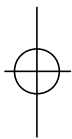


**БЕЗОПАСНОСТЬ  
ПРЕЖДЕ  
ВСЕГО**

**ПОДРОСТКИ, НАРКОТИКИ и  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ  
РЕАЛИСТИЧНЫЙ  
ПОДХОД**



**Марша Розенбаум**

Для более полной информации об издании “*Безопасность прежде всего. Подростки, наркотики и образовательные программы: реалистичный подход*” обращайтесь



2233 Lombard Street  
San Francisco CA 94123  
T: 415.921.4987  
F: 415.921.1912

E: [info@safety1st.org](mailto:info@safety1st.org)  
W: [www.safety1st.org](http://www.safety1st.org)

Safety First is a project of the Drug Policy Alliance

© Drug Policy Alliance, 2002

Редактура и дизайн

**HTPOTTER.COMMUNICATIONS**  
STRATEGIES FOR PREVENTION

Перевод на русский язык



AIDS Foundation East-West  
СПИД Фонд Восток-Запад

СПИД Фонд Восток-Запад (AIDS Foundation East-West - AFEW)

тел.: +7 095 2506377

факс: +7 095 2506387

[info@afew.org](mailto:info@afew.org)

<http://www.afew.org>

Россия, 125267, Москва,

ул. Чайнова, д. 15/5

## ПРЕДИСЛОВИЕ К РУССКОМУ ИЗДАНИЮ

Американскую политику в области наркотиков нередко подвергают критике, при этом многие американцы оправдывают ее как защищающую интересы детей. Вокруг постоянно раздаются риторические высказывания о необходимости создания общества “без наркотиков”, однако законные и незаконные наркотические вещества всегда существовали и будут существовать. Остается только удивляться тому, как подростки могут быть защищены в мире, который можно назвать как угодно, но только не свободным от наркотиков.

В Соединенных Штатах в течение последних двадцати лет мы призывали молодежь “просто сказать нет” наркотикам и создавали программы профилактики, распространявшие пугающую информацию с тем, чтобы заставить молодых людей воздержаться от их употребления. В результате, многие молодые американцы стали циничными и перестали доверять тому, что говорят взрослые. К моменту окончания средней школы более половины из них уже попробовали какой-либо нелегальный наркотик, а 80% употребляли алкоголь.

Несколько лет назад я решила узнать, что же не так с американским образованием в этой сфере. Главным образом, я хотела понять, как нам более эффективно заниматься профилактикой среди молодых людей, которые продолжают экспериментировать с алкоголем и другими наркотиками, даже когда им советуют вообще прекратить их употребление.

Я слушала студентов, педагогов и других специалистов. Я разговаривала с сотнями родителей, которые очень хотели ближе познакомиться с проблемой наркозависимости среди подростков. Моя книга “*Безопасность прежде всего. Подростки, наркотики и образовательные программы: реалистичный подход*” предлагает читателям различные рекомендации, как уберечь молодежь от злоупотребления наркотиками.

Данная книга - лишь отправная точка, призванная познакомить родителей и преподавателей с альтернативами тому наркообразованию, что существует сейчас в Америке. Используя в качестве модели программы сексуального образования и контролируемого упот-

ребления алкоголя, а также признавая тот факт, что полное воздержание от алкоголя и других наркотиков не всегда возможно для всех подростков, в книге *“Безопасность прежде всего”* я предлагаю, чтобы образование в этой сфере помимо полного воздержания рассматривало и другие стратегии снижения вреда, связанного с употреблением наркотиков.

С момента своего выхода в свет в 1999 году *“Безопасность прежде всего”* была принята реалистичными, практичными родителями во всем мире. Книга была частично или полностью переведена, по меньшей мере, на шесть языков, и я очень рада, что теперь она станет доступной русскоговорящим родителям и педагогам. Я осознаю, что некоторые части представленной в книге программы могут быть исключительно “американскими”, но, мне кажется, тяга подростков к экспериментированию и бунтарству в разных формах является универсальной, так же как и озабоченность родителей благополучием своих детей. Поэтому я надеюсь, что содержащаяся в книге информация поможет в общении с детьми. Я также надеюсь, что родители примут активное участие в изучении и обсуждении альтернатив и добавлений к уже существующим программам профилактики наркомании. Ведь, в конечном счете, мы все хотим одного и того же: дать возможность молодым людям сделать ответственный выбор для обеспечения их собственного безопасного будущего.

