ότι αυτή μου η επιθυμία αναγόταν στη σφαίρα της φαντασίας.

Οι σημερινοί έφηβοι, ήδη από την εποχή του δημοτικού σχολείου, έχουν γνωρίσει την πλέον εντατική και πολυδάπανη αντιναρκωτική εκστρατεία στην ιστορία. Μέσω σχολικών προγραμμάτων, όπως το «Πρόγραμμα Εκπαίδευση Αντίστασης στη Χρήση Ναρκωτικών», και μέσω τηλεοπτικών αντιναρκωτικών εκστρατειών (θυμάστε την εκστρατεία με τη διαφήμιση «Να πώς καταντάει το μυαλό σου με τα ναρκωτικά»*), οι ιθύνοντες παρότρυναν επανειλημμένα τους νέους να «πουν απλά όχι» και συμβούλευσαν τους γονείς, κυριολεκτικά τους βομβάρδισαν, με τοιχοκολλημένες διαφημίσεις, με μηνύματα στις εφημερίδες και τα ηλεκτρονικά μέσα ενημέρωσης, προτρέποντάς τους να γίνουν αυτοί οι «αντιναρκωτικοί», να μιλήσουν στα παιδιά τους που διέρχονταν την εφηβεία και να καθορίσουν

* «This is your brain on drugs»: Η διαφήμιση αυτή αποτέλεσε μέρος της ευρείας κλίμακας αντιναρκωτικής εκστρατείας που ξεκίνησε στις ΗΠΑ το 1987 από την οργάνωση «Για μια Αμερική Ελεύθερη από Ναρκωτικά» και χρηματοδοτήθηκε από την Ομοσπονδιακή Κυβέρνηση. Στην εν λόγω εκστρατεία χρησιμοποιήθηκαν όλα τα μέσα μαζικής επικοινωνίας, και στο πλαίσιο αυτό προβλήθηκε και το φιλμ που έδειχνε έναν άντρα να κρατά στο χέρι του ένα αβγό και να λέει «Αυτό είναι το μυαλό σου», στη συνέχεια να παίρνει το τηγάνι όπου θα τηγάνιζε το αβγό και να λέει «Αυτό είναι τα ναρκωτικά» και μετά, σπάζοντας και τηγανίζοντας το αβγό, να λέει «Να πώς καταντάει το μυαλό σου με τα ναρκωτικά». Τέλος, κοιτούσε το φακό και έλεγε: «Υπάρχει ερώτηση;»

Μια παραλλαγή του φιλμ παρουσιάστηκε το 1998 από την ηθοποιό Ρέιτσελ Λι Κουκ, η οποία μετά τη φράση «Αυτό είναι το μυαλό σου», δείχνει το τηγάνι λέγοντας «Αυτό είναι ηρωίνη». Στη συνέχεια, ακουμπά το αβγό στον πάγκο της κουζίνας, το σπάει με το τηγάνι και λέει: «Να πώς γίνεται το μυαλό σου μετά τη χρήση ηρωίνης». Κατόπιν ξαναδείχνει το τηγάνι, με τα υπολείμματα του αβγού να στάζουν, και λέει: «Κι έτσι καταντά το σώμα σου». Και συνεχίζει: «Δεν τελειώσαμε ακόμη», και αφού με το τηγάνι κάνει γυαλιά καρφιά τα πάντα στην κουζίνα, προσθέτει: «Κι αυτά τραβάει η οικογένειά σας, αυτά τραβούν οι φίλοι σας». Στο τέλος, αφού πετάει το τηγάνι στον πάγκο της κατεστραμμένης κουζίνας, λέει: «Καμιά ερώτηση;» (Σ.τ.Μ.)

Πρώτα η Ασφάλεια... Μια ρεαλιστική προσέγγιση

σαφείς περιορισμούς και συνέπειες για την αθέτηση των κανόνων.

Και όμως, παρά τις δαπάνες της Ομοσπονδιακής Κυβέρνησης για τα προγράμματα πρόληψης, που στο σύνολό τους ξεπέρασαν τα δύο δισεκατομμύρια δολάρια το χρόνο¹, παρά τα σχολικά προγράμματα κατά των ναρκωτικών, τα οποία ενέπλεξαν ουσιαστικά σχεδόν όλους τους μαθητές, και τέλος παρά την εκστρατεία των μέσων, που επίσης κόστισε αρκετά εκατομμύρια, πολλοί έφηβοι, συμπεριλαμβανομένων των προέδρων των μαθητικών συλλόγων και των αρχηγών των αθλητικών ομίλων, απέρριψαν το σύνθημα «Πες Απλά Όχι» και έκαναν χρήση αλκοόλ και/ή άλλων εξαρτησιογόνων ουσιών ενώ φοιτούσαν στη μέση εκπαίδευση.

Η χρήση ναρκωτικών στη νεανική ηλικία είναι ως επί το πλείστον πειραματική ή περιπτωσιακή και η μεγάλη πλειονότητα των νέων ευτυχώς περνάει την εφηβεία χωρίς σωματικές ή ψυχικές βλάβες. Ανυσχώς όμως γι' αυτούς που ο πειραματισμός τους ξεφεύγει από τα όρια, γι' αυτούς που υποκύπτουν σε πρότυπα κατάχρησης αλκοόλ και/ή άλλων ναρκωτικών και βάζουν τους εαυτούς τους και άλλους σε δρόμους που βλάπτουν την υγεία και την ποιότητα της ζωής τους.

Για να εξηγούμαι από την αρχή, ως μητέρα, δε δικαιολογώ, δεν ενθαρρύνω και δεν αγνώω τη χρήση ναρκωτικών από εφήβους, πιστεύω δε ότι η αποχή είναι η ασφαλέστερη επιλογή. Τα πιο βαθιά μου αισθήματα τα εκφράζω στο γράμμα που έγραψα στο γιο μου όταν ξεκίνησε το λύκειο και το οποίο δημοσιεύτηκε στην εφημερίδα *San Francisco Chronicle* στις 7 Σεπτεμβρίου 1998².

Ναρκωτικό, με την ευρεία έννοια, είναι κάθε ουσία –νόμιμη ή παράνομη– που αλλιάζει τον τρόπο με τον οποίο ένα άτομο σκέφτεται, αισθάνεται και αντιλαμβάνεται τον κόσμο.

Αγαπητέ Τζόνι,

Αυτό το φθινόπωρο θα πας στο λύκειο και, όπως οι περισσότεροι Αμερικανοί έφηβοι, θα πρέπει να καθορίσεις την πορεία σου ως προς τα ναρκωτικά.

Όπως οι περισσότεροι γονείς, θα προτιμούσα να μην κάνεις χρήση ναρκωτικών. Ωστόσο, συνειδητοποιώ ότι, παρά την επιθυμία μου, μπορεί να πειραματιστείς.

Δε θα χρησιμοποιήσω τακτικές εκφοβισμού για να σε αποτρέψω. Αντίθετα, έχοντας ασχοληθεί τα τελευταία είκοσι πέντε χρόνια με την έρευνα γύρω από τη χρήση ναρκωτικών, την κατάχρηση και την πολιτική για τα ναρκωτικά, **θα σου πω μερικά πράγματα για το τι έμαθα, ελπίζοντας ότι αυτό θα σε οδηγήσει να κάνεις σωστές επιλογές.** Η μόνη μου έγνοια είναι η υγεία και η ασφάλειά σου.

Όταν οι άνθρωποι μιλούν για τα «ναρκωτικά», συνήθως αναφέρονται σε παράνομες ουσίες, όπως η μαριχουάνα, η κοκαΐνη, η μεθαμφεταμίνη (*speed*), οι παραισθησιογόνες ουσίες (*LSD*, έκσταση, «μανιτάρια») και η ηρωίνη. Αυτά δεν είναι τα μόνα ναρκωτικά που σου δημιουργούν αίσθημα ευφορίας. Το αλκοόλ, τα τσιγάρα και πολλές άλλες ουσίες (όπως η κόλλα) προκαλούν κάποιας μορφής διέγερση. Το γεγονός ότι κάποια ναρκωτικά είναι παράνομα και άλλα όχι δε σημαίνει ότι κάποια σε βλάπτουν και άλλα όχι. Όλα τα ναρκωτικά μεταβάλλουν πρόσκαιρα τον τρόπο με τον οποίο αντιλαμβάνεσαι τα πράγματα και τον τρόπο με τον οποίο σκέφτεσαι.

Μερικοί θα σου πουν ότι με τα ναρκωτικά αισθάνεσαι καλά και για το λόγο αυτό τα χρησιμοποιούν. Όμως τα ναρκωτικά δεν είναι πάντοτε ευχάριστα. Η κοκαΐνη και η μεθαμφεταμίνη επιταχύνουν τους παλμούς της καρδιάς, το *LSD* σου δημιουργεί αίσθημα αποπροσανατολισμού, η δηλητηρίαση με αλκοόλ (μέθη) εξασθενεί την ικανότητα οδήγησης, το τσιγάρο οδηγεί στην εξάρτηση και μερικές φορές προκαλεί καρκίνο του πνεύμονα, ενώ ενίοτε κάποιοι πεθαίνουν ξαφνικά από τη χρήση ηρωίνης. Η μαριχουάνα συνήθως δεν οδηγεί σε φυσική εξάρτηση και υπερβολικές δόσεις, αλλά μεταβάλλει τον τρόπο που σκέφτεσαι, τη συμπεριφορά και τις αντιδράσεις σου.

Προσπάθησα να σου περιγράψω με συντομία τα ναρκωτικά με τα οποία μπορεί να έρθεις αντιμέτωπος. **Προτιμώ να μην προσπαθήσω να σε τρομάξω με παραποιημένες πληροφορίες, γιατί θέλω να έχεις εμπιστοσύνη σε αυτά που σου λέω.** Δε θα σου πω ψέματα για τις συνέπειές τους, είναι αλήθεια ότι ένα άτομο της ηλικίας σου έχει πολλούς λόγους για να μην κάνει χρήση ναρκωτικών και αλκοόλ. Πρώτα

Πρώτα η Ασφάλεια... Μια ρεαλιστική προσέγγιση

πρώτα, η ευφορία που σου προκαλεί η μαριχουάνα ή οποιοδήποτε άλλο ναρκωτικό συχνά παρεμβαίνει στην κανονική σου ζωή. Είναι δύσκολο να συγκρατείς πληροφορίες όταν είσαι υπό την επήρειά της, οπότε, κάνοντας χρήση μαριχουάνας, ειδικά καθημερινά, μειώνεται η ικανότητά σου για μάθηση.

Δεύτερον, αν θεωρείς ότι πρέπει να δοκιμάσεις μαριχουάνα, σε παρακαλώ περίμενε μέχρι να μεγαλώσεις. Οι ενήλικοι που έχουν πρόβλημα με τα ναρκωτικά συνήθως έχουν αρχίσει τη χρήση από πολύ μικρή ηλικία.

Τέλος, ο πατέρας σου κι εγώ δε θέλουμε να μπλέξεις σε φασαρίες. Η χρήση αλκοόλ και ναρκωτικών είναι παράνομη για σένα, και οι συνέπειες, αν συλληφθείς, τεράστιες. Εδώ στις Ηνωμένες Πολιτείες της Αμερικής, ο αριθμός των συλλήψεων για κατοχή μαριχουάνας έχει υπερδιπλασιαστεί τα τελευταία έξι χρόνια. Οι ενήλικοι παίρνουν στα σοβαρά τη «μυδενική ανοχή». Αν σε πιάσουν, μπορεί να σε θέσουν υπό κράτηση, να σε αποβάλουν απ' το σχολείο, να αποκλείσουν από τα αθλητικά παιχνίδια, να χάσεις την άδεια οδήγησης, να αρνηθούν να σου δώσουν δάνειο για το κολέγιο και/ή να σε απορρίψουν από το κολέγιο.

Παρά τη συμβουλή μου να απέχεις, μπορεί μια μέρα να επιλέξεις να πειραματιστείς. Θα σου ξαναπώ ότι δεν είναι καλή αυτή η ιδέα, αλλά αν το κάνεις, θα σε προτρέψω να μάθεις όσο το δυνατόν περισσότερα και να χρησιμοποιήσεις την κοινή λογική. Υπάρχουν πολλά καλά βιβλία και πηγές, συμπεριλαμβανομένου και του διαδικτύου, που θα σου δώσουν αξιόπιστες πληροφορίες για τα ναρκωτικά. **Φυσικά, μπορείς πάντα να μιλήσεις μαζί μου. Αν δεν ξέρεις τις απαντήσεις στα ερωτήματά σου, θα προσπαθήσω να σε βοηθήσω να τις βρεις.**

Αν σου προσφερθούν ναρκωτικά, πρόσεξε. Δες πώς συμπεριφέρονται οι άνθρωποι, αλλά έχε υπόψη σου ότι το κάθε άτομο αντιδρά διαφορετικά ακόμα και στην ίδια ουσία. Εάν αποφασίσεις να πειραματιστείς, σιγουρέψου ότι περιβάλλεσαι από άτομα στα οποία μπορείς να υπολογίζεις. Κανόνισε το θέμα της μεταφοράς σου και σε καμία περίπτωση μην οδηγήσεις ή μπεις σε αυτοκίνητο με κάποιον που έχει πει αλκοόλ ή έχει πάρει άλλα ναρκωτικά. Πάρε τηλεφώνω εμάς ή κάποιον από τους στενούς σου φίλους οποιαδήποτε στιγμή, μέρα ή νύχτα, και θα έρθουμε να σε πάρουμε, χωρίς να σε υποβάλουμε σε ερωτήσεις ή να μιλήσουμε για συνέπειες.

Και, Τζόνι, θα σε παρακαλούσα να είσαι συγκρατημένος. Είναι αδύνατο να ξέρεις τι περιέχουν τα παράνομα ναρκωτικά εφόσον δεν είναι ελεγμένα.

Τα περισσότερα μοιραία περιστατικά με υπερβολικές δόσεις οφείλονται στο γεγονός ότι τα παιδιά νεαρής ηλικίας δε γνωρίζουν πόσο δυνατά είναι τα ναρκωτικά που παίρνουν ή ότι τα συνδυάζουν με άλλα ναρκωτικά. Σε παρακαλώ μη συμμετέχεις σε διαγωνισμούς ποτού, που έχουν σκοτώσει πάρα πολλά νεαρά άτομα. Αν και η χρήση μαριχουάνας δεν είναι μοιραία, η πολλή χρήση μπορεί να σου δημιουργήσει αισθήματα αποπροσανατολισμού και μερικές φορές να σε οδηγήσει σε παράνοια. Και φυσικά το κάπνισμα μπορεί να βλάψει τους πνεύμονές σου, στο μέλλον ή και τώρα.

Γζόνι, όπως πάντοτε σου λέγαμε ο πατέρας σου κι εγώ για μια σειρά πραγμάτων (συμπεριλαμβανομένου και του σεξ), αναλογίσου τις συνέπειες των πράξεών σου πριν κάνεις κάτι. Το ίδιο ισχύει και για τα ναρκωτικά. Έχε το νου σου και, προπάντων, να είσαι προσεκτικός.

Με αγάπη, η μητέρα σου

San Fran

... I'm entering high school and, like most Ameri
 ... you'll have to navigate drugs.
 ... I would prefer that you not use drugs. However,
 ... that despite my wishes, you might experiment.
 I will not use scare tactics to deter you. Instead, having
 the past 25 years researching drug use, abuse and policy, I will te
 ... about what I have learned hoping this will lead you to ma
 ... My only concern is your health and safety.