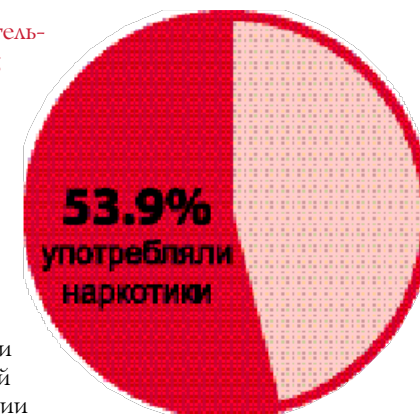
**Марша Розенбаум,**

директор,  
проект Альянса по наркополитике *“Безопасность прежде всего”*,  
Сан-Франциско (Калифорния, США), август 2002 г.

## ВВЕДЕНИЕ

Когда мои дети стали подростками, я, как и многие родители, мечтала о том, чтобы “проблема наркотиков” чудесным образом исчезла и обошла бы моих детей стороной. Но, как эксперт по проблемам употребления наркотиков, чьи исследования финансировались Национальным институтом по злоупотреблению наркотиками (NIDA), и как родитель 90-х годов, я понимала, что тешу себя иллюзиями. Затраты федерального бюджета на профилактику наркомании в 2002 году<sup>1</sup> составили более чем 2,2 миллиона долларов, плюс 11 - 15 миллионов из бюджетов штатов и местных источников. Однако вопреки ожиданиям, государственные исследования показали, что большинство подростков экспериментирует с наркотиками еще до выпуска из старшей школы.

По последним данным исследовательской программы *“The Monitoring the Future Survey”*, 53,9% учащихся старших классов хотя бы раз в своей жизни употребляли нелегальные наркотики; 41,4% употребляли наркотики в течение прошедшего года, 25,7% - в течение прошлого месяца.<sup>2</sup>



Современные американские подростки еще в начальной школе участвовали в самой интенсивной и дорогостоящей антинаркотической кампании в истории США. Разве в школьных программах профилактики наркомании, таких как *“Drug Abuse Resistance Education”* (D.A.R.E), им не объясняли снова и снова, как “сказать наркотикам - НЕТ? Почему же они не прислушались? Насколько эффективно мы, родители и учителя, можем обучать наших детей? Что еще можно предпринять, чтобы обеспечить их безопасность?” - такие вопросы задавала я себе. Сама будучи матерью, я хотела получить срочный ответ на эти вопросы и поэтому обратилась к экспертам, учителям, другим родителям и непосредственно к молодым людям. Также я изучила программы профилактики наркомании, их историю, учебные планы и существующие исследования по оценке эффективности.

*“Just say no”* (Просто скажи “нет”) - слоган, ключевой девиз программы первичной профилактики наркомании среди подростков, о которой идет речь. *Примечание переводчика*

Результатом явилось издание в 1999 году моей книги “Безопасность прежде всего. Подростки, наркотики и образовательные программы: реалистичный подход”.

Я не ставила целью критиковать какие-то определенные программы. Напротив, я хотела понять, чего в них не хватало, и как бы мы могли усовершенствовать программы профилактики наркомании. Я надеялась помочь другим родителям, а также школьным учителям и администрации.

### снижение вреда:

**минимизация вредных последствий потенциально опасного поведения для личности и общества**

После выхода в свет первого издания книги в 1999 году более 30000 экземпляров было распространено в образовательных, медицинских и правительственных учреждениях, а также роздано людям во всех 50 штатах США, в Пуэрто-Рико, в округе Колумбия и по всему миру. Помимо этого, я провела множество презентаций и поговорила с сотнями родителей, учителей и учеников. Отзывы, которые я получила за последние три года, нашла свое отражение во втором издании книги.

## СТРАТЕГИИ ПРОФИЛАКТИКИ НАРКОМАНИИ В США

Обучающие программы профилактики употребления наркотиков существуют в США уже более века. В течение этого времени использовались различные методики - от запугивания до сопротивления, задачей которых было настроить молодежь на полный отказ от употребления наркотиков. Несмотря на широкую распространенность этих программ, ориентированных только на воздержание от наркотиков, сложно выяснить, какие из них, если они вообще до сих пор существуют, действительно успешны.

Больше половины учащихся старших классов в американских школах экспериментируют с нелегальными наркотиками, еще больше употребляют алкоголь. Со своей позиции они видят, что Америку

сложно назвать страной “свободной от наркотиков”. Подростки знают, что есть разница между экспериментированием, проблемным употреблением и зависимостью, а также, что употребление одного вещества не обязательно приводит к употреблению остальных наркотиков.

Однако современные программы профилактики наркомании в основном фокусируются на идеях абстинентного подхода (полного воздержания от наркотиков) и сформированы следующими мифами:

**Миф №1.** Экспериментирование с наркотиками не является неотъемлемой частью культуры тинэйджеров (подростков).

**Миф №2.** Употребление наркотиков и злоупотребление ими - это одно и то же.

**Миф №3.** Марихуана - “трамплин” к таким наркотикам, как героин и кокаин.

**Миф №4.** Преувеличение риска, связанного с приемом наркотиков, удержит молодежь от экспериментов с ними.

Подростки делают свой собственный выбор относительно алкоголя и наркотиков так же, как и мы, взрослые. Как и мы, иногда они совершают глупые ошибки. И поскольку мы не можем быть с ними все 100% времени и всегда защищать их, мы должны научиться доверять своим детям, когда они находятся вне нашего присмотра. На нас, родителей и учителей, лежит ответственность за то, чтобы вовлекать подростков в диалог, слушать их и предоставлять поддержку и информацию, когда они нуждаются в нашей помощи.

Может быть, воздержание - это то, что мы все предпочли бы для наших детей, но эта глобальная цель, скорее всего, не достижима. В наших сегодняшних попытках мало места уделяется **снижению вреда** для тех подростков, которые не могут “сказать наркотикам нет”.

Обучающие программы должны учитывать, что подростки способны разбираться в сложных вопросах и принимать решения, которые обеспечат им безопасность. Программы должны предлагать до-

стоверную информацию, учитывать различие между употреблением и злоупотреблением наркотиками и подчеркивать значение окружения и контролируемого употребления. При составлении учебных планов необходимо принимать во внимание возрастную специфику, акцентироваться на участии подростков в процессе обучения и предоставлять объективные, основанные на научных данных, информационные материалы.

## СОВРЕМЕННЫЕ УЧЕБНЫЕ ПЛАНЫ: ЭФФЕКТИВНЫ ЛИ ОНИ?

На сегодняшний день программы профилактики наркомании очень разнообразны по своему содержанию, а также по качеству и стоимости. Сначала программа должна быть одобрена и принята школой, затем к ее преподаванию приступают либо школьные учителя, либо приглашенные эксперты. Некоторые учебные заведения используют видеопрезентации, наклейки, плакаты и специальную литературу. Некоторые предпочитают проводить занятия в специально отведенные для этого часы, другие включают предмет в учебные дисциплины или в уроки физического воспитания. Одни учителя в конце курса выдают своим выпускникам футболки и сертификаты, другие же устраивают праздничные церемонии, посвященные его завершению, на которых студенты дают что-то вроде обета вести здоровый образ жизни без наркотиков. Все программы обращают внимание своих слушателей на негативные последствия употребления и обучают специальным навыкам защиты от наркотиков. Большинство учителей объясняют ученикам, что воздержание является социальной нормой, что не употребляющих людей намного больше, что наиболее приемлемым в обществе является отказ от наркотиков.<sup>3</sup>

Увеличение объемов финансирования профилактических программ со стороны государства способствовало тому, что в 1980-е годы число так называемых “одобренных” программ стало неудержимо расти. Это было бы хорошо, если бы не возникало сложностей в определении того, какие из этих программ реально эффективны и дают какой-то результат. Нам прекрасно известно, что большинство учеников, несмотря на все профилактические программы, проводимые в школе, ко времени выпускного класса старшей школы уже имеют опыт употребления наркотиков. Здесь налицо некоторая несостыковка.

## ЧТО ГОВОРЯТ САМИ ПОДРОСТКИ?

Редко, если вообще когда-либо, самих учащихся просят оценить эффективность программ профилактики. Однако прислушаться к мнению молодых людей - это как раз то, с чего надо начать. Учащимся школ не хватает правдивой информации и при этом они считают, что существующие школьные программы не отвечают их потребностям. Вот некоторые высказывания:

Похоже на то, что наше мнение вообще никого не волнует... Копы из D.A.R.E. хотят, чтобы мы делали только то, о чем они нам говорят, а наши учителя никогда не говорят о D.A.R.E.... Такое ощущение, что куча взрослых и учителей не могут снизить до того, чтобы поговорить с учениками... Ну тогда и нам становится наплевать на их мнения.<sup>7</sup>

Это никуда не годный способ научить детей иметь дело с наркотиками. Это не должно быть просто скажи нет, а - “думай об этом”, или что-то типа того. Как “думай головой”.<sup>8</sup>

Я думаю, они должны видеть разницу между потреблением и злоупотреблением наркотиками; ведь люди могут принимать наркотики и при этом вести здоровую, полноценную жизнь. Знаете, ведь ваши родители могут прийти домой, выпить бокал вина за обедом, и они не алкоголики.<sup>9</sup>