When people talk about "drugs," they are generally referring
 illegal substances such as marijuana, cocaine, methamphetamine
 (speed), psychedelic drugs (LSD, Ecstasy, "Shrooms") and heroin. The
 are not the only drugs that make you high. Alcohol, cigarettes and m
 other substances (like glue) cause intoxication of some sort. The fact
 that one drug or another is illegal does not mean one is better or wor
 for you. All of them temporarily change the way you perceive things an
 the way you think.

Some people will tell you that drugs feel good, and that's why
 they use them. But drugs are not always fun. Cocaine and methampheta
 mine speed up your heart; LSD can make you feel disoriented
 intoxication impairs driving; cigarette smok
 sometimes lung cancer
 heroin...

Πρώτα η Ασφάλεια... Μια ρεαλιστική προσέγγιση

Αμέσως μετά τη δημοσίευση της επιστολής «Αγαπυτέ Τζόνι», έλαβα μια σειρά από τηλεφωνήματα, e-mail και γράμματα από **γονείς, δασκάλους και άλλους ενδιαφερόμενους** ενπλίκους, **που ήθελαν να μάθουν περισσότερα** γύρω από τους λόγους για τους οποίους τόσο πολλοί έφηβοι δε δέχονται τις προειδοποιήσεις μας για αποχή.

Τι θα μπορούσαν, αν μπορεί να γίνει κάτι, να κάνουν γι' αυτό; **Πώς θα μπορούσαν να εκπαιδευτούν, έτσι ώστε να είναι σε θέση να συμβουλευσουν αποτελεσματικότερα τους εφήβους;** Υπάρχει κάτι που θα μπορούσε να εγγυηθεί για την ασφάλεια των εφήβων, αν επέμεναν στον πειραματισμό με το αλκοόλ και/ή τα ναρκωτικά;

Για να διερευνήσω αυτές τις ερωτήσεις, συμβουλευτήκα ειδικούς, συμπεριλαμβανομένων άλλων γονέων, δασκάλων, ερευνητών, αλλά και των ίδιων των εφήβων. Εξέτασα τα σχολικά εκπαιδευτικά προγράμματα, την ιστορία τους, το πρόγραμμα μαθημάτων και τις υπάρχουσες αξιολογήσεις. Το αποτέλεσμα ήταν η πρώτη έκδοση (1999) του φυλλαδίου *Πρώτα η Ασφάλεια: Έφηβοι, Ναρκωτικά και Εκπαίδευση για τα Ναρκωτικά, μια Ρεαλιστική Προσέγγιση*, το οποίο αναθεωρήθηκε και συμπληρώθηκε το 2002 και το 2004.

Πρέπει να άγγιξα κάποιο ευαίσθητο σημείο.

Από το 1999, περισσότερα από 225.000 αντίτυπα του *Πρώτα η Ασφάλεια* ζητήθηκαν και διανεμήθηκαν σε άτομα και εκπαιδευτικά ιδρύματα, φορείς υγείας, κυβερνητικούς φορείς και υπηρεσίες και στις πενήντα πολιτείες των ΗΠΑ, στο Πουέρτο Ρίκο, στην Περιφέρεια της Κολούμπια και σε τριάντα πέντε χώρες ανά τον κόσμο. Το φυλλάδιο μεταφράστηκε στα ισπανικά, τα κινεζικά, τα ρωσικά, τα ουκρανικά, τα ρουμανικά, τα τσεχικά, τα εβραϊκά και τα πορτογαλικά, η δε επιστολή «Αγαπυτέ Τζόνι» δημοσιεύτηκε σε έντεκα γλώσσες.

Έδωσα αμέτρπτες διαλέξεις, έγραφα άρθρα σε εφημερίδες, μίλησα με εκατοντάδες γονείς, εκπαιδευτικούς και μαθητές και εμφανίστηκα σε πολυάριθμες ραδιοφωνικές και τηλεοπτικές εκπομπές. Μάλιστα δύο φορές επέζησα από την αναμέτρπσή μου με τον Μπιλ Ο' Ρέιλι*.

* Ο Μπιλ Ο' Ρέιλι (Bill O'Reilly), παρουσιαστής ραδιοφωνικών και τηλεοπτικών προγραμμάτων, είναι διάσημος για τον κριτικό, επιθετικό και εκλαϊκευμένο χαρακτήρα των συνεντεύξεών του. (Σ.τ.Μ.)

Αυτό το νέο φυλλάδιο είναι ο καρπός της εμπειρίας που αποκόμισα τα τελευταία οχτώ χρόνια, αποτελεί πηγή από την οποία μπορούν να αντλήσουν γνώσεις τόσο οι γονείς όσο και άλλοι ενήλικοι που νοιάζονται για την υγεία και την ασφάλεια των εφήβων και είναι πρόθυμοι να ψάξουν πέρα από τα καθιερωμένα, αναζητώντας ρεαλιστικές στρατηγικές.



Συνεχώς βομβαρδιζόμαστε με μηνύματα που μας ενθαρρύνουν να πίνουμε και να χρησιμοποιούμε σαν φάρμακα μια ποικιλία ουσιών.

Πρώτα η Ασφάλεια... Μια ρεαλιστική προσέγγιση

Για να Κατανοήσουμε τη Χρήση Ναρκωτικών κατά την Εφηβεία

Το 2006 η διαρκής έρευνα «Εποπτεύοντας το Μέλλον» ανακοίνωσε ότι πάνω από το 48% των μαθητών των ανώτερων τάξεων της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης έχει δοκιμάσει σε κάποια στιγμή της ζωής του παράνομα ναρκωτικά. Το 37% χρησιμοποίησε ναρκωτικά κατά τη διάρκεια του έτους και το 22% ομολόγησε ότι είχε κάνει χρήση ναρκωτικών τον τελευταίο εκείνο μήνα. Οι αριθμοί είναι ακόμα μεγαλύτεροι για το αλκοόλ: το 73% έχει δοκιμάσει αλκοόλ (ένα χωρίς αμφιβολία σκληρό ναρκωτικό), το 66% κατανάλωσε αλκοόλ μέσα στο χρόνο και το 45% (στατιστικά διπλάσιος αριθμός σε σχέση με τη μαριχουάνα) από τους ερωτηθέντες πίνει αλκοόλ «μία ή και περισσότερες φορές το μήνα»³. Η «Έρευνα για τη Νεανική Επικίνδυνη Συμπεριφορά» των Κέντρων Ελέγχου και Πρόληψης Ασθενειών του 2005 αναφέρει πως το 26% των μαθητών της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης παραδέχεται ότι ήπια «περισσότερες από μερικές γουλιές» αλκοόλ πριν από την ηλικία των δεκατριών ετών⁴.

Για να κατανοήσουμε τη χρήση ναρκωτικών στην εφηβική ηλικία, επιβάλλεται να αναγνωρίσουμε το πλαίσιο μέσα στο οποίο μεγαλώνουν οι σημερινοί νέοι. Αλκοόλ, νικοτίνη, καφεΐνη, μη συνταγογραφούμενα και συνταγογραφούμενα φάρμακα βρίσκει κανείς παντού. Κι όμως, προτρέπουμε τους νέους μας να είναι «ελεύθεροι από τα ναρκωτικά». Οι Αμερικανοί βομβαρδιζόμαστε συνεχώς με μηνύματα που μας ενθαρρύνουν να πίνουμε και να χρησιμοποιούμε σαν φάρμακα μια ποικιλία ουσιών. Χρησιμοποιούμε το αλκοόλ για να γιορτάσουμε («Ας πιούμε σ' αυτό!»), για να διασκεδάσουμε («Δε βλέπω την ώρα να πιω μια κρύα μπίρα!»), ακόμα και για να νιώσουμε καλύτερα («Χρειάζομαι πραγματικά ένα ποτό!»). Χρησιμοποιούμε την καφεΐνη για να ενισχύσουμε την ενεργητικότητά μας, χρησιμοποιούμε συνταγογραφούμενα και μη φάρμακα για να αλλάξουμε τη διάθεσή μας, να βγούμε από την κατάθλιψη, να μας βοηθήσουν στη δουλειά, στη μελέτη και στον ύπνο μας.

Τα ναρκωτικά αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι του αμερικανικού τρόπου ζωής. Πράγματι, η «Επιθεώρηση του Αμερικανικού Ιατρικού Συλλόγου» ανακοίνωσε ότι οχτώ στους δέκα ενήλικους στις

Ηνωμένες Πολιτείες παίρνουν τουλάχιστον ένα φάρμακο την εβδομάδα, ενώ οι μισοί χρησιμοποιούν φάρμακα με συνταγή γιατρού⁵. Ένας στους δύο ενήλικους στις ΗΠΑ καταναλώνει τακτικά αλκοόλ και περισσότεροι από ενενήντα εφτά εκατομμύρια Αμερικανοί, ηλικίας άνω των δώδεκα ετών, έχουν δοκιμάσει κάποια στιγμή στη ζωή τους μαριχουάνα – μια πραγματικότητα γνωστή στα παιδιά τους⁶.

Οι σημερινοί έφηβοι είναι μάρτυρες από πρώτο χέρι της αυξημένης, ενίοτε καταναγκαστικής, χρήσης του φαρμάκου Ritalin από τους συνομήλικούς τους (και με δύσκολη συμπεριφορά) μαθητές⁷. Διεγερτικά όπως το Adderal, ένα προϊόν αμφεταμίνης, έχουν γίνει τα ναρκωτικά επιλογής σε πολλούς χώρους κολεγίων, όπου τα «φαρμακευτικά πάρτι» είναι αποδεκτά ως κάτι συνηθισμένο. Σε ώρες μεγάλης θεαματικότητας παρακολουθούμε διαφημίσεις για φάρμακα που θεραπεύουν παθήσεις όπως η «Γενικευμένη Αγχωτική Διαταραχή» και οι έφηβοι βλέπουν να αυξάνεται ο αριθμός των γονέων που χρησιμοποιούν αντικαταθλιπτικά για την αντιμετώπιση των προβλημάτων της ζωής.

Ενώ η ευθύνη για τη χρήση ναρκωτικών από εφήβους συχνά επιρρίπτεται στην «πίεση της παρέας», το 2005 μια έρευνα για την «Κατάσταση της Νεολαίας του Έθνους μας» διαπίστωσε ότι, σε αντίθεση με την ευρέως αποδεκτή άποψη, οι περισσότεροι έφηβοι δεν πιέζονται για να κάνουν χρήση ναρκωτικών. Αντίθετα, η χρήση ναρκωτικών από εφήβους μοιάζει να αντικατοπτρίζει τις σύγχρονες αμερικανικές τάσεις χρήσης φαρμάκων και ναρκωτικών⁸. Ορισμένοι ψυχολόγοι υποστηρίζουν ότι, με δεδομένη τη φύση του πολιτισμού μας, ο εφηβικός πειραματισμός με νόμιμες και παράνομες ψυχοδραστικές ουσίες δε θα πρέπει να θεωρείται μη φυσιολογική ή αποκλίνουσα συμπεριφορά⁹.



Πρώτα η Ασφάλεια... Μια ρεαλιστική προσέγγιση

Προβλήματα με τις Ισχύουσες Στρατηγικές Πρόληψης

Για περισσότερο από έναν αιώνα οι Αμερικανοί προσπαθούσαν να αποτρέψουν τη χρήση ναρκωτικών από εφήβους – από το δέκατο ένατο αιώνα με το κίνημα εγκράτειας στο αλκοόλ μέχρι το σύνθημα της Νάνσι Ρέιγκαν «Πες Απλά Όχι». Μια ποικιλία μεθόδων, από τακτικές εκφοβισμού μέχρι τεχνικές αντίστασης, πολιτικές μηδενικής ανοχής και δειγματοληπτικούς ελέγχους (για να μην αναφέρουμε τις 770.000 συλλήψεις που πραγματοποιήθηκαν το 2005 μόνο για παραβάσεις που αφορούσαν τη χρήση μαριχουάνας), χρησιμοποιήθηκαν για να πείσουν, να καλοπιιάσουν και να επιβάλουν στους νέους την αποχή.

Η αποτελεσματικότητα όμως αυτών των συμβατικών προσεγγίσεων διακυβεύτηκε από:

- την απροθυμία να γίνει διάκριση μεταξύ της χρήσης και της κατάχρησης ναρκωτικών, διακηρύσσοντας ότι «κάθε χρήση είναι κατάχρηση»·
- τη χρήση της παραπληροφόρησης ως τακτικής εκφοβισμού·
- την αποτυχία να προσφερθεί εκτενής πληροφόρηση που θα βοηθούσε τους χρήστες να μειώσουν τις βλαβερές συνέπειες που μπορεί να προκύψουν από τη χρήση ναρκωτικών.

ΔΙΑΚΡΙΣΗ ΜΕΤΑΞΥ ΧΡΗΣΗΣ ΚΑΙ ΚΑΤΑΧΡΗΣΗΣ

Στην προσπάθεια να σταματήσει ο εφηβικός πειραματισμός προωθούνται μηνύματα που τονίζουν ότι δεν υπάρχει διαφορά μεταξύ χρήσης και κατάχρησης. Μερικοί χρησιμοποιούν τους όρους εναλλάξ και άλλοι δίνουν ιδιαίτερη έμφαση σε έναν παρατραβηγμένο ορισμό, που κατηγοριοποιεί κάθε χρήση παράνομων ναρκωτικών ως κατάχρηση.

Αυτά τα υποκριτικά μηνύματα συχνά απορρίπτονται από τους εφήβους, που βλέπουν ότι **οι ενήλικοι συνήθως κάνουν τη διάκριση μεταξύ χρήσης και κατάχρησης**. Οι νέοι μαθαίνουν με τη σειρά τους ταχύτατα αυτή τη διαφορά, καθώς παρακολουθούν τους γονείς τους και άλλους ενήλικους να χρησιμοποιούν αλκοόλ χωρίς να κάνουν κα-

τάχρηση. Γνωρίζουν ότι υπάρχει μεγάλη διαφορά ανάμεσα σε ένα ποτήρι κρασί με το δείπνο και ένα ποτήρι κρασί με το πρωινό. Πολλοί επίσης γνωρίζουν ότι οι γονείς τους έχουν δοκιμάσει κάποιο παράνομο ναρκωτικό (πιθανώς μαριχουάνα) σε κάποια στιγμή της ζωής τους, χωρίς να έχουν κάνει κατάχρηση ή να εξακολουθούν να το χρησιμοποιούν.

Λίγα πράγματα μπορούν να τρομάξουν περισσότερο τους γονείς από έναν έφηβο που έχει χάσει τον έλεγχο της χρήσης αλκοόλ και/ή άλλων ναρκωτικών. Και όμως, σχεδόν όλες οι μελέτες έχουν διαπιστώσει ότι η μεγάλη πλειονότητα των φοιτητών που χρησιμοποιούν νόμιμα και/ή παράνομα ναρκωτικά δεν κάνουν κατάχρηση ναρκωτικών¹⁰.

Φυσικά, κάθε χρήση ουσίας εμπεριέχει κινδύνους. Πρέπει όμως να μιλάμε για το αλκοόλ και τα άλλα ναρκωτικά με τρόπο προσεγμένο και να διακρίνουμε μεταξύ *χρήσης* και *κατάχρησης*. Αν δεν το κάνουμε, χάνουμε την αξιοπιστία μας. Επιπλέον, αναγνωρίζοντας τη διάκριση, μπορούμε αποτελεσματικότερα να εντοπίσουμε τα προβλήματα εάν και όταν παρουσιαστούν.