Я думаю, что честность - основа профилактики наркомании и единственная вещь, которая может помочь людям не употреблять наркотики. Когда подростков перестанут забрасывать пропагандистскими лозунгами за или против употребления наркотиков, тогда, скорее всего, дети станут принимать более взвешенные решения.<sup>10</sup>

Некоторые исследователи сомневаются в возможности оценить эффективность профилактических программ по причине упрощенности самих критериев оценки. В большей степени оценивается отношение учащихся к употреблению наркотиков, а не само употребление. К сожалению, сформировавшееся в детстве или в ранней юности отношение к наркотикам редко принимается во внимание подростками. И в своих ответах они могут предлагать способы, как избежать наркотиков, которым их учили, при этом на практике употребляя наркотики.<sup>4</sup> Более того, отчеты о данных исследований освещают чаще всего только положительные результаты, тогда как отрицательные игнорируются или скрываются.<sup>5</sup>

Пожалуй, самым шокирующим оказался неизменный негативный результат оценки программы D.A.R.E., наиболее популярной программы в Америке. Ежегодно эта программа охватывала 36 миллионов учащихся в 80% школ в США. Каждое очередное исследование доказывало, что D.A.R.E. неспособно предотвратить употребление наркотиков среди своих выпускников или снизить уровень употребления.<sup>6</sup> Исследования по оценке эффективности программы D.A.R.E. настолько обеспокоили учителей и родителей, что в городах Солт Лэйк, Миннеаполис, Окленд и Болдер, а также в штате Массачусетс отказались от программы, чтобы заставить D.A.R.E. тщательно пересмотреть свои учебные планы.

## ЧТО НЕ ТАК В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММАХ, ОСНОВАННЫХ ТОЛЬКО НА ИДЕЕ ВОЗДЕРЖАНИЯ ОТ НАРКОТИКОВ?

Мне представляется, что существующие программы профилактики наркомании преподносят противоречивые идеи, размывают границы между потреблением и злоупотреблением, используют тактику запугивания, способствуют дезинформации и подрывают доверие родителей и учителей, которые вынуждены доносить ложную информацию детям. Слишком часто программы, основанные только на идее воздержания, игнорируют тех подростков, которые уже привержены наркотикам и оказываются не в состоянии привлечь их к ценностям здорового образа жизни.

## Противоречивые идеи

Вопреки провозглашаемой ценности здорового образа жизни без наркотиков, американцев и их детей постоянно засыпают лозунгами, призывающими их принимать различные вещества и лечиться ими; среди них - алкоголь, табак, кофеин, лекарства продаваемые по рецепту и без него.

В недавнем номере журнала *Американской медицинской ассоциации* докладывается, что 8 из 10 взрослых граждан США принимали по крайней мере один медицинский препарат в течение недели, причем половина опрошенных - по предписанию врача.<sup>11</sup> Примерно каждый второй взрослый американец регулярно пьет алкоголь, более чем 1/3 населения хотя бы раз в жизни пробовала марихуану, и их дети не упустили из внимания этот факт.<sup>12</sup>

Чтобы предотвратить развитие наркозависимости среди подростков, «экспериментирующих» с наркотиками, необходимо внедрить стратегию, которая ставит на первое место безопасность

Также сегодняшние подростки являются свидетелями возрастающей «риталинизации» своих одноклассников, так называемых «трудных учеников».<sup>13</sup> Дети смотрят рекламу препаратов для лечения генерализованных тревожных расстройств, которая, кстати, идет в лучшее рекламное время. Они понимают, что их родители обращаются к антидепрессантам, чтобы справиться со своими проблемами.

Употребление подростками наркотиков в современном обществе - это отражение общих тенденций американской жизни.<sup>14</sup> Некоторые психологи даже выдвигают аргументы в пользу того, чтобы в нашем культурном контексте эксперименты подростков с разрешенными и с запрещенными веществами, изменяющими сознание, рассматривались как нормальные, а не девиантные.<sup>15</sup>

## Употребление и злоупотребление

Взрослые обычно различают употребление и злоупотребление, и подростки тоже быстро учатся понимать эту разницу. Большинство наблюдают, как их родители и другие взрослые употребляют алкоголь, который сам по себе является наркотиком, не злоупотребляя

*Метилфенидат (производится под фабричной маркой Риталин) - это возбуждающее средство, производящее фармакологические эффекты, подобные воздействию кокаина и амфетамина*

им. Многие также знают, что их родители в свое время принимали нелегальные вещества (чаще всего марихуану) и не стали наркоманами.

Стремясь предотвратить подростковое экспериментирование с наркотиками, некоторые программы профилактики слишком часто делают вид, что различий между употреблением и злоупотреблением нет. Некоторые пользуются этими терминами как взаимозаменяемыми. Другие программы делают акцент на преувеличении понятия “употребление”, определяя любое употребление нелегального вещества больше одного раза как наркозависимость. Профилактические программы, стирающие различия между употреблением и злоупотреблением, подрывают все попытки обучения подростков, поскольку личный опыт подсказывает им, что предлагаемая информация недостоверна.<sup>16</sup> Вот слова 17-летней девушки, выпускницы 11 класса школы в Форт Уорс, штат Техас: *“Они сказали моей маленькой сестренке, что ты становишься зависимым от марихуаны с первого раза, а это не так. Сначала ты слышишь это, потом пробуешь и делаешь вывод: да они наврали мне”*.<sup>17</sup>

И все же, нет ничего более пугающего, чем подросток, который начал принимать алкоголь или другие наркотики бесконтрольно, чье употребление стало проблемным. В действительности же почти все исследования доказывают, что подавляющее большинство учащихся, которые пробовали наркотики, не стали наркоманами.<sup>18</sup> Как родители, мы сможем добиться большего успеха в работе с проблемным употреблением, если будем последовательны и честны в разграничении употребления и злоупотребления.

### Тактики запугивания и дезинформация

Среди родителей, преподавателей и политиков распространена вера в то, что если подростки осознают опасность экспериментов с наркотиками, они будут воздерживаться от их употребления.<sup>19</sup> В результате, многие профилактические программы содержат информационные сообщения, построенные на преувеличении риска и опасности приема наркотиков. Хотя послы в духе фильма “Безумие косяка” были заменены суждениями со ссылкой на научные свидетельства, подтверждающие опасность употребления наркотиков, эти данные, особенно по поводу марихуаны, – чистый вымысел. При внимательном анализе только некоторые из наиболее популярных утверждений выдерживают критику.

Я впервые осознала опасность, связанную с тактиками запугивания, 25 лет назад, когда работала над своей докторской диссертацией по героиновой зависимости. Одно из своих первых интервью я брала у очаровательной еврейской девушки, очень похожей на меня, которая жила в богатом пригороде одного большого города. Меня искренне поразило то, насколько по-разному складывались наши судьбы. Я задала вопрос, который не могла не задать, а именно, как так вышло, что она пристрастилась к героину и оказалась в тюрьме. Я никогда не забуду, что она мне ответила:

*“Когда я училась в старшей школе, с нами проводили так называемые “уроки профилактики наркомании”. Нам говорили, что если мы будем употреблять марихуану, то обязательно попадем в зависимость. То же самое говорилось о героине. Мы все пробовали марихуану, но никакой зависимости у нас не возникало. Из всего этого мы делали выводы о том, что все, что нам рассказывали, – полная чушь. Итак, я попробовала героин, я пробовала его еще и еще, все чаще и чаще, пока не подседа, и вот я здесь”*.

Марихуана, самое популярное среди подростков вещество (из нелегальных), обычно демонизируется в программах, основанных на идее воздержания. Многие веб-сайты, в том числе и управляемые федеральным правительством, содержат дезинформацию о силе воздействия марихуаны и ее влиянии на память, иммунную систему человека, развитие раковых заболеваний, возможные психические расстройства, зависимость и сексуальные дисфункции.

В книге *“Мифы и факты о марихуане: обзор научных свидетельств”* профессор Линн Зиммер и доктор Джон П. Морган подвергают тщательной проверке научные исследования относительно всех вышеперечисленных преувеличиваемых опасностях марихуаны. Они обнаружили, что почти в каждом случае подобные утверждения не выдерживают научной критики.<sup>20</sup> И они не одиноки в своих изысканиях. В течение ряда лет к аналогичным выводам пришли многие официальные комиссии, в числе которых *La Guardia* (1944 г.), *национальная комиссия по употреблению марихуаны и других наркотиков* (1972 г.), *комиссия Национальной академии наук* (1982 г.), *Институт медицины* (1999г.).

Пугающее разнообразие преподносимой дезинформации приводит к тому, что подростки, как та девушка, зависимая от героина, ко-

торую я интервьюировала 25 лет назад, полностью игнорируют наши предупреждения и подвергают себя реальным опасностям. Улучшение качества и увеличение доступности “тяжелых” наркотиков вместе с нежеланием подростков прислушиваться к предупреждениям, которым они не верят, привели к тому, что сегодня сильно возросло количество летальных передозировок. Мы уже наблюдали подобное среди детей знаменитостей, а также в престижных районах.<sup>21</sup>