ΤΑΚΤΙΚΕΣ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΠΑΡΑΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗ: ΤΟ ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ ΤΗΣ ΜΑΡΙΧΟΥΑΝΑΣ

Η επικρατούσα αντίληψη πολλών εκπαιδευτικών, υπεύθυνων για τη διαμόρφωση της πολιτικής περί ναρκωτικών, και γονέων είναι ότι, αν οι νέοι πιστέψουν ότι η χρήση ναρκωτικών είναι επικίνδυνη, τότε θα προτιμήσουν την αποχή¹¹. Σε αυτή την προσπάθεια, η μαριχουάνα (η πλέον δημοφιλής παράνομη ουσία ανάμεσα στους νέους των Ηνωμένων Πολιτειών) έχει συστηματικά χαρακτηριστεί με λανθασμένο τρόπο στα προγράμματα πρόληψης, σε βιβλία, διαφημίσεις και ιστοσελίδες, συμπεριλαμβανομένων και αυτών που διαχειρίζεται η Ομοσπονδιακή Κυβέρνηση. Επανελημμένα έχουν δημοσιευτεί υπερβολικοί ισχυρισμοί για τους κινδύνους που ενέχει η χρήση της μαριχουάνας και, παρότι τα παλαιά μηνύματα περί τρέλας που προκαλείται από το τσιγαριλίκι έχουν αντικατασταθεί από επιστημονικά τεκμηριωμένους ισχυρισμούς, η πλέον σοβαρή από αυτές

Πρώτα η Ασφάλεια... Μια ρεαλιστική προσέγγιση

τις κατηγορίες καταρρέει όταν αξιολογηθεί με ορθολογικά κριτήρια.

Στις ενημερωτικές συγκεντρώσεις που διοργάνωσα, οι γονείς δεν έπαιναν να θέτουν ερωτήματα για διάφορους ισχυρισμούς που είχαν ακούσει σχετικά με τη μαριχουάνα:

- Αληθεύει ότι η μαριχουάνα είναι σημαντικά ισχυρότερη και επικίνδυνη σήμερα απ' ό,τι στο παρελθόν;
- Η σημερινή μαριχουάνα είναι πράγματι πιο εθιστική απ' ό,τι παλαιότερα;
- Η μαριχουάνα προκαλεί όντως στους χρήστες την ανάγκη να αναζητήσουν «σκληρότερα» ναρκωτικά;
- Είναι αλήθεια ότι το κάπνισμα μαριχουάνας προκαλεί καρκίνο των πνευμόνων;

Προκειμένου να διαχωρίσουν το μύθο από την πραγματικότητα, η (εκλιπούσα) καθηγήτρια Λιν Ζίμερ του Κούνις Κόλετζ του Πανεπιστημίου της Πόλης της Νέας Υόρκης και ο Δρ Τζον Π. Μόργκαν της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου της Πόλης της Νέας Υόρκης στο βιβλίο τους *Μύθοι και Πραγματικότητα για τη Μαριχουάνα: Μια Επισκόπηση της Επιστημονικής Τεκμηρίωσης (Marijuana Myths, Marijuana Facts: A Review of the Scientific Evidence)* εξέτασαν με προσοχή τη δημοσιευμένη και κριτικά αξιολογημένη επιστημονική τεκμηρίωση σχετικά με τους πλέον δημοφιλείς ισχυρισμούς για τη μαριχουάνα. Αλλά και ο καθηγητής Μιτς Ερλιγουάιν του Πολιτειακού Πανεπιστημίου της Νέας Υόρκης στο Όλμπανι αντιμετώπισε με κριτική διάθεση τη σχετική έρευνα στο βιβλίο του *Κατανοώντας τη Μαριχουάνα: Μια Νέα Ματιά στην Επιστημονική Τεκμηρίωση (Understanding Marijuana: a New Look at the Scientific Evidence)*. Και στα δύο βιβλία διατυπώνεται το συμπέρασμα ότι οι ισχυρισμοί για την επικινδυνότητα της μαριχουάνας είναι υπερβολικοί, και μάλιστα σε μερικές περιπτώσεις επινοημένοι¹².

Οι διαπιστώσεις τους δεν προκαλούν έκπληξη, καθώς σε ανάλογα συμπεράσματα έχουν καταλήξει πολυάριθμες επίσημες επιτροπές, μεταξύ των οποίων η Επιτροπή La Guardia το 1944, η Εθνική Επιτροπή για τη Μαριχουάνα και την Κατάχρηση Ναρκωτικών το 1972, η Εθνική Ακαδημία Επιστημών το 1982 και το Ομοσπονδιακό Ινστιτούτο Ιατρικής το 1999.

Χρησιμοποιώντας αυτές τις πηγές, καθώς και πολλές άλλες, να πώς απάντησα, έστω και με συντομία, στις ερωτήσεις των γονέων:

ΔΡΑΣΤΙΚΟΤΗΤΑ

Πολλοί άνθρωποι πιστεύουν ότι η μαριχουάνα που διατίθεται σήμερα είναι σημαντικά ισχυρότερη από αυτή των περασμένων δεκαετιών. Αυτό ισχυρίζεται ο συντονιστής της πολιτικής για τα ναρκωτικά, αυτό ισχυρίζονται οι καλλιεργητές που πλασάρουν το προϊόν τους στην αγορά, αυτό ισχυρίζονται και οι έφηβοι που προσπαθούν να ξεχωρίσουν τους εαυτούς τους από τη γενιά των γονέων τους¹³.

Καθώς η τεχνογνωσία γύρω από την καλλιέργεια μαριχουάνας προήχθη και τελειοποιήθηκε, αυξήθηκε παράλληλα και ο μέσος όρος της ψυχοδραστικής ισχύος του φυτού, μιας ουσίας γνωστής και ως Δέλτα-9 τετραϋδροκανναβινόλη (THC). Ως αποτέλεσμα, το ομοσπονδιακά χρηματοδοτούμενο «Πρόγραμμα για τη Δραστικότητα της Μαριχουάνας» του Πανεπιστημίου του Μισισίπι υπολογίζει ότι από το 1998 ο μέσος όρος των επιπέδων της THC έχει ανέλθει από περίπου 3,7% σε πάνω από 8%. Ωστόσο, το Εθνικό Κέντρο Πληροφοριών για τα Ναρκωτικά αναφέρει ότι «το μεγαλύτερο μέρος της μαριχουάνας που διατίθεται στην εγχώρια αγορά είναι μικρότερης δραστικότητας, κατώτερης ποιότητας μαριχουάνα»¹⁴, ενώ η Υπηρεσία Δίωξης Ναρκωτικών διαβεβαιώνει ότι από τις χιλιάδες κιλά μαριχουάνας που κατάσχονται ετησίως, σε λιγότερο από το 2% των δειγμάτων τα επίπεδα της THC είναι υπερβολικά υψηλά (πάνω από 20%)¹⁵.

Με λίγα λόγια, προκύπτει ότι η μαριχουάνα είναι σήμερα, κατά μέσο όρο, ισχυρότερη απ' ό,τι στο παρελθόν, αν και ο κανόνας είναι ότι ανέκαθεν υπήρχαν διαφοροποιήσεις. Αυτό σημαίνει ότι η μαριχουάνα που διατίθεται στις μέρες μας είναι ένα ποιοτικά διαφορετικό ναρκωτικό από αυτό που κάπνιζαν οι σημερινοί σαραντάρηδες και πενντάρηδες όταν ήταν έφηβοι; Στην πραγματικότητα, όχι. **Ουσιαστικά, η μαριχουάνα προέρχεται από το ίδιο φυτό όπως και τότε, με κάποια αύξηση του βαθμού δραστικότητας, που μπορεί να συγκριθεί με τη διαφορά μεταξύ μπίρας (6% αλκοόλ) και κρασιού (10-14% αλκοόλ) ή μεταξύ ενός φλιτζανιού τσάι και ενός φλιτζανιού εσπρέσο.**

Πρώτα η Ασφάλεια... Μια ρεαλιστική προσέγγιση

Επιπλέον, ακόμα και με τη μεγαλύτερη δραστικότητα, καμία έρευνα δεν επιβεβαιώνει ότι τα αυξημένα επίπεδα της THC συνδέονται με μεγαλύτερη βλάβη για το χρήστη ή με κίνδυνο για μοιραία υπερβολική δόση¹⁶. Μάλιστα, ανάμεσα σε αυτούς που περιγράφουν τις συνέπειες του πειραματισμού τους με ασυνήθιστα δυνατή μαριχουάνα, πολλοί παραπονιούνται για δυσφορία, με αποτέλεσμα να την αποφεύγουν τελείως. Άλλοι προσαρμόζουν τη χρήση ανάλογα, καταναλώνοντας πολύ μικρές ποσότητες για να επιτύχουν την επιθυμητή επίδραση¹⁷.

ΕΞΑΡΤΗΣΗ

Παρόλο που η μαριχουάνα δεν προκαλεί τη σοβαρή φυσική εξάρτηση που σχετίζεται με ναρκωτικά όπως το αλκοόλ και η ηρωίνη, μια μειονότητα χρηστών παρουσιάζει ψυχολογικές δυσκολίες να μετριάσει τη χρήση ή να σταματήσει. Η μεγάλη πλειονότητα αυτών που συναντούν δυσκολίες με τη μαριχουάνα έχουν προϋπάρχοντα ψυχολογικά προβλήματα, τα οποία ενδέχεται να επιδεινωθούν με την κάνναβη¹⁸. Σύμφωνα με την Εθνική Ακαδημία Επιστημών, το 9% των χρηστών μαριχουάνας παρουσιάζει συμπτώματα εξάρτησης, όπως αυτή ορίζεται από τα κριτήρια του Διαγνωστικού και Στατιστικού Εγχειριδίου της Αμερικανικής Ψυχιατρικής Εταιρείας (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders – Fourth Edition [DSM-IV])¹⁹.

Αυτοί που υποστηρίζουν ότι η μαριχουάνα είναι εξαρτησιογόνος ουσία συχνά αναφέρονται στον αυξανόμενο αριθμό των ατόμων που υποβάλλονται σε θεραπεία για την κάνναβη. Η αλήθεια όμως είναι ότι, ενώ μερικοί από αυτούς τους ανθρώπους βρίσκονται στο στάδιο της αποκατάστασης γιατί οι ίδιοι (ή οι οικογένειές τους) πιστεύουν ότι η χρήση μαριχουάνας επηρέαζε αρνητικά τη ζωή τους, πολλοί άλλοι συλλαμβάνονται για κατοχή και παραπέμπονται σε προγράμματα θεραπείας από το δικαστήριο ως προϋπόθεση για την περίοδο που θα βρίσκονται υπό επιτήρηση.

Κατά την περασμένη δεκαετία, οι *εθελοντικές* εισαγωγές σε τέτοια προγράμματα ουσιαστικά μειώθηκαν, ενώ οι παραπομπές της ποινικής δικαιοσύνης για θεραπεία από τα ναρκωτικά αυξήθηκαν

δραματικά. Σύμφωνα με την ισχύουσα σήμερα κατάσταση και τις εθνικές στατιστικές, περίπου το 60 με 70% των ατόμων που υποβάλλονται σε θεραπεία για τη μαριχουάνα έχουν «νομίμως εξαναγκαστεί» να παρακολουθήσουν το πρόγραμμα²⁰.

Η ΘΕΩΡΙΑ ΤΗΣ ΠΥΛΗΣ ΕΙΣΟΔΟΥ

Η θεωρία της «πύλης εισόδου» υποδεικνύει ότι η χρήση μαριχουάνας οδηγεί αναπόφευκτα στη χρήση σκληρότερων ναρκωτικών, όπως η κοκαΐνη και η ηρωίνη²¹. Ωστόσο, πληθυσμιακά δεδομένα, τα οποία συνέλεξαν η Εθνική Έρευνα για τη Χρήση Ναρκωτικών και την Υγεία και άλλοι φορείς, δείχνουν ότι η μεγάλη πλειονότητα των χρηστών μαριχουάνας δεν αναζητά πιο επικίνδυνα ναρκωτικά²². Η θεωρία της πύλης εισόδου αντικρούστηκε επίσης από το Ινστιτούτο Ιατρικής και από μια μελέτη που δημοσιεύτηκε στο έγκυρο έντυπο «Αμερικανική Επιθεώρηση Δημόσιας Υγείας»²³.

Η συντριπτική πλειονότητα των χρηστών μαριχουάνας δεν έχει ποτέ δοκιμάσει κάποια άλλη παράνομη ουσία²⁴. Επιπλέον, οι πληθυσμιακές ομάδες που παραδέχονται ότι έκαναν χρήση μαριχουάνας στην πρώιμη εφηβεία αναφέρουν χαρακτηριστικά ότι σταμάτησαν εθελοντικά τη χρήση κάνναβης όταν έφτασαν στην ηλικία των τριάντα ετών²⁵. Κατά συνέπεια, για τους περισσότερους χρήστες, η μαριχουάνα είναι ο «τεματικός σταθμός» μάλλον παρά η «πύλη εισόδου».

Οι σημερινές έρευνες αποκαλύπτουν επίσης ότι οι περισσότεροι έφηβοι που δοκιμάζουν μαριχουάνα δεν καταλήγουν σε εξάρτηση, ούτε καν τη χρησιμοποιούν σε τακτική βάση²⁶.

ΚΑΡΚΙΝΟΣ ΤΩΝ ΠΝΕΥΜΟΝΩΝ

Αν και η εισπνοή κάνναβης μπορεί να ερεθίσει το πνευμονικό σύστημα, η έρευνα δεν έχει ακόμα αποδείξει ότι το κάπνισμα μαριχουάνας, ακόμα και μακροπρόθεσμα, προκαλεί ασθένειες των πνευμόνων, της ανώτερης αναπνευστικής και πεπτικής οδού ή του στόματος²⁷.

Πρόσφατα, στην πλέον εκτενή για το είδος της έρευνα, ο ερευνητής του Εθνικού Ινστιτούτου για την Κατάχρηση Ναρκωτικών

Πρώτα η Ασφάλεια... Μια ρεαλιστική προσέγγιση

Δρ Ντόναλντ Τάσκιν και οι συνάδελφοί του στο Πανεπιστήμιο της Καλιφόρνια στο Λος Άντζελες συνέκριναν 1.212 ασθενείς με καρκίνο στον εγκέφαλο, τους πνεύμονες και το λαιμό με 1.040 δημογραφικά ομοιότυπα άτομα χωρίς καρκίνο και ανέφεραν ότι «Αντίθετα από τις προσδοκίες μας, δε βρήκαμε θετική σχέση μεταξύ της χρήσης μαριχουάνας και του καρκίνου των πνευμόνων (ή της ανώτερης αναπνευστικής και πεπτικής οδού)... ακόμα και μεταξύ ατόμων που ανέφεραν ότι έχουν καπνίσει περισσότερα από 22.000 τσιγαριλίκια στη ζωή τους»²⁸.

Κανένα ναρκωτικό, συμπεριλαμβανομένης και της μαριχουάνας, δεν είναι τελείως ασφαλές.

Όμως, **η σταθερά εσφαλμένη κρίση για τη μαριχουάνα ίσως αποτελέσει την αχίλλειο πτέρνα των σύγχρονων προληπτικών προσεγγίσεων**, καθώς τα προγράμματα και τα μηνύματα πολύ συχνά περιέχουν υπερβολές και παραπληροφόρηση, που διαφεύδονται από την εμπειρία και την παρατηρητικότητα των νέων ανθρώπων. Το αποτέλεσμα είναι ότι οι έφηβοι γίνονται κυνικοί και χάνουν την εμπιστοσύνη τους σε αυτά που εμείς, ως γονείς και δάσκαλοι, τους λέμε. **Πρέπει να τους πούμε την αλήθεια**, γιατί αν δεν το κάνουμε, οι έφηβοι θα μας θεωρήσουν αναξιόπιστες πηγές πληροφόρησης. Αν και γνω-

ρίζουν ότι ενδιαφερόμαστε από καρδιάς για το συμφέρον τους, γνωρίζουν επίσης ότι θα τους πούμε οτιδήποτε –είτε αληθείς είτε όχι– προκειμένου να τους πείσουμε να επιλέξουν την αποχή.