Еще один вопрос связан с экстази. Несмотря на то, что на кампанию по предупреждению молодежи об опасностях этого вещества было потрачено 5 миллионов долларов, правительственные исследования год за годом констатируют повышение уровня употребления экстази.<sup>22</sup> Когда я спрашивала подростков, почему они не прислушались к предупреждениям правительства, ребята выражали глубокий скепсис. Вот что сказала одна 18-летняя девушка о вредном воздействии экстази на мозговую деятельность: *“О, да, они говорили нам то же самое о марихуане. Но никто из нас не верит, что у нас дырки в мозгу, так что мы просто смеемся над этими предупреждениями”*.<sup>23</sup>

**“Из каждых ста человек, пробовавших марихуану, только один становится потребителем кокаина”**

– Зимнер и Морган

### Теория “трамплина”

Теория “трамплина” является своего рода оплотом наркопрофилактики. Ее суть состоит в том, что употребление марихуаны неизбежно влечет за собой употребление более “тяжелых” наркотиков, таких как героин или кокаин.<sup>24</sup> Однако нет никаких доказательств того, что употребление одного наркотика обязательно вызовет за собой употребление другого, более сильного препарата.

Несколько исследователей, в том числе работавших по программе федерального правительства, обнаружили, что большинство курильщиков марихуаны не переходят к употреблению более опасных наркотиков.<sup>25</sup> Используя данные опроса на дому Национального института по злоупотреблению наркотиками (NIDA), профессор Линн Зиммер и доктор Джон П. Морган подсчитали, что ко времени проведения опроса из каждых ста человек, пробовавших марихуану, только один становится потребителем кокаи-

на.<sup>26</sup> Последние научные работы, одна, основанная на том же исследовании и опубликованная в престижном издании *“American Journal of Public Health”*, и другая, отчет, составленный Институтом медицины, также опровергают теорию “трамплина”.<sup>27</sup>

Подростки знают по собственному опыту или из наблюдений, что употребление марихуаны не приводит к употреблению более “тяжелых” наркотиков. Действительно, большинство подростков, когда-либо пробовавших марихуану, не употребляют ее регулярно.<sup>28</sup> Таким образом, подобная информация, преподносимая на уроках, дискредитирует как саму себя, так и докладчика.

Постоянное неверное представление марихуаны может оказаться ахиллесовой пятой существующих подходов к профилактике наркомании, поскольку такая дезинформация вступает в противоречие с наблюдениями и опытом учащихся школ. В результате, подростки теряют веру в то, что мы, родители и учителя, говорим им.

### Некуда обратиться

Большинство лицензированных образовательных программ по наркотикам направлены только на то, чтобы предотвратить их употребление. После призывов к воздержанию от наркотиков урок заканчивается. При этом не предоставляется никакой информации о том, как избежать проблем или предотвратить злоупотребление среди тех, кто уже экспериментирует. Полное воздержание рассматривается как единственный показатель успеха и приемлемая задача обучения.

Несмотря на благие намерения программы полного воздержания от наркотиков, очевидно, что этот подход терпит неудачу. Нереалистично думать, что подростки, находясь в том возрасте, когда люди наиболее склонны к рискованным поступкам, совершенно избегают экспериментов с алкоголем и наркотиками.<sup>29</sup> Профилактические программы, рекомендованные к использованию в школах, не оставляют учителям и родителям возможности сказать хоть что-то половине учащихся, тем из ребят, кто говорит наркотикам “может быть”, “иногда” или “да”. А ведь именно с такими подростками необходимо налаживать контакт.<sup>30</sup>

Повышения уровня потребления экстази выдвигает на первый план необходимость в честном подходе к обучающим программам по наркотикам и предоставлении места для новой информации.



Пока исследования по возможному биохимическому воздействию этого наркотика на мозг находятся только в начальной стадии. Однако существующие исследования (получающие финансирование из федерального бюджета) показывают, что именно обстоятельства, в которых принимается экстази (превышение дозы, перенапряжение, перегрев и смешение различных наркотиков), приводят к отрицательным последствиям.

В правительственных кампаниях, направленных на молодежь, преобладают утверждения о вреде экстази для мозга. При этом ни словом не упоминается, как люди, регулярно принимающие это вещество, могут избежать краткосрочных негативных эффектов (пить воду, давать себе отдохнуть, не употреблять сразу несколько видов наркотиков, быть умеренным). К сожалению, сейчас профилактика наркомании ведется по принципу “скажи наркотикам нет” или не ведется вовсе.<sup>31</sup>