Πες Απλά Όχι

ή Μην Λες Τίποτα Απολύτως

Τα περισσότερα εκπαιδευτικά προγράμματα στοχεύουν αποκλειστικά στην πρόληψη της χρήσης ναρκωτικών. Μετά τις προτροπές για αποχή, το μάθημα τελειώνει. Δεν υπάρχει ενημέρωση για το πώς να αποφύγει κανείς τα προβλήματα ή να προληφθεί η κατάχρηση από αυτούς που πειραματίζονται. Η αποχή θεωρείται το μόνο μέτρο της επιτυχίας και η μόνη αποδεκτή επιλογή για διδασκαλία.

Αν και η προτροπή «μόνο αποχή» έχει καλές προθέσεις, αυτή η προσέγγιση είναι σαφώς ανεπαρκής. Είναι εξωπραγματικό να πιστεύει κανείς ότι οι εφηβοι, ακριβώς την περίοδο της ζωής τους που είναι πιο επιρρεπείς στον κίνδυνο και που συναρπάζονται ανακαλύπτοντας τα όρια του επιτρεπτού, θα αποφύγουν πλήρως να δοκιμάσουν αλκοόλ και/ή άλλα ναρκωτικά²⁹. Η προτροπή «μόνο αποχή» βάζει τους ενήλικους στη δίολου αξιοζήλευτη θέση να μην έχουν να πουν τίποτα στους νέους εκείνους, με τους οποίους χρειάζεται περισσότερο να έρθουμε σε επαφή, που επιμένουν να λένε «μπορεί», «μερικές φορές» ή ακόμα και «ναι» στα ναρκωτικά³⁰.

Οι εφηβοι θα κάνουν τις δικές τους επιλογές σχετικά με το αλκοόλ και τα άλλα ναρκωτικά, ακριβώς όπως κι εμείς κάναμε τις δικές μας. Όπως τα δικά μας λάθη, έτσι και τα δικά τους μερικές φορές είναι ανόητα. Για να συμβάλουμε στην πρόληψη της κατάχρησης ναρκωτικών και των προβλημάτων των εφήβων που πειραματίζονται με τα ναρκωτικά, χρειάζεται να προσφύγουμε σε μια στρατηγική η οποία να εμπερικλείει μια ολοκληρωμένη διαπαιδαγώγηση, μια στρατηγική που να έχει ως προτεραιότητα την ασφάλεια.

Η προτροπή «μόνο αποχή» βάζει τους ενήλικους στη δίολου αξιοζήλευτη θέση να μην έχουν να πουν τίποτα στους νέους εκείνους με τους οποίους χρειάζεται περισσότερο να έρθουμε σε επαφή.



Πρώτα η Ασφάλεια... Μια ρεαλιστική προσέγγιση

Πρώτα η Ασφάλεια: Μια Ρεαλιστική Προσέγγιση

Διάφορες έρευνες αποδεικνύουν ότι, παρά τις προειδοποιήσεις και τις νουθεσίες για αποχή, ένας μεγάλος αριθμός εφήβων θα πειραματιστεί περιστασιακά με εξαρτησιογόνες ουσίες, και μερικοί θα κάνουν τακτικά χρήση αλκοόλ και/ή άλλων ναρκωτικών. Αυτό δε σημαίνει ότι είναι «κακά παιδιά» ή ότι εμείς οι γονείς αδιαφορούμε. Η πραγματικότητα είναι ότι η χρήση ναρκωτικών αποτελεί κομμάτι της εφηβικής κουλτούρας στην Αμερική του σήμερα. Κατά πάσα πιθανότητα, οι νέοι μας θα βγουν από αυτή τη φάση χωρίς να υποστούν βλαβερές συνέπειες.

Η πρωταρχική προτεραιότητά μας πρέπει να είναι να κρατήσουμε τους εφήβους ασφαλείς. Για να τους προστατεύσουμε, χρειάζεται μια ρεαλιστική προσέγγιση που θα τους καθιστά ικανούς να παίρνουν υπεύθυνες αποφάσεις με:

- την παροχή ειλικρινούς πληροφόρησης, βασισμένης σε επιστημονικά δεδομένα·
- την παρότρυνση να δείξουν αυτοσυγκράτηση εάν συνεχίζουν το νεανικό πειραματισμό·
- την προώθηση της συνειδητοποίησης και κατανόησης των νομικών και κοινωνικών συνεπειών της χρήσης ναρκωτικών και
- την προτεραιότητα που πρέπει να δώσουν στην ασφάλεια μέσω της προσωπικής ευθύνης και γνώσης.

ΕΙΛΙΚΡΙΝΗΣ ΔΙΑΠΑΙΔΑΓΩΓΗΣΗ, ΒΑΣΙΣΜΕΝΗ ΣΤΗΝ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΓΝΩΣΗ

Οι νέοι άνθρωποι είναι σε θέση να σκεφτούν λογικά. Παρόλο που οι ικανότητές τους να λαμβάνουν αποφάσεις θα βελτιώνονται καθώς ωριμάζουν, οι έφηβοι μαθαίνουν να συμπεριφέρονται υπεύθυνα και δε θέλουν να καταστρέψουν τη ζωή ή την υγεία τους³¹. Μάλιστα, στα εργαστήρια που διοργανώνουμε, οι μαθητές ζητούν επίμονα να μάθουν τα «πραγματικά» γεγονότα για τα ναρκωτικά, έτσι ώστε να μπορούν να παίρνουν υπεύθυνες αποφάσεις – και οι περισσότεροι από αυτούς

το κάνουν. Σύμφωνα με την Εθνική Έρευνα για τη Χρήση Ναρκωτικών και την Υγεία του 2005, παρά τον ευρέως διαδεδομένο πειραματισμό, το 90% των νέων ηλικίας δώδεκα με δεκαεφτά ετών επιλέγει να απέχει από την τακτική χρήση³².

Η αποτελεσματική διαπαιδαγώγηση για τα ναρκωτικά πρέπει να βασίζεται στην έγκυρη επιστημονική γνώση και στην αναγνώριση της ικανότητας των εφήβων να κατανοούν, να αναλύουν και να αξιολογούν. Το θέμα των ναρκωτικών μπορεί να ενταχτεί σε διάφορα σχολικά μαθήματα και προγράμματα, συμπεριλαμβανομένων της φυσιολογίας και της βιολογίας (πώς τα ναρκωτικά επηρεάζουν το σώμα), της ψυχολογίας (πώς τα ναρκωτικά επηρεάζουν το μυαλό), της χημείας (τι περιέχουν τα ναρκωτικά), των κοινωνικών επιστημών (ποιος κάνει χρήση ποιων ναρκωτικών και γιατί) και της ιστορίας και της αγωγής του πολίτη (πώς έχουν αντιμετωπιστεί τα ναρκωτικά από τις διάφορες κυβερνήσεις).

Ευτυχώς, **οι σημερινοί εκπαιδευτικοί έχουν μια νέα πηγή γνώσης και θα πρέπει να λάβουν υπόψη τους την καινοτόμο προσέγγιση που επεξεργάστηκε ο Ρόννι Σκάγκερ**, ομότιμος καθηγητής της Σχολής Εκπαίδευσης και Πληροφόρησης του Πανεπιστημίου της Καλιφόρνια στο Λος Άντζελες και πρόεδρος της Ομάδας Κρούσης για μια Αποτελεσματική Διαπαιδαγώγηση για τα Ναρκωτικά. Το φυλλάδιό του, το οποίο εκδόθηκε το 2005 με τίτλο *Πέρα από τη Μηδενική Ανοχή: Μια Ρεαλιστική Προσέγγιση της Εκπαίδευσης για τα Ναρκωτικά και της Παρεχόμενης Βοήθειας στους Μαθητές Beyond (Zero Tolerance: A Reality-Based Approach to Drug Education and Student Assistance*, διαθέσιμο στην ιστοσελίδα www.safety1st.org), καθοδηγεί τους εκπαιδευτικούς των δευτεροβάθμιων σχολείων βήμα προς βήμα σε ένα ρεαλιστικό και επωφελές πρόγραμμα εκπαίδευσης για τα ναρκωτικά και σχολικής αγωγής.

Ο Δρ Σκάγκερ υποστηρίζει ότι, μέσω της οικογενειακής εμπειρίας και της επαφής με συνομηλίκους και τα μέσα ενημέρωσης, οι έφηβοι πολλές φορές γνωρίζουν περισσότερα για το αλκοόλ και τα άλλα ναρκωτικά απ' ό,τι υποθέτουμε. Γι' αυτό οι μαθητές θα πρέπει να εμπλέκονται στην ανάπτυξη των προγραμμάτων εκπαίδευσης για τα ναρκωτικά, ενώ οι σχολικές τάξεις θα πρέπει να επωφελούνται από την αλληλεπίδραση και τη συμμετοχή των μαθητών και όχι να επανα-

Πρώτα η Ασφάλεια... Μια ρεαλιστική προσέγγιση

λαμβάνουν νουθεσίες. Εάν η εκπαίδευση για τα ναρκωτικά φιλοδοξεί να είναι αξιόπιστη, τότε θα πρέπει στα επίσημα προγράμματα σπουδών να ενσωματωθούν τα σχόλια και οι εμπειρίες των ίδιων των νέων³³.

Οι έφηβοι απαιτούν μια ειλικρινή και αναλυτική ενημέρωση για τα ναρκωτικά, κάτι που γίνεται ιδιαίτερα εμφανές όταν φεύγουν από το σπίτι για να φοιτήσουν στο κολέγιο. Σύμφωνα με τον καθηγητή Κρεγκ Ρέιναρμαν του Πανεπιστημίου της Καλιφόρνια στη Σάντα Κρουζ:

Οι φοιτητές δίνουν την εντύπωση πως διψούν για μια πληροφόρηση γύρω από τα νόμιμα και τα παράνομα ναρκωτικά που δε θα τους βομβαρδίζει με ηθικοπλαστική προπαγάνδα. Για περισσότερα από είκοσι χρόνια, δίδασκα μια σειρά μαθημάτων με τίτλο «Ναρκωτικά και Κοινωνία» και κάθε χρόνο έπρεπε να απομακρύνω δεκάδες μαθητές, γιατί το τμήμα συμπληρωνόταν εξαιρετικά γρήγορα.

Ξεκινώ πάντα ρωτώντας τους «Πόσοι από σας έλαβαν εκπαίδευση για τα ναρκωτικά στο λύκειο;» και σχεδόν όλοι σηκώνουν το χέρι. Στη συνέχεια, ρωτώ «Πόσοι από σας έχουν την αίσθηση ότι ανταποκρινόταν στην αλήθεια και ήταν πολύτιμη;». Από τους εκατόν είκοσι φοιτητές, ίσως οι τρεις να σηκώσουν το χέρι³⁴.

Η ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΗΣ ΑΥΤΟΣΥΓΚΡΑΤΗΣΗΣ



Η μεγάλη πλειονότητα των εφήβων που κάνουν χρήση ναρκωτικών (με εξαίρεση τη νικοτίνη) δεν οδηγείται σε εθισμό, εξάρτηση ή κατάχρηση³⁵.

Οι έφηβοι που κάνουν χρήση αλκοόλ, μαριχουάνας και/ή άλλων ναρκωτικών πρέπει να καταλάβουν ότι υπάρχει μεγάλη διαφορά ανάμεσα στη χρήση και την κατά-

χρηση, ανάμεσα στην περιστασιακή και την καθημερινή χρήση.

Πρέπει να μάθουν να αναγνωρίζουν την ανεύθινη συμπεριφορά

όταν πρόκειται για το μέρος, την ώρα, την ποσότητα της δόσης και τη συχνότητα της χρήσης. Αν κάποιος νέος εξακολουθήσουν, παρά τις παραινέσεις μας, να κάνουν χρήση αλκοόλ και/ή άλλων ναρκωτικών, πρέπει να ελέγχουν την κατάσταση με αυτοσυγκράτηση και περιορισμό της χρήσης. Είναι αδύνατο να σημειώσει κανείς ακαδημαϊκή πρόοδο και να ανταποκριθεί στις εργασιακές ευθύνες του αν έχει κάποιου είδους εξάρτησιν. Είναι λάθος να χρησιμοποιεί κανείς αλκοόλ και/ή άλλα ναρκωτικά στο σχολείο, στην εργασία, κατά τη συμμετοχή του σε αθλήματα και ενώ οδηγεί ή ασχολείται με σοβαρές δραστηριότητες.

ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΩΝ ΣΥΝΕΠΕΙΩΝ

Οι νέοι άνθρωποι πρέπει να κατανοήσουν τις συνέπειες της παράβασης των σχολικών κανόνων και των τοπικών και πολιτειακών νόμων για τη χρήση, κατοχή και πώληση αλκοολούχων ποτών και άλλων ναρκωτικών – είτε συμφωνούν με αυτούς τους κανόνες είτε όχι.

Με την εντατικοποίηση των μεθόδων εντοπισμού, όπως οι σχολικοί έλεγχοι για ναρκωτικά και οι πολιτικές μηδενικής ανοχής, η παρανομία αποτελεί κίνδυνο που εκτείνεται πέρα από τις φυσικές συνέπειες της χρήσης ναρκωτικών. Υφίστανται πραγματικές, μακροχρόνιες συνέπειες για τη χρήση και τη σύλληψη για ναρκωτικά, όπως η αποβολή από το σχολείο, το ποινικό μητρώο και το κοινωνικό στίγμα. Ο νόμος για την Ανώτερη Εκπαίδευση – που αμφισβητείται από πολλές οργανώσεις, όπως η οργάνωση Φοιτητές για μια Συνετή Πολιτική για τα Ναρκωτικά (www.ssdpr.org) – είχε ως αποτέλεσμα την άρνηση δανείων για σπουδές στο κολέγιο σε διακόσιες χιλιάδες Αμερικανούς φοιτητές που είχαν καταδικαστεί για παραβάσεις σχετικά με τα ναρκωτικά. Ο νόμος αυτός αποσύρθηκε το 2006, αλλά οι κυρώσεις ισχύουν ακόμα για φοιτητές που είχαν καταδικαστεί ενόσω ήταν εγγεγραμμένοι σε σχολείο³⁶.

Ευτυχώς, οι πολιτικές μηδενικής ανοχής – οι οποίες συνέβαλαν στην εγκατάλειψη του σχολείου από το 30% των μαθητών στις ΗΠΑ – τίθενται σοβαρά υπό αμφισβήτηση. Το 2006 η Αμερικανική Ψυχολογική Εταιρεία συμπέρανε ότι τέτοιες πολιτικές αποβαίνουν σε βάρος

Πρώτα η Ασφάλεια... Μια ρεαλιστική προσέγγιση

αυτών που τις επινοούν, κάνοντας τους μαθητές να αισθάνονται λιγότερο ασφαλείς και υπονομεύοντας τις ακαδημαϊκές επιδόσεις³⁷. Τελευταία έχει αυξηθεί η υποστήριξη σε «πρακτικές επανόρθωσης», που επιχειρούν να φέρουν τους μαθητές πιο κοντά στις κοινότητες και τα σχολεία τους αντί να θέτουν υπό προσωρινή κράτηση και να αποβάλλουν αυτούς που προκαλούν ενοχλήσεις και απουσιάζουν από τα μαθήματα³⁸.