## БЕЗОПАСНОСТЬ ПРЕЖДЕ ВСЕГО: ПОДХОД, ОСНОВАННЫЙ НА РЕАЛИЯХ

Нравится нам или нет, многие подростки будут продолжать экспериментировать с наркотиками, а некоторые из них станут употреблять их более регулярно. И это не значит, что они “плохие ребята”, а мы невнимательные родители. Просто реальность такова, что на сегодняшний день в Америке потребление наркотиков является частью подростковой культуры, и при прочих равных молодые люди пройдут эту фазу жизни, не причинив себе вреда. Оберегать подростков от вреда во время этого периода их жизни и должно стать нашей задачей. Чтобы добиться этого, мы должны продумать, как наилучшим образом обеспечить их безопасность. Разработанный для защиты здоровья молодого поколения подход, основанный на реалиях:

- предлагает образовательные программы по наркотикам;
- позволяет подросткам принимать ответственные решения, предоставляя правдивую, научно обоснованную информацию;
- различает употребление и злоупотребление веществами, изменяющими сознание;
- делает акцент на юридических последствиях потребления наркотиков;
- ставит безопасность на первое место.

## Долгосрочные образовательные программы по наркотикам

В сегодняшней Америке доступен и потребляется целый ряд запрещенных и легальных веществ. Каждый из нас вынужден принимать решения относительно потребления лекарств, предписанных врачом или имеющихся в свободной продаже, алкоголя, кофеина и других веществ. Какое количество этих веществ мы можем себе позволить? Когда надо сказать: “Достаточно?” Как одно вещество сочетается с другим?

Сейчас необходимы всеобъемлющие и гибкие образовательные программы по наркотикам. Это не должны быть отдельные дискретные курсы, разработанные специально для профилактики употребления подростками нелегальных наркотиков. Новые качественные программы смогут подготовить молодых людей к тому, что будет ждать их в дальнейшей жизни.

## Правдивая информация, основанная на научных данных

Несмотря на то что не все подростки в совершенстве владеют навыками принятия решений, они способны учиться быть ответственными. Немногие молодые люди заинтересованы в том, чтобы разрушать свою жизнь и здоровье. На самом деле, исследования, проводимые с целью установить, почему учащиеся бросают наркотики, обнаружили, что на такое решение влияют забота о здоровье и собственный негативный опыт с наркотиками. Выбор подростков был мало связан с официальными программами профилактики наркомании.<sup>32</sup>

На вопрос: “Насколько ваше решение употребить табак, алкоголь или другие наркотики зависело от соответствующих школьных занятий?”, 43% участников опроса ответили: “Никак не зависело”. “Немного”, - сказали 16,6%. “В какой-то степени”, - 11,6%. “Сильно зависело”, - 7,1%. “Полностью зависело”, - 8,2%. “Не знаю”, - ответили 13,5%.<sup>33</sup>



По мере интеллектуального развития подростки приобретают навыки рационального мышления.<sup>34</sup> Большинство учащихся старших классов и так принимают взвешенные решения относительно употребления наркотиков. По данным опроса, методом личного интервью, по месту жительства респондентов, проведенного в 2000 г., 90% подростков в возрасте от 12 до 17 лет воздерживались от регулярного употребления наркотиков, хотя экспериментирование было широко распространено.<sup>35</sup> Таким образом, эффективные образовательные программы по наркотикам должны иметь солидную научную основу и принимать во внимание способность подростков понимать, анализировать и оценивать свои решения.

### Различение употребления и злоупотребления

Употребление большинства наркотиков (может быть, за исключением никотина) не приводит к зависимости или злоупотреблению. Напротив, 80-90% потребителей держат под контролем потребление психоактивных веществ.<sup>36</sup> Здесь все зависит от условий. Школьники, которые употребляют алкоголь, марихуану или другие вещества, должны понимать, что существует огромная разница между употреблением и злоупотреблением, между эпизодическим и ежедневным употреблением. Они также должны знать, что они не только могут, но и должны контролировать свое потребление, проявляя умеренность и сдержанность, а также ограничивая дозы. Ни в коем случае не стоит употреблять “опьяняющие” вещества в школе, на работе, во время занятий спортом или же во время вождения автомобиля или другого транспортного средства.

### Юридические последствия употребления наркотиков

Все наркотики, включая алкоголь и табак, запрещены к употреблению подростками. Молодые люди должны знать о правовых последствиях нарушения законов, регулирующих потребление, приобретение и продажу наркотиков. С появлением новых методов тестирования на наркотики в школах, с возрастанием “нулевой толерантности” нелегальность веществ сама по себе становится дополнительным фактором риска. При обнаружении факта употребления наркотиков существует реальная угроза получить наказание с далеко идущими последствиями (исключение из учебного заведения, постановка на учет в полицейском участке, отверженность обществом). Согласно акту о высшем образовании (The Higher

Education Act), который сейчас оспаривается многими студенческими союзами, учащиеся, осужденные за любые правонарушения, связанные с наркотиками, лишаются возможности получения денежного кредита на образование.