Οι νέοι πρέπει να γνωρίζουν ότι, αν τους πιάσουν έχοντας στην κατοχή τους ναρκωτικά, θα βρεθούν αντιμέτωποι με τα δικαστήρια ανηλίκων και την ποινική δικαιοσύνη.

Πάνω από μισό εκατομμύριο Αμερικανοί, **σχεδόν το ένα τέταρτο του συνόλου των συλληφθέντων, βρίσκονται σήμερα στις φυλακές για παραβάσεις του νόμου περί ναρκωτικών**. Μόλις οι έφηβοι συμπληρώσουν το δέκατο όγδοο έτος της ηλικίας τους, διώκονται ως ενήλικοι και κινδυνεύουν να εκτίσουν μακροχρόνιες υποχρεωτικές ποινές, ακόμα και για κάτι που οι ίδιοι θεωρούν μικρή παράβαση. Στην Πολιτεία του Ιλινόις, για παράδειγμα, συνελήφθη κάποιος έχοντας στην κατοχή του δεκαπέντε δισκία έκσταση (ναι, δεκαπέντε – δεν είναι τυπογραφικό σφάλμα) και θα εκτίσει γι' αυτό τέσσερα χρόνια φυλάκισης στις πολιτειακές φυλακές.

*...οι πολιτικές μηδενικής ανοχής
–οι οποίες συνέβαλαν στην εγκατάλειψη του σχολείου
από το 30% των μαθητών στις ΗΠΑ–
τίθενται σοβαρά υπό αμφισβήτηση.*



Ο καθηγητής Μις Ερλιγουάιν μιλάει σκωπικά
για τις νομικές επιπτώσεις της χρήσης μαριουάνας.

Γιατί οι έφηβοι δεν πρέπει να καπνίζουν μαριουάνα;

Γιατί απαγορεύεται από το νόμο.

Οι πιο δραματικές επιπτώσεις από τη χρήση μαριουάνας είναι νομικές.

Πιάστηκε το παιδί σας έχοντας κάποιο ακίνδυνο τσιγαριλάκι μετά από
έναν αθώο πειραματισμό;

Οι ποινές των ομοσπονδιακών νόμων για την κατοχή οποιασδήποτε πο-
σότητας μαριουάνας περιλαμβάνουν φυλάκιση ενός χρόνου και πρό-
στιμο 1.000 δολαρίων.

Είχε το παιδί σας δύο διαφορετικά είδη μαριουάνας σε δύο διαφο-
ρετικές σακουλίτσες;

Μπορεί να ισχυριστεί ότι φύλαγε την καλή ποιότητα ξεχωριστά από την
«κακή». Όμως οι υπεύθυνοι για την επιβολή του νόμου μπορεί να θεω-
ρήσουν τις δύο σακουλίτσες ως «πρόθεση να κάνει κάποιος διανομή».

Οι ποινές στην περίπτωση αυτή αυξάνονται δραματικά.

Ξεχάστε λοιπόν τη χαρά της χρονιάς αποφοίτησης.

Μετέφερε το παιδί σας την τσάντα ενός φίλου που τον «αντάμειψε»
γι' αυτό;

Αυτή η πράξη αποτελεί «πώληση ελεγχόμενης (απαγορευμένης) ουσίας».

Η ποινή μπορεί να είναι πέντε χρόνια φυλάκιση και 250.000 δολάρια
πρόστιμο.

Έτσι, ξεχάστε και το ποσό που είχατε στην άκρη για το πανεπιστήμιο...

Η σύλληψη έγινε στο σπίτι σας;

Οι νόμοι περί κατάσχεσης ενδέχεται να επιτρέψουν στις διωκτικές Αρχές
να σας πάρουν το σπίτι. Όχι του παιδιού σας, αλλά το δικό σας.

Ξεχάστε λοιπόν και τα σχέδιά σας να βγείτε στη σύνταξη³⁹.

Πρώτα η Ασφάλεια... Μια ρεαλιστική προσέγγιση

ΒΑΛΕ ΤΗΝ ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΣΤΗΝ ΠΡΩΤΗ ΘΕΣΗ

Το αλκοόλ σαν παράδειγμα

Τα αυτοκινητικά δυστυχήματα εξακολουθούν, σύμφωνα με τη Διεύθυνση Ασφαλείας των Εθνικών Οδών, να είναι η υπ' αριθμόν ένα αιτία των πρόωρων θανάτων ανάμεσα στους νέους. Κάθε χρόνο, σχεδόν 2.400 Αμερικανοί έφηβοι πεθαίνουν σε τροχαία λόγω χρήσης αλκοόλ και πολλοί περισσότεροι τραυματίζονται σοβαρά⁴⁰.

Στα προάστια των πόλεων, όπου πολλοί νέοι οδηγούν, η πρακτική των εφήβων να ορίζουν κάποιον από την παρέα ως οδηγό είναι πλέον πολύ συνηθισμένη. Στις ίδιες αυτές περιοχές υπάρχουν μερικοί γονείς που ενθάρρυναν έντονα τα παιδιά τους να μην οδηγούν, αξιολόγησαν τα πράγματα και διστακτικά πρόσφεραν τα σπίτια τους ως ασφαλείς χώρους συγκέντρωσης.

Άλλοι θεωρούν αυτές τις πρακτικές «νομιμοποιητικές». Ελπίζουν δε ότι θα σταματήσουν πλήρως τη χρήση αλκοόλ με την εφαρμογή νόμων που θα καθιστούν παράπτωμα την ιδιότητα του «καθορισμένου οδηγού» και με διατάξεις που θα σχετίζονται με την «κοινωνική φιλοξενία», επιβάλλοντας ποινές του αστικού ή ποινικού δικαίου σε γονείς που διαθέτουν τα σπίτια τους για πάρτι – εν γνώσει τους ή όχι, με ή χωρίς τη συγκατάθεσή τους.

Αυτό που με ανησυχεί είναι ο τρόπος με τον οποίο αντιδρούν οι νέοι σε αυτή την πληθώρα των νομικών διατάξεων. Ειδικά όταν ερωτούνται για τους νόμους περί κοινωνικής φιλοξενίας, η απάντησή τους δεν είναι «Εντάξει, θα σταματήσω να πίνω». Πάρα πολλοί έφηβοι λένε ότι απλά θα μετατοπίσουν το πάρτι στο δρόμο, στο τοπικό πάρκο, στην παραλία ή σε κάποιον άλλο δημόσιο χώρο. Και θα πάνε εκεί με το αυτοκίνητο.

Αυτά είναι χωρίς αμφιβολία καυτά θέματα, που οι λογικοί και καλοπροαίρετοι άνθρωποι τα εξετάζουν απ' όλες τις πλευρές.

Οι συναθροίσεις που χαρακτηρίζονται από αυτοσυγκράτηση θα πρέπει φυσικά να ενισχυθούν με κάθε δυνατό τρόπο και οι γονείς θα πρέπει να επινοήσουν στρατηγικές για τον περιορισμό των βλαβών που μπορεί να προκύψουν από τη χρήση αλκοολούχων ποτών. Το να εμπλέξει όμως κανείς την ποινική δικαιοσύνη στις γονεϊκές απο-

φάσεις δεν είναι η απάντηση. Μια τέτοια εμπλοκή σίγουρα θα περιορίσει, δε θα βελτιώσει την ασφάλεια των νέων.

Ασφαλές σεξ, ένα πρότυπο

Ένα χρήσιμο παράδειγμα για τη διαμόρφωση μιας σύγχρονης προληπτικής πολιτικής για τα ναρκωτικά, με στόχο την ασφάλεια, είναι η συνολική προσέγγιση της σεξουαλικής διαπαιδαγώγησης.

Στα μέσα της δεκαετίας του '80, όταν οι επιστήμονες ανακάλυψαν ότι τα προφυλακτικά μπορούσαν να προλάβουν τη διάδοση του HIV (Ιός Επίκτητης Ανοσολογικής Ανεπάρκειας) και άλλων σεξουαλικά μεταδιδόμενων ασθενειών, καθώς και τις εφηβικές εγκυμοσύνες, δραστηριοποιήθηκαν διάφοροι γονείς, εκπαιδευτικοί και αρμόδιοι κρατικοί λειτουργοί. Εφάρμοσαν παιδαγωγικά προγράμματα σεξουαλικής αγωγής σε ολόκληρη τη χώρα, βασισμένα στην πραγματικότητα. Η προσέγγιση αυτή ενθάρρυνε έντονα την αποχή και παρείχε τα σχετικά στοιχεία μαζί με ακριβείς πληροφορίες για το «ασφαλές σεξ».

Σύμφωνα με τα Κέντρα Ελέγχου και Πρόληψης Ασθενειών, αυτή η προσέγγιση είχε ως αποτέλεσμα όχι μόνο να αυξήσει τη χρήση των προφυλακτικών μεταξύ των σεξουαλικά ενεργών εφήβων, αλλά και να συμβάλει στη μείωση των ποσοστών της σεξουαλικής δραστηριότητας⁴¹.

Αυτή η αποτελεσματική και περιεκτική στρατηγική πρόληψης αποτελεί μια δυνατή περίπτωση και μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως πρότυπο για την αναδιάρθρωση της εκπαίδευσης για τα ναρκωτικά και των προσπαθειών πρόληψης της κατάχρησης.

Οι έφηβοι απαιτούν μια ειλικρινή και αναληυτική ενημέρωση για τα ναρκωτικά.

Πρώτα η Ασφάλεια... Μια ρεαλιστική προσέγγιση

*«Έχε εμπιστοσύνη στα ένστικτά σου,
τα οποία είναι να αγαπάς τα παιδιά σου τόσο,
ώστε να τους δώσεις το χώρο να εξερευνήσουν και να μεγαλώσουν,
να συγχωρείς τα λάθη τους και να τα αποδέχεσαι όπως είναι».*



Τι Πρέπει να Κάνει ο Γονιός;

Οι σημερινοί γονείς δέχονται περισσότερες συμβουλές απ' οποιαδήποτε άλλη γενιά στην ιστορία, πολλές φορές με βασανιστικές λεπτομέρειες, για το πώς πρέπει να μεγαλώσουν τα παιδιά τους. Και όμως, παραμένουν ανοιχτοί και ακούνε γιατί νοιάζονται για την ασφάλεια των παιδιών τους, για την καλή σωματική και ψυχική τους υγεία και ανησυχούν γιατί ο κόσμος μας έχει γίνει πολύ επικίνδυνος. Θέλουν να ξέρουν τι πρέπει να κάνουν και ψάχνουν για λύσεις.

Δεν υπάρχουν εύκολες απαντήσεις, αλλά για τους γονείς που ζήτησαν συγκεκριμένες ιδέες, ιδού ποια βήματα προτείνω:

ΒΗΜΑ 1: ΑΚΟΥΣΕ

Το πρώτο βήμα είναι να «είμαστε ρεαλιστές» σχετικά με τη χρήση ναρκωτικών, να ακούμε τι έχουν να μας πουν οι έφηβοι για τη ζωή και τα συναισθήματά τους. Αυτό θα είναι ο οδηγός μας για μια έξυπνη και προνοητική δράση.

Ένας χρήσιμος τόπος για συζήτηση είναι το τραπέζι του φαγητού. Όσο αυτό είναι εφικτό, οι οικογένειες θα πρέπει να τρώνε μαζί μία φορά τη μέρα, έτσι ώστε να «ανταλλάσσουν τα τελευταία νέα», να συζητούν και να επικοινωνούν⁴².

Υπάρχουν και πολλές άλλες φυσικές αφορμές για συζήτηση, όπως η χρήση ναρκωτικών σε κινηματογραφικές ταινίες, στην τηλεόραση και τη μουσική. Εάν μπορούμε να παραμένουμε όσο το δυνατόν πιο συγκρατημένοι στην άσκηση κριτικής, οι έφηβοι θα ζητήσουν τις απόψεις και τις οδηγίες μας. Πείτε τους ότι μπορούν να εκφραστούν ελεύθερα. Η μεγαλύτερη πρόκληση είναι να ακούσουμε και να προσπαθήσουμε να βοηθήσουμε χωρίς υπέρμετρη διάθεση για νουθεσίες ή επιπλήξεις. Εάν δείξουμε αγανάκτηση και τάση προς τιμωρία, οι έφηβοι θα πάνουν να μας μιλούν. Είναι τόσο απλό.

Έχετε υπόψη σας ότι μια συμβουλή είναι πιθανότερο να γίνει αποδεκτή όταν μας τη ζητάνε. Συνειδητοποιήστε ότι οι έφηβοι βάζουν τις δικές τους εμπειρίες στο τραπέζι και μερικές από αυτές ίσως δε θέλετε να τις ακούσετε. Αλλά πάρτε βαθιά ανάσα και να είστε ευγνώ-

Πρώτα η Ασφάλεια... Μια ρεαλιστική προσέγγιση

μονες που μοιράζονται μαζί σας αυτές τις εμπειρίες, πράγμα που σημαίνει ότι σας έχουν εμπιστοσύνη.

ΒΗΜΑ 2: ΜΑΘΕ

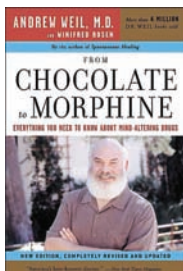
Τόσο οι γονείς όσο και οι εκπαιδευτικοί χρειάζεται να αναλάβουν τις ευθύνες τους και να μάθουν για τις φυσιολογικές, ψυχολογικές και κοινωνιολογικές συνέπειες των αλκοολούχων ποτών και των άλλων ναρκωτικών. Αυτό σημαίνει ότι πρέπει κανείς να μελετά και να θέτει ερωτήματα.

Εξοικειωθείτε με την κουλτούρα των εφήβων μέσω των έντυπων και ηλεκτρονικών μέσων ενημέρωσης, ειδικά μέσω του διαδικτύου. Παρακολουθήστε MTV. Μάθετε για τα είδη ναρκωτικών που είναι στη διάθεση των νέων, αλλά σιγουρευτείτε ότι οι πηγές σας είναι ισορροπημένες και βασισμένες σε επιστημονικά δεδομένα. Κάθε πηγή που αποτυγχάνει να περιγράψει τους κινδύνους και τα οφέλη πρέπει να θεωρείται ύποπτη.

Η ιστοσελίδα του Προγράμματος Πρώτα η Ασφάλεια, www.safety1st.org, περιέχει ισορροπημένη πληροφόρηση με συνεχώς αναανεούμενα «δεδομένα για τα ναρκωτικά» και τις συνέπειες των επικρατέστερων σήμερα ναρκωτικών: αλκοόλ, φάρμακα για τη Διάσπαση Προσοχής και το Υπερκινητικό Σύνδρομο (ADHD) (όπως το Ritalin), φάρμακα κατά του άγχους (όπως το Xanax), αντικαταθλιπτικά (όπως το Prozac), κοκαΐνη, έκσταση, εφεδρίνη, γάμμα-υδροξυβουτυρικό οξύ (GHB), γνωστό ως «σιρόπι του βιασμού», πρωίνη, εισπνευστικά αναισθητικά, κεταμίνη, LSD, μαριχουάνα, μεθαμφεταμίνη,μανιτάρια, οπιοειδή, σάλβια, στεροειδή και καπνός. Αυτά τα ενημερωτικά φυλλάδια που διαβάζονται εύκολα υπάρχουν σε μορφή PDF και μπορείτε να τα κατεβάσετε οποιαδήποτε στιγμή.

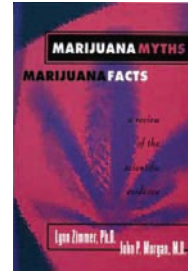
Μπορείτε επίσης να εκτυπώσετε το κείμενο πηγαίνοντας στο www.safety1st.org.

Για μια πληρέστερη ενημέρωση που καλύπτει όλα τα δημοφιλή ναρκωτικά, θα πρέπει εσείς και τα παιδιά σας να διαβάσετε το βιβλίο *Από τη Σοκολάτα στη Μορφίνη: Όλα Όσα Χρειάζεται να Ξέρετε για τις Ψυχοτρόπες Ουσίες (From Chocolate to Morphine: Everything You Need to Know about Mind-Altering*



Drugs), γραμμένο από το διάσημο ειδικό σε θέματα υγείας Άντριου Γουέλ, MD, και την πρώην καθηγήτρια της μέσης εκπαίδευσης Γουίνιφρεντ Ρόουζεν (Boston: Houghton-Mifflin, 2004).

Συγκεκριμένα για πληροφορίες σχετικά με τη μαριχουάνα, διαβάστε το βιβλίο *Κατανοώντας τη Μαριχουάνα: Μια Νέα Ματιά στην Επιστημονική Τεκμηρίωση* του Μιτς Ερλιγουάιν, Ph.D. (New York: Oxford University Press, 2002) και/ή το βιβλίο *Μύθοι και Πραγματικότητα για τη Μαριχουάνα: Μια Επισκόπηση της Επιστημονικής Τεκμηρίωσης* της Λιν Ζίμερ, Ph.D., και του Τζον Π. Μόργκαν, MD (New York: The Lindesmith Center, 1997).



ΒΗΜΑ 3: ΠΡΑΞΕ

Η πρόληψη της κατάχρησης ναρκωτικών δεν είναι ένα πακέτο διδακτέας ύλης ή μια «μαγική σφαίρα», γι' αυτό και πρέπει κανείς να έχει κάποιο προγραμματισμό.

Είναι σημαντικό να κρατά κανείς τους μαθητές ενεργούς και να τους απασχολεί, όχι μόνο κατά τη διάρκεια της σχολικής μέρας, αλλά και από τις τρεις μέχρι τις έξι το απόγευμα, όταν η χρήση ναρκωτικών από εφήβους που πλύνουν και τριγυρνούν χωρίς επιτήρηση είναι υψηλή. Εξωσχολικά προγράμματα όπως αθλήματα, τέχνες, θεατρικές παραστάσεις και άλλες δημιουργικές δραστηριότητες θα πρέπει να είναι στη διάθεση όλων των μαθητών της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης, με χαμηλό κόστος για τους γονείς ή δωρεάν. Γίνε υπερασπιστής τέτοιων προγραμμάτων στην κοινότητά σου και στα σχολεία.

Η πρόληψη είναι στενά συνυφασμένη με τη φροντίδα, τη σύναψη σχέσεων και την ανοιχτή ανταλλαγή πληροφοριών. Δεν υπάρχουν εύκολες απαντήσεις, μόνο χρήσιμες συζητήσεις.

Κάθε φορά που πρόκειται να ξεκινήσουν τη διαρκή «συζήτηση για τα ναρκωτικά», κάποιοι γονείς δεν ξέρουν από πού να αρχίσουν. Μερικοί αρχίζουν με το γράμμα μου «Αγαπητέ Τζόνι» ή με άλλες

Πρώτα η Ασφάλεια... Μια ρεαλιστική προσέγγιση

πηγές που ήδη αναφέρθηκαν. Οι έφηβοι συχνά ανταποκρίνονται καλύτερα στις ειλικρινείς προσεγγίσεις του τύπου «**γνωρίζω ή δε γνωρίζω**» παρά στα μονόπλευρα μηνύματα που ακούν σε όλη τους τη ζωή.

Πολλοί σημερινοί γονείς ανήκουν στην πρώτη μεταπολεμική γενιά, έχουν γεννηθεί δηλαδή την περίοδο 1946-1964 (Baby Boomers), και έχουν πειραματιστεί με ναρκωτικά τις δεκαετίες του 1970 και 1980. Το ερώτημα «Τι πρέπει να πω στο παιδί μου για το δικό μου παρελθόν με τα ναρκωτικά;» ανακύπτει σε κάθε εργαστήριο που διοργανώνω – από την Καλιφόρνια και τη Γιούτα μέχρι το Κονέκτικατ. Πολλοί γονείς αισθάνονται άβολα στην ιδέα να μιλήσουν για τη δική τους εμπειρία, φοβούμενοι ότι μια τέτοια παραδοχή μπορεί να ανοίξει στα παιδιά τους την πόρτα του πειραματισμού.

Δεν υπάρχει εύκολη λύση γι' αυτό το δύσκολο δίλημμα. Δεν υπάρχει λόγος φυσικά να αναμασήσετε κάθε λεπτομέρεια, όμως μπορεί να είναι πολύ διαφωτιστικό να μοιραστείτε τις εμπειρίες σας με το παιδί σας, καθώς αυτό σας καθιστά περισσότερο αξιόπιστους και έμπιστους.

Συνήθως η ειλικρίνεια είναι μακροπρόθεσμα η καλύτερη τακτική. Όπως οι γονείς συχνά γνωρίζουν ή τελικά ανακαλύπτουν ότι το παιδί τους τους λέει ψέματα, έτσι και οι έφηβοι έχουν την ικανότητα να δαισθάνονται τις υπεκφυγές, τις μισές αλήθειες και την υποκρισία των ενήλικων. Επιπλέον, αν δε μιλήσετε, μπορείτε να είστε σχεδόν βέβαιοι ότι τελικά κάποιος συγγενής ή πολύ στενός φίλος θα έχει την ευχαρίστηση να διηγηθεί με λεπτομέρειες τα δικά σας «νεανικά παραπτώματα» στο πρόθυμο να ακούσει παιδί σας.

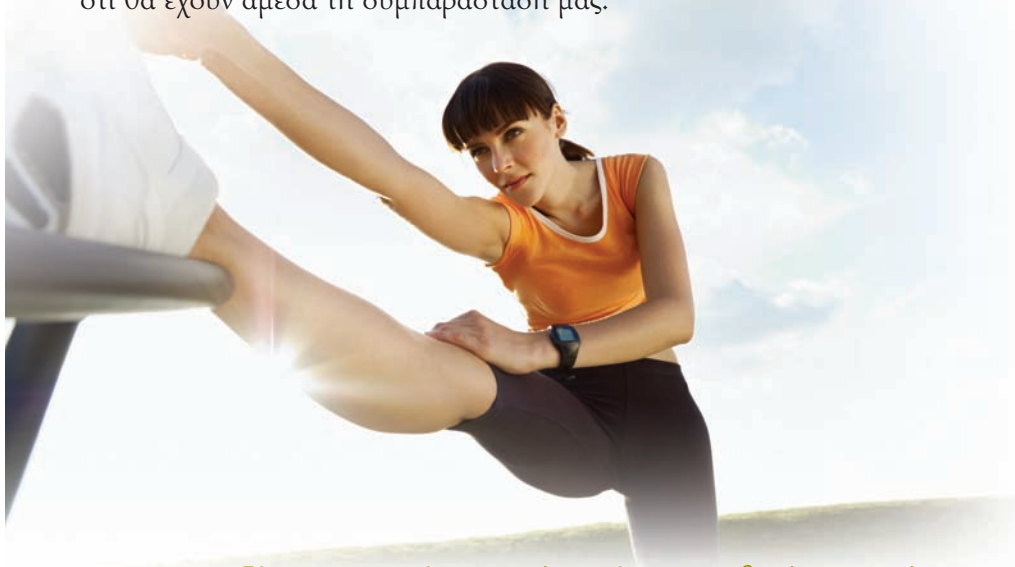
Οι σχέσεις εμπιστοσύνης είναι το κλειδί στην πρόληψη και την αντιμετώπιση της χρήσης ναρκωτικών. Μολονότι είναι δελεαστικό να παρακάμπτει κανείς τις δύσκολες συζητήσεις και να χρησιμοποιεί τεχνολογίες εντοπισμού όπως η εξέταση ούρων, σκεφτείτε καλά πριν απαιτήσετε από το παιδί σας να υποβληθεί σε μια τέτοια εξέταση. Οι τυχαίες, χωρίς κάποιο βάσιμο λόγο εξετάσεις για ναρκωτικά –κάτι που απέρριψε ο Σύλλογος Γονέων και Διδασκάλων της Πολιτείας της Καλιφόρνια– αποδείχθηκαν μια αναποτελεσματική και συχνά αντιπαραγωγική διαδικασία (βλέπε www.safety1st.org).

Σε ό,τι αφορά τις συσκευές για εξέταση στο σπίτι, ερευνητές

του Νοσοκομείου Παιδών της Βοστώνης προειδοποιούν ότι οι περισσότεροι από εμάς δεν είμαστε επαρκώς ενημερωμένοι για τους περιορισμούς και τα τεχνικά προβλήματα των εξετάσεων για ναρκωτικά (όπως διαδικασίες συλλογής, πιθανότητες παρερμηνείας και εσφαλμένα θετικά ή αρνητικά αποτελέσματα). Επιπλέον, επισημαίνουν τις απρόβλεπτες συνέπειες και τις αρνητικές επιπτώσεις στις σχέσεις γονέων-παιδιών από τη συλλογή δείγματος ούρων για την εξακρίβωση της χρήσης ναρκωτικών⁴³.

Η πραγματικότητα είναι ότι το πλέον δυναμικό μέσο για την αποφυγή των καταχρηστικών συμπεριφορών είναι η εμπιστοσύνη και η ανοιχτή σχέση γονέα-παιδιού ή άλλου αξιόπιστου ενήλικου. Και η εμπιστοσύνη, άπαξ και χαθεί, είναι δύσκολο να ανακτηθεί.

Ίσως το σπουδαιότερο που χρειάζονται οι έφηβοί είναι να ξέρουν ότι οι σημαντικοί για τη ζωή τους ενήλικοι ενδιαφέρονται πρώτιστα για την ασφάλειά τους, ότι έχουν κάποιον στον οποίο μπορούν να προσφύγουν όταν χρειάζονται βοήθεια. Οποτεδήποτε βρεθούν σε μια ενοχοποιητική ή άβολη κατάσταση, έχουν ανάγκη να γνωρίζουν ότι θα έχουν άμεσα τη συμπαράστασή μας.



Είναι σημαντικό να κρατά κανείς τους μαθητές ενεργούς και να τους απασχολεί, όχι μόνο κατά τη διάρκεια της σχολικής μέρας, αλλά και από τις τρεις μέχρι τις έξι το απόγευμα, όταν η χρήση ναρκωτικών από εφήβους που πλήττουν και τριγυρνούν χωρίς επιτήρηση είναι υψηλή.

Πρώτα η Ασφάλεια... Μια ρεαλιστική προσέγγιση

ΒΗΜΑ 4: ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗ

Οι Σύλλογοι Γονέων και Διδασκάλων και άλλες ομάδες γονέων συχνά ζητούν να παρευρεθούν στις συναντήσεις τους ομιλητές του Προγράμματος Πρώτα η Ασφάλεια.

Το 2005 μίλησα στο Εθνικό Συνέδριο Γονέων και Διδασκάλων, υποδεικνύοντας σε ηγετικά στελέχη των συλλόγων γονέων πώς θα μπορούσαν να οργανώσουν στο σχολείο τους ένα εργαστήριο ενημέρωσης για τα ναρκωτικά. Είπα στους ενδιαφερόμενους ότι οι εξωτερικοί «ειδικοί» δεν είναι αναγκαίοι. Άλλωστε, οι ομάδες εργασίας γονέων είναι απαραίτητες για να ξεκινήσει μια συζήτηση με επιστημονικά τεκμηριωμένες πληροφορίες και να δημιουργηθούν δεσμοί με άλλα άτομα στην κοινότητά τους. Πηγές πληροφοριών για τέτοιες ομάδες εργασίας (όπως το δικό μας DVD, *Safety First: The Workshop*) διατίθενται από την ιστοσελίδα www.safety1st.org.



Κατανοώ ότι είναι δύσκολο να συγκεντρώσει κανείς γονείς για βραδινές συναντήσεις, αλλά κάποια μητέρα από το γυμνάσιο της Τόρανς στην Καλιφόρνια είχε μια εξαιρετική ιδέα. Ήταν τόσο αφοσιωμένη στην υπόθεση της ενημέρωσης των γονέων για το θέμα των ναρκωτικών, που έπεισε αρκετούς δασκάλους να δώσουν επιπλέον πόντους στους μαθητές των οποίων οι γονείς συμμετείχαν στην ομάδα εργασίας. Εκείνο το βράδυ στην αίθουσα του θεάτρου συγκεντρώθηκαν διακόσιοι εβδομήντα δύο γονείς – ένας πρωτοφανής αριθμός!

Γενικά, έχει σημασία για τους γονείς να γνωριστούν μεταξύ τους και να συνεργαστούν για την προώθηση των στρατηγικών που έχουν ως σταθερό προσανατολισμό την ασφάλεια. Η έμφαση στην ασφάλεια δε σημαίνει ότι δίνουμε στους εφήβους την άδεια να χρησιμοποιούν ναρκωτικά. Απλώς επιβεβαιώνει ότι η ευημερία των παιδιών είναι η πρωταρχική προτεραιότητά μας.

Πολλοί γονείς θέλουν να μάθουν πώς να αναγνωρίζουν την προβληματική χρήση, τι να κάνουν και πότε να ζητήσουν επαγγελματική βοήθεια.

ΒΗΜΑ 5: ΒΟΗΘΗΣΕ

Είναι σημαντικό να ξέρεις τι να κάνεις αν πιστεύεις ότι ένας έφηβος (ή οποιοσδήποτε άλλος) αντιδρά αρνητικά με το αλκοόλ και/ή με άλλα ναρκωτικά.

Για παράδειγμα, μην επιτρέπεις σε ένα άτομο που έχει καταναλώσει πολύ αλκοόλ και έχει χάσει τις αισθήσεις του να ξαπλώσει ανάσκελα. Πολλά άτομα σε αυτή την κατάσταση έχουν πνιγεί από τον εμετό τους, παθαίνοντας ασφυξία.

Σε μια έντονη κατάσταση, αν φοβάσαι ότι συμβαίνει κάτι σοβαρό –όπως όταν κάποιος είναι λιπόθυμος ή δυσκολεύεται να αναπνεύσει–, μη διστάσεις να τηλεφωνήσεις αμέσως στο 166. Η ζωή πολλών νέων μπορεί να είχε σωθεί αν είχε κληθεί το παραϊατρικό προσωπικό – ή αν είχε κληθεί έγκαιρα.

Μην ολιγωρείς. Εάν δεν αποδέχεσαι τίποτα απ' αυτά που διάβασες εδώ, παρακαλώ μετάφερε αυτή την πληροφορία στο παιδί σου, που ίσως κάποια μέρα χρειαστεί να βοηθήσει ένα φίλο.

Ακόμα κι όταν δεν πρόκειται για επείγον περιστατικό, δεν υπάρχει τίποτα πιο ανησυχητικό για ένα γονέα από έναν έφηβο που είναι εμφανώς εξαρτημένος, μαστουρωμένος ή βρίσκεται σε κατάσταση ευεξίας. Πολλοί γονείς θέλουν να μάθουν πώς να αναγνωρίζουν την προβληματική χρήση, τι να κάνουν και πότε να ζητήσουν επαγγελματική βοήθεια.

Οι συμβουλές για το θέμα της χρήσης δεν εμπίπτουν στο στόχο αυτού του φυλλαδίου, έτσι **οι γονείς που ανησυχούν θα πρέπει να επισκεφθούν το τμήμα Παροχή Βοήθειας στην ιστοσελίδα www.safety1st.org για μια συμβουλευτική συζήτηση, για θεραπεία και έναν κατάλογο βοηθημάτων και πηγών πληροφοριών.**

Συνιστάται ιδιαίτερα η εργασία του ψυχολόγου Στάνσον Πιλ, Ph.D., ο οποίος στο νέο του βιβλίο *Αποδείξεις για την Τοξικομανία του Παιδιού σας (Addiction Proof Your Child)* παραθέτει κριτήρια για το κατά πόσο το παιδί σας χρειάζεται θεραπεία, τι εναλλακτικές δυνατότητες θεραπείας υπάρχουν και ποιος είναι ο ρόλος σας ως γονέα. Για γονείς που ανησυχούν ότι το παιδί τους μπορεί να έχει πρόβλημα με το κάπνισμα μαριχουάνας, συνιστώ το βιβλίο του Τίμεν Σέρμακ *Μαριχουάνα:*

Πρώτα η Ασφάλεια... Μια ρεαλιστική προσέγγιση

Τι Πρέπει να Πιστεύει ο Γονέας; (Marijuana: What's a Parent to Believe?)⁴⁴.

Έχετε υπόψη ότι δεν υπάρχει μέθοδος με «μέγεθος που να ταιριάζει σε όλους» για την αντιμετώπιση των εφήβων που έχουν προβλήματα με το αλκοόλ και/ή άλλα ναρκωτικά. Να θυμάστε ότι πολλά από τα καλώς εννοούμενα προγράμματα δεν έχουν ακόμα αξιολογηθεί και είναι ανελαστικά. Να είστε ιδιαίτερα επιφυλακτικοί με προγράμματα του τύπου των κέντρων εκπαίδευσης νεοσυλλέκτων, τα οποία μπορεί να προξενίσουν περισσότερο κακό παρά καλό, όπως αυτά που μελετήθηκαν από τη δημοσιογράφο Μάγια Σζάλαβιτς στο βιβλίο της *Βοήθεια με Οποιοδήποτε Κόστος: Πώς η Βιομηχανία των Ανήσυχων Νέων Εξυπατά τους Γονείς και Πληγώνει τα Παιδιά (Help at Any Cost: How the Troubled-Teen Industry Cons Parents and Hurts Kids)⁴⁵.*

Σε τελική ανάλυση, τα πιο υγιή παιδιά, είτε πειραματίζονται με τα ναρκωτικά είτε όχι, έχουν γονείς που είναι παρόντες, εκδηλώνουν την αγάπη τους και ασχολούνται μαζί τους. Η Κάρλα Νίνιο, πρώην πρόεδρος του Συλλόγου Γονέων και Διδασκάλων της Πολιτείας της Καλιφόρνια (του μεγαλύτερου Συλλόγου στις ΗΠΑ, με ένα εκατομμύριο μέλη, και δεύτερη μεγαλύτερη οργάνωση γονέων στον κόσμο), δίνει την ακόλουθη συμβουλή:

«Έχε εμπιστοσύνη στα ένστικτά σου, τα οποία είναι να αγαπάς τα παιδιά σου τόσο, ώστε να τους δώσεις το χώρο να εξερευνηθούν και να μεγαλώσουν, να συγχωρείς τα λάθη τους και να τα αποδέχεσαι όπως είναι. Τα παιδιά περνούν δύσκολες στιγμές, που μερικές φορές δείχνουν να παρατείνονται. Αυτά που τα καταφέρνουν το πετυχαίνουν γιατί τα έχουν αγκαλιάσει και αγαπήσει οι οικογένειές τους».

Επίλογος

Λίγο πριν αποφοιτήσει από το κολέγιο το 2006, ο γιος της Δρς Ροζενμπάουμ, ο Τζόνι, διάβασε το παρακάτω γράμμα σε μια εκδήλωση προς τιμήν της μητέρας του.

15 Νοεμβρίου 2006

Αγαπητή μητέρα,

Πέρασαν οχτώ χρόνια από τότε που ξεκίνησα τις σπουδές μου στη δευτεροβάθμια εκπαίδευση, ακολουθώντας πιστά τη συμβουλή σου για το θέμα των ναρκωτικών: «Τζόνι, έχει το νου σου και, προπάντων, να είσαι προσεκτικός». Αν και θα ήθελα να σου πω ότι δε χρειάστηκα ποτέ τη συμβουλή σου γιατί δεν τέθηκε ποτέ ζήτημα ναρκωτικών, θα προτιμούσα να είμαι ειλικρινής μαζί σου, όπως ήσουν και εσύ μαζί μου.

Ακριβώς όπως πρόβλεψες, πέρασα το λύκειο και το κολέγιο βρίσκοντας το δρόμο μου σε ένα περιβάλλον που χαρακτηριζόταν από υψηλή δόση πειραματισμού μεταξύ των εφήβων. Ενώ μερικές ουσίες που συνάντησα ήταν παράνομες, όπως η μαριχουάνα, η κοκαΐνη και το έκσταση, πολλές δεν ήταν, όπως το αλκοόλ, τα τσιγάρα και το Ritalin. Επειδή μου είχες εξηγήσει ότι η νομιμότητα των ναρκωτικών δε σημαίνει ότι είναι καλύτερα ή χειρότερα για μένα, προσέγγισα κάθε ουσία με σκεπτικισμό και κοινή λογική.

Το σύνθημα «Πρώτα η Ασφάλεια» με καθοδήγησε μέσα σε ένα λαβύρινθο δύσκολων αποφάσεων, ειδικά στο κολέγιο, όπου η χρήση και η κατάχρηση αλκοόλ είναι ευρέως διαδεδομένη. Επειδή δε μου είπες ψέματα και δεν υπερέβαλες για τους κινδύνους από τη χρήση ναρκωτικών, πήρα τις προειδοποιήσεις σου στα σοβαρά. Σχεδιάζα πάντα προσεκτικά τις μετακινήσεις μου, δεν άφησα ποτέ μόνους φίλους που βρίσκονταν σε σοβαρή κατάσταση μέθης και δε φοβήθηκα ποτέ να τηλεφωνήσω στο σπίτι όποτε βρισκόμουν σε επικίνδυνη κατάσταση.

Φυσικά με συμβούλεψες να μην κάνω χρήση ναρκωτικών, αλλά ως ειδικός στο χώρο, γνώριζες ότι πιθανώς να πειραματιζόμουν. Πολλοί γονείς πανικοβάλλονται αντιδρώντας σε αυτή την πιθανότητα, αλλά εσύ και ο πατέρας παραμείνατε ψύχραιμοι: δεν επιβάλατε αυστηρούς κανόνες που αναπόφευκτα θα παραβιάζονταν και δε με βομβαρδίζατε με ολοφάνερα εκφοβιστικές τακτικές. Αντίθετα, με ενθαρρύνατε να σκεφτώ κριτικά και με προσοχή για τη χρήση ναρκωτικών. Όταν έθεσα ερωτήσεις, με εξοπλίσατε με ειλικρινείς, επιστημονικά τεκμηριωμένες πληροφορίες, με τις οποίες

Πρώτα η Ασφάλεια... Μια ρεαλιστική προσέγγιση



μπορούσα να πάρω τις δικές μου αποφάσεις. Ήταν μια εξαιρετική πρακτική γονεϊκής φροντίδας, με αποτέλεσμα να δημιουργήσουμε μια σχέση αγάπης, βασισμένη στην εμπιστοσύνη και την αλήθεια.

Μητέρα, η εργασία σου προσφέρει πολύ περισσότερα από το να διδάσκει απλώς τους γονείς για το πώς να μιλήσουν με τα παιδιά τους για

τα ναρκωτικά· η εργασία σου κρατάει τους γονείς και τα παιδιά σε επικοινωνία σε μια περίοδο που τα περισσότερα παιδιά τηρούν αποστάσεις από τους γονείς τους. Η σχέση μας είναι ένα τέλειο παράδειγμα. Σ' ευχαριστώ για την αδιάκοπη επικοινωνία σου μαζί μου, ακόμα και όταν προσπάθησα να σου κλείσω την πόρτα, και για την ακούραστη διάθεσή σου να κρατήσεις εμένα και τις αδελφές μου, και τόσα άλλα παιδιά, ασφαλείς.

*Με αγάπη,
Τζόνι*

Την επιστολή μπορείτε να διαβάσετε στην ηλεκτρονική διεύθυνση: <http://www.alternet.org/story/46618>

Δημοσιεύτηκε στις 13 Ιανουαρίου 2007.

© 2007 Independent Media Institute.

Πηγές και Παραπομπές

1. Office of National Drug Control Policy, *The White House National Drug Control Strategy: FY 2005 Budget Summary* (Washington, DC: US Government Printing Office, March 2004), <http://www.whitehousedrugpolicy.gov/publications/policy/budgetsum04/index.html>.
2. Marsha Rosenbaum, «A Mother's Advice», *San Francisco Chronicle*, sec. A, September 7, 1998, <http://www.sfgate.com/cgi-bin/article.cgi?file=/chronicle/archive/1998/09/07/ED22071.DTL>.
3. L.D. Johnston and others, *Monitoring the Future national survey results on drug use, 1975-2006: Volume 1, Secondary school students*, NIH Publication No. 07-6205 (Bethesda, MD: National Institute on Drug Abuse, 2007), http://www.monitoringthefuture.org/pubs/monographs/vol1_2006.pdf.
4. Center for Substance Abuse Research, «Despite Decline in Early Initiation Rates, Many US High School Students Still Drink or Smoke Before Age 13», *CESAR FAX* 15, no. 24 (June 19, 2006), <http://www.cesar.umd.edu/cesar/cesarfax/vol15/15-24.pdf>.
5. D.W. Kaufman and others, «Recent Patterns of Medication Use in the Ambulatory Adult Population of the United States: The Slone Survey», *Journal of the American Medical Association* 287, no. 3 (April 2002): 337-44.
6. Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA), *Results from the 2005 National Survey on Drug Use and Health: National Findings*, NSDUH Series H-30, DHHS Publication No. SMA 06-4194 (Rockville, MD: Office of Applied Studies, 2006), <http://www.oas.samhsa.gov/nsduh/2k5nsduh/2k5Results.pdf> (hereafter cited as SAMHSA).
7. Brad Knickerbocker, «Using Drugs to Rein in Boys», *The Christian Science Monitor*, May 19, 1999, <http://www.csmonitor.com/1999/0519/p1s2.html>.
8. Peter D. Hart Associates, *The State of Our Nation's Youth: 2005-2006* (Alexandria, VA: Horatio Alger Association of Distinguished Americans, 2005): για μια εξαιρετική συζήτηση για το ρόλο των ναρκωτικών στην αμερικανική κουλτούρα, βλ. Craig Reinerman and Harry G. Levine, «The Cultural Contradictions of Punitive Prohibition» in *Crack in America: Demon Drugs and Social Justice*, eds. Craig Reinerman and Harry G. Levine, 334-44 (Berkeley: University of California Press, 1997).
9. Michael D. Newcomb and Peter M. Bentler, *Consequences of Adolescent Drug Use: Impact on the Lives of Young Adults* (Newbury Park, CA: Sage, 1988): Jonathan Shedler and Jack Block, «Adolescent Drug Use and Psychological Health: A Longitudinal Inquiry», *American Psychologist* 45, no. 5 (May 1990): 612-30.
10. United States General Accounting Office, *Report to the Chairman, Subcommittee on Children, Family, Drugs, and Alcoholism, Committee on Labor and Human Resources,*

Πρώτα η Ασφάλεια... Μια ρεαλιστική προσέγγιση

- US Senate: *Drug Use Among Youth; No Simple Answers to Guide Prevention* (Washington, DC: US Government Printing Office, December 1993), <http://archive.gao.gov/t2pbat4/I50661.pdf> (hereafter cited as *Drug Use Among Youth*).
- D.F. Duncan, «Problems Associated with Three Commonly Used Drugs: A Survey of Rural Secondary School Students», *Psychology of Addictive Behavior* 5, no. 2 (1991): 93-6.
11. J.G. Bachman, L.D. Johnston, and P.M. O'Malley, «Explaining the Recent Decline in Cocaine Use Among Young Adults: Further Evidence That Perceived Risks and Disapproval Lead to Reduced Drug Use», *Journal of Health and Human Social Behavior* 31, no. 2 (1990): 173-84.
 12. Lynn Zimmer, Ph.D. and John P. Morgan, MD, *Marijuana Myths, Marijuana Facts: A Review of the Scientific Evidence* (New York: The Lindesmith Center, 1997) (hereafter cited as Zimmer and Morgan); Mitch Earleywine, *Understanding Marijuana: A New Look at the Scientific Evidence* (New York: Oxford University Press, 2005).
 13. Maggie Fox, «US marijuana even stronger than before: report», *Reuters*, April 25, 2007. Katherine Seligman, «Connoisseurs of Cannabis», *San Francisco Chronicle*, April 22, 2007.
 14. University of Mississippi Marijuana Potency Monitoring Project, Report 95, January 9, 2007, http://www.whitehousedrugpolicy.gov/news/press07/042507_2.html. National Drug Intelligence Center, «Marijuana», *National Drug Threat Assessment 2007* (October 2006), <http://www.usdoj.gov/ndic/pubs21/21137/marijuana.htm#Start>.
 15. US Drug Enforcement Administration, *Drugs of Abuse*, 2005 ed. (Washington, DC: US Department of Justice, 2005), <http://www.dea.gov/pubs/abuse/7-pot.htm>.
 16. Mitch Earleywine, *Understanding Marijuana: A New Look at the Scientific Evidence* (New York: Oxford University Press, 2005).
 17. Ronald I. Herning, William D. Hooker, and Reese T. Jones, «Tetrahydrocannabinol content and differences in marijuana smoking behavior», *Psychopharmacology* 90, no. 2 (September 1986): 160-2. D.I. Abrams and others, «Vaporization as a Smokeless Cannabis Delivery System: A Pilot Study», *Clinical Pharmacology & Therapeutics*, April 11, 2007, <http://www.nature.com/clpt/journal/vaop/ncurrent/full/6100200a.html>.
 18. F.M. Tims and others, «Characteristics and Problems of 600 Adolescent Cannabis Abusers in Outpatient Treatment», *Addiction* 97, no. 1 (December 2002): 46-57.
 19. Janet Elizabeth Joy, John A. Benson, and Stanley J. Watson, eds., *Marijuana and Medicine: Assessing the Science Base* (Washington, DC: National Academies Press, 1999) (hereafter cited as Joy, Benson, and Watson).
 20. Office of Applied Studies, Substance Abuse and Mental Health Services Admi-

- nistration, «Differences in Marijuana Admissions Based on Source of Referral: 2002», *The DASIS Report*, June 24, 2005, <http://oas.samhsa.gov/2k5/MJreferrals/MJreferrals.htm>: Office of Applied Studies, Substance Abuse and Mental Health Services Administration, «Treatment Referral Sources for Adolescent Marijuana Users», *The DASIS Report*, March 29, 2002, <http://www.oas.samhsa.gov/2k2/YouthMJtx/YouthMJtx.htm>: Jan Copeland and Jane C. Maxwell, «Cannabis treatment outcomes among legally coerced and non-coerced adults», *BMC Public Health* 7, no. 111 (June 14, 2007), <http://www.biomedcentral.com/1471-2458/7/111>.
21. Denise B. Kandel, «Stages in Adolescent Involvement in Drug Use», *Science* 190, no. 4217 (November 1975): 912-4· S.G. Gabany and P. Plummer, «The Marijuana Perception Inventory: The Effects of Substance Abuse Instruction», *Journal of Drug Education* 20, no. 3 (1990): 235-45.
 22. Zimmer and Morgan· Joel H. Brown and Jordan E. Horowitz, «Deviance and Deviants: Why Adolescent Substance Use Prevention Programs Do Not Work», *Evaluation Review* 17, no. 5 (October 1993): 529-55· SAMHSA· The RAND Corporation, «RAND Study Casts Doubt on Claims That Marijuana Acts as a “Gateway” to the Use of Cocaine and Heroin», December 2, 2002, <http://www.rand.org/news/press.02/gateway.html>.
 23. Joy, Benson, and Watson· A. Golub and B.D. Johnson, «Variation in Youthful Risks of Progression from Alcohol/Tobacco to Marijuana and to Hard Drugs Across Generations», *American Journal of Public Health* 91, no. 2 (February 2001): 225-32.
 24. Advisory Council on the Misuse of Drugs, *The classification of cannabis under the Misuse of Drugs Act 1971* (London: Home Office Government Printing Office, 2002).
 25. Denise B. Kandel and Kazuo Yamaguchi, «Patterns of drug use from adolescence to young adulthood: III. Predictors of progression», *American Journal of Public Health* 74, no. 7 (July 1984): 673-81· Jerald G. Bachman and others, *Changes in Drug Use during the Post-High School Years. Monitoring the Future Occasional Paper No. 35* (Ann Arbor, MI: Institute for Social Research, 1992)· Joy, Benson, and Watson.
 26. SAMHSA· Ralph E. Tarter and others, «Predictors of Marijuana Use in Adolescents Before and After Licit Drug Use: Examination of the Gateway Hypothesis», *The American Journal of Psychiatry* 163, no. 12 (December 2006): 2134-40.
 27. S. Sidney and others, «Marijuana use and cancer incidence», *Cancer Causes and Control* 8, no. 5 (September 1997): 722-8· Daniel E. Ford and others, «Marijuana Use is not Associated With Head, Neck or Lung Cancer in Adults Younger Than 55 Years: Results of a Case Cohort Study», in *National Institute on Drug Abuse Workshop on Clinical Consequences of Marijuana* (Rockville,

Πρώτα η Ασφάλεια... Μια ρεαλιστική προσέγγιση

- MD: National Institute of Health, 2001), <http://www.nida.nih.gov/Meet-Sum/marijuanaabstracts.html>· Joy, Benson, and Watson· Mia Hashibe and others, «Epidemiologic review of marijuana use and cancer risk», *Alcohol* 35, no. 3 (April 2005): 265-75· W. Hall, M. Christie, and D. Currow, «Cannabinoids and cancer: causation, remediation, and palliation», *Lancet Oncology* 6, no. 1 (January 2005): 35-42· R. Mehra and others, «The association between marijuana smoking and lung cancer: a systematic review», *Archives of Internal Medicine* 166, no. 13 (July 2006): 1359-67· Mia Hashibe and others, «Marijuana Use and the Risk of Lung and Upper Aerodigestive Tract Cancers: Results of a Population-Based Case-Control Study», *Cancer Epidemiology Biomarkers & Prevention* 15, no. 10 (October 2006): 1829-34 (hereafter cited as Hashibe and others)· Karin A. Rosenblatt and others, «Marijuana Use and Risk of Oral Squamous Cell Carcinoma», *Cancer Research* 64, no. 11 (June 1, 2004): 4049-54· Carrie D. Llewellyn and others, «An analysis of risk factors for oral cancer in young people: a case-control study», *Oral Oncology* 40, no. 3 (March 2004): 304-13.
28. Marc Kaufman, «Study Finds No Cancer-Marijuana Connection», *The Washington Post*, May 26, 2006· Hashibe and others· Angela Zimm, «Study: Marijuana halts growth of lung cancer tumors», *Bloomberg News Wire*, April 18, 2007.
29. *Drug Use Among Youth* για μια εξαιρετική συζήτηση για τους εφήβους και τον κίνδυνο, βλ. Lynn Ponton, *The Romancing of Risk: Why Teenagers Do the Things They Do* (New York: Basic Books, 1997) and C.L. Ching, «The Goal of Abstinence: Implications for Drug Education», *Journal of Drug Education* 11, no. 1 (1981): 13-18.
30. G. Botvin and K. Resnicow, «School-Based Prevention Programs: Why Do Effects Decay?», *Preventive Medicine* 22, no. 4 (July 1993): 484-90.
31. David Moshman, *Adolescent Psychological Development: Rationality, Morality and Identity* (Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 1999)· M.J. Quadrel, B. Fischhoff, and W. Davis, «Adolescent (in)vulnerability», *American Psychologist* 48, no. 2 (February 1993): 102-16.
32. SAMHSA.
33. C.E. Martin, D.F. Duncan, and E.M. Zunich, «Students' Motives for Discontinuing Illicit Drug Taking», *Health Values: Achieving High Level Wellness* 7, no. 5 (1983): 8-11· Gregory Austin, Ph.D. and Rodney Skager, Ph.D., *11th Biennial California Student Survey: Drug, Alcohol and Tobacco Use; 2005-2006* (Sacramento, CA: California Attorney General's Office, Fall 2006), http://www.safestate.org/documents/CSS_11_Highlights.pdf. Για μια εξαιρετική συζήτηση για την εκπαίδευση μεταξύ ίσων, βλ. J. Cohen, «Achieving a Reduction in Drug-Related Harm through Education», in *Psychoactive Drugs and Harm Reduction: From Faith to Science*, eds. Nick Heather and others (London: Whurr Publishers Limited, 1993).

34. Craig Reinerman, Ph.D., personal communication, October 2006.
35. Thomas Nicholson, «The Primary Prevention of Illicit Drug Problems: An Argument for Decriminalization and Legalization», *The Journal of Primary Prevention* 12, no. 4 (June 1992): 275-88. C. Winick, «Social Behavior, Public Policy, and Nonharmful Drug Use», *The Milbank Quarterly* 69, no. 3 (1991): 437-59. Erich Goode, *Drugs in American Society*, 6th ed. (New York: McGraw-Hill, 2004).
36. Students for Sensible Drug Policy, *Harmful Drug Law Hits Home: How Many College Students in Each State Lost Financial Aid Due to Drug Convictions?* (Washington, DC: Students for Sensible Drug Policy, 2006), <http://www.ssdp.org/states/ssdp-state-report.pdf>.
37. Cecil R. Reynolds, Ph.D. and others, *Are Zero Tolerance Policies Effective in the Schools? An Evidentiary Review and Recommendations; A Report to the American Psychological Association Zero Tolerance Task Force* (Washington, DC: American Psychological Association, 2006), <http://www.apa.org/releases/ZTTFRReportBOD-Revisions5-15.pdf>.
38. Ted Wachtel, *SaferSanerSchools: Restoring Community in a Disconnected World* (Bethlehem, PA: International Institute for Restorative Practices), <http://fp.enter.net/restorativepractices/SSSRestoringCommunity.pdf>.
39. Mitch Earleywine, Ph.D., «Marijuana Drug Safety» (lecture, State University of New York, Albany, February 13, 2006).
40. Rajesh Subramanian, «Motor Vehicle Traffic Crashes as a Leading Cause of Death in the United States, 2003», *Traffic Safety Facts*, DOT HS 810 568 (March 2006). National Highway Traffic Safety Administration, «Young Drivers», *Traffic Safety Facts*, DOT HS 810 630 (2005).
41. Laura Kann and others, «Youth Risk Surveillance Behavior—United States, 1999», *Morbidity and Mortality Weekly Report* 29, no. SS-5 (June 9, 2000): 1-96, <http://www.cdc.gov/mmwr/PDF/ss/ss4905.pdf>.
42. Lisa Richardson, «Dishing out Dinner as the Anti-Drug», *Los Angeles Times*, sec. B, September 26, 2006.
43. Sharon Levy, Shari Van Hook, and John Knight, «A Review of Internet-Based Home Drug-Testing Products for Parents», *Pediatrics* 113, no. 4 (April 2004): 720-6, <http://pediatrics.aappublications.org/cgi/reprint/113/4/720>.
44. Stanton Peele, *Addiction Proof Your Child* (New York: Three River Press, 2007). Timmen Cermak, MD, *Marijuana: What's a Parent to Believe?* (Center City, MN: Hazeldon, 2003).
45. Maia Szalavitz, *Help at Any Cost: How the Troubled-Teen Industry Cons Parents and Hurts Kids* (New York: Penguin Group, 2006).

Πρώτα η Ασφάλεια... Μια ρεαλιστική προσέγγιση

Ευχαριστίες της συγγραφέως

Για τη συγγραφή και την έκδοση του φυλλαδίου *Έφηβοι και Ναρκωτικά* είχα εξαιρετική βοήθεια:

Η οργάνωση Drug Policy Alliance (DPA), υπό την εμπνευσμένη καθοδήγηση του Ethan Nadelmann, μου πρόσφερε υποστήριξη και βοήθεια. Η Camilla Norman Field συνεργάστηκε στενά μαζί μου σε όλα τα στάδια της έκδοσης, και το ίδιο ισχύει και για τη Sue Eldregde. Ευχαριστώ και τις δύο από τα βάρη της καρδιάς μου.

Οι συνάδελφοι John Irwin, Lynn Zimmer, Loren Siegel, Paul Armentano, Harry Levine, Ira Glasser, Peter Cohen, Sheigla Murphy, John P. Morgan, Mitch Earleywine και ιδιαίτερα ο Rodney Skager διαμόρφωσαν τη σκέψη μου για το θέμα «έφηβοι και ναρκωτικά». Τους ευχαριστώ που με άκουσαν με προσοχή και μου έκαναν εποικοδομητικές προτάσεις. Ιδιαίτερες ευχαριστίες οφείλω στον Craig Reinartman, ο οποίος με γενναιοδωρία μού υπέδειξε τις κριτικές παρατηρήσεις των γονέων των φοιτητών του στο πανεπιστήμιο και για άλλη μια φορά έπαιξε το ρόλο του πλέον αυστηρού και διαφωτιστικού κριτικού.

Ευχαριστώ τους συνεργάτες της DPA στο Σαν Φρανσίσκο Jennifer Kern, Leah Rorvig και Rhett Hurlston, οι οποίοι έκαναν χρήσιμα σχόλια στα προσχέδια του κειμένου, όπως έκανε και η Brenna Meese. Οι συνεργάτες της DPA στη Νέα Υόρκη και οι Derek Hodel και Isaac Skelton πρόσφεραν επίσης υποστήριξη και έκαναν συστάσεις.

Ήταν ιδιαίτερη ευχαρίστηση για μένα να συνεργαστώ με τη Vicki Olds στο Studio Reflex, η οποία έγραψε εξαιρετικά εκδοτικά σχόλια και επιμελήθηκε τον όμορφο σχεδιασμό του φυλλαδίου.

Εκφράζω τη μεγάλη μου εκτίμηση στο ΡΤΑ της Πολιτείας της Καλιφόρνια. Η Carla Niño μου έδωσε σοφές συμβουλές και έκανε χρήσιμα σχόλια για το φυλλάδιο. Οι Carla Niño, Pat Klotz, Brenda Davis και Kathy Moffat θεώρησαν το Πρόγραμμα Πρώτα η Ασφάλεια «σύμμαχό» τους και μας καλωσόρισαν στην υποδειγματική οργάνωσή τους.

Εκτιμώ τις έντονες συζητήσεις, τις φιλικές αντιπαραθέσεις και τις χρήσιμες κριτικές παρατηρήσεις των μελών της «Ομάδας της Iης

Μαΐου» Paul Armentano, Elise Bergerson, Ralph Cantor, Tim Cermak, Camilla Norman Field, Jennifer Kern, Craig Reinerman, Chuck Ries, Ira Sachnoff και Rod Skager.

Τα θαυμάσια παιδιά μου, η Anne και ο Johnny Irwin, μου επέτρεψαν ακόμα μια φορά να εκθέσω τις ατελείωτες συζητήσεις μας για το αλκοόλ και άλλα ναρκωτικά. Είμαι εξαιρετικά υπερήφανη και ευγνώμων που μου επέτρεψαν να χρησιμοποιήσω τις ιστορίες, τις απόψεις και τις αναλύσεις τους.

Τέλος, ευχαριστώ τους γονείς για την ενίσχυση που μου πρόσφεραν, συμμεριζόμενοι τη δέσμευσή μου να εξακολουθήσω να παρέχω ειλικρινείς πληροφορίες στους εφήβους μας. Είμαι πεπεισμένη ότι, συνεχίζοντας τη συνεργασία με αυτή, μπορούμε σταθερά να βελτιώσουμε την υγεία των νέων μας.

Το φυλλάδιο Έφηβοι και Ναρκωτικά. Πρώτα η Ασφάλεια αφιερώνεται με αγάπη στη μεγάλη κοινωνιολόγο, μέντορα και φίλη καθηγήτρια Lyne Etta Zimmer (1947-2006).

Για τη συγγραφέα



Η Μάρσα Ροζενμπάουμ είναι διδάκτορας Κοινωνιολογίας της Ιατρικής του Πανεπιστημίου της Καλιφόρνια στο Σαν Φρανσίσκο (UCSF) από το 1979. Το ερευνητικό της έργο πάνω σε θέματα ναρκωτικών χρηματοδοτούνταν επί δεκαοχτώ χρόνια από το Εθνικό Ινστιτούτο για την Κατάχρηση Ναρκωτικών, καθώς διεκπεραίωσε έρευνες για την εξάρτηση από την ηρωίνη, την κοκαΐνη, το κρακ, το έκσταση και τα προγράμματα θεραπείας στις Ηνωμένες Πολιτείες της Αμερικής. Σήμερα είναι διευθύντρια του γραφείου στο Σαν

Φρανσίσκο της Drug Policy Alliance, που εδρεύει στη Νέα Υόρκη.

Η Δρ Ροζενμπάουμ έχει γράψει πολλά δημοσιεύματα, μεταξύ των οποίων τα *Women on Heroin*, *Pursuit of Ecstasy: The MDMA Experience* (με τον Τζέρομ Μπεκ), *Pregnant Women on Drugs: Combating Stereotypes and Stigma* (με τη Σείλα Μέρφι), *Πρώτα η Ασφάλεια: Έφηβοι, Ναρκωτικά και Εκπαίδευση για τα Ναρκωτικά, μια Ρεαλιστική Προσέγγιση*, *Making Sense of Student Drug Testing: Why Educators are Saying No*, και έναν αριθμό άλλων επιστημονικών άρθρων για τη χρήση και την κατάχρηση των ναρκωτικών, τη θεραπεία και την πολιτική για την αντιμετώπισή τους.

Άρθρα της στη στήλη «Γνώμες» δημοσιεύτηκαν στις εφημερίδες *USA Today*, *Los Angeles Times*, *Chicago Tribune*, *The Detroit News*, *The Atlanta Journal-Constitution*, *Newsday*, *San Francisco Chronicle*, *Seattle Post-Intelligencer*, *The San Diego Union-Tribune*, *Pittsburgh Post-Gazette*, *The Orange County Register*, *San Jose Mercury News*, *Los Angeles Daily News*, *La Opinión*, *The Daytona Beach News-Journal*, *Oakland Tribune*, *The Times* (Trenton, New Jersey), *Orlando Weekly* και *AlterNet*.

Η Δρ Ροζενμπάουμ είναι μητέρα ενός 23χρονου γιου, μιας 29χρονης κόρης και δύο ενήλικων θετών θυγατέρων.