Молодые люди должны знать, что, попадаясь на хранении наркотиков, они оказываются в зависимости от снисходительности уголовной судебной системы. Сейчас около полумиллиона американцев сидят за решеткой за нарушение законов о наркотиках. Как только подросткам исполняется 18 лет, они могут преследоваться в судебном порядке наравне с совершеннолетними гражданами и рискуют быть приговоренными к большим срокам за проступки, которые они воспринимали как незначительные. В штате Иллинойс, например, за личное хранение 15 таблеток экстази можно получить как минимум 4 года государственной тюрьмы.

### Безопасность - на первом месте

Мы не должны сбрасывать со счетов подростков, которые принимают алкоголь или другие наркотики. Подчеркивая ценность модели воздержания, нам стоит иметь в запасе стратегию, которая бы обеспечивала подростков достоверной информацией, чтобы они причиняли себе и окружающим как можно меньше вреда.

Например, мы не запрещаем автомобили, от которых гибнет гораздо больше подростков, чем от наркотиков. Вместо этого мы совершенствуем правила дорожного движения, запрещаем вождение под действием расслабляющих препаратов и настаиваем на том, чтобы водители пользовались ремнями безопасности. Когда обратили внимание на увеличение числа автокатастроф с гибелью в них подростков, программы контролируемого употребления алкоголя предложили концепцию “ответственности водителей”, которая, сохранив тысячи жизней, сделала себе имя. Когда в 1980-х годах мы узнали, что использование презервативов способно предотвратить распространение ВИЧ-инфекции и других заболеваний, передаваемых половым путем, программы сексуально-го воспитания молодежи переключились с моделей полного воздер-

**Мы должны относиться к употреблению наркотиков также, как к другим потенциально опасным действиям: вождению автомобиля или сексу**

жания. В то время родители, учителя, а также политические деятели приняли решение поставить вопросы безопасности на первое место. По всей стране программы безопасного секса и реалистичного подхода к сексуальному воспитанию были включены в школьные учебные планы. Согласно данным Центра по контролю над заболеваемостью (CDC), внедрение этого подхода отразилось не только на увеличении использования презервативов теми подростками, которые вели сексуальную жизнь, но и на снижении общих показателей сексуальной активности среди целевой группы.<sup>37</sup>

Такие всесторонние стратегии профилактики послужили хорошей моделью для реструктуризации существующих образовательных программ по наркотикам.

## **ПРОВЕДЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ ПО НАРКОТИКАМ ПО МОДЕЛИ "БЕЗОПАСНОСТЬ ПРЕЖДЕ ВСЕГО"**

Мы, учителя и родители, являемся примером для молодого поколения, и на нас лежит обязанность заполнить пробелы сегодняшнего школьного образования, в котором мало внимания уделяется наркотикам.

### ***Включение образовательных программ по наркотикам в школьное обучение***

Тема наркотиков может быть интегрирована в различные дисциплины, преподаваемые в старших классах школы, такие как физиология и биология (как наркотики воздействуют на тело), психология (как они воздействуют на мозг и психику), химия (из чего состоят наркотики), история и обществоведение (как правительство может решать проблемы с наркотиками) и социология (кто какие наркотики употребляет и почему).

Существующие учебники по предмету должны быть пересмотрены и дополнены новой информацией. Школьные советы должны пересмотреть свой подход таким образом, чтобы заменить дискретные (отдельно стоящие) профилактические программы на систему модулей, которые бы преподавались на уроках физиологии и социологии.

В идеале, в разработке новых образовательных программ должны участвовать сами учащиеся, на уроках больше внимания надо уделять интерактивным занятиям, а не лекциям. Поскольку на собственном опыте, от сверстников, в семье и из средств массовой информации подростки узнают гораздо больше, чем нам кажется. Если мы хотим создать программы, которым подростки смогли бы доверять, формальные учебные планы должны вобрать в себя наблюдения и непосредственный опыт молодых людей.<sup>38</sup>

### ***Факультативные занятия***

Большинство подростков употребляют наркотики с 15-ти до 18-ти часов и планирование обучающей деятельности в течение этого времени может быть важным шагом для реальной работы программ профилактики.

Еще одним ценным ресурсом могут стать факультативные добровольные занятия, проводимые после школы для учеников средних и старших классов, желающих поговорить о наркотиках в свободной форме, открыто или анонимно. В том же помещении может находиться эксперт по алкоголю и наркотикам, к которому можно обратиться каждую неделю в течение 1-3-х установленных часов. Это должно быть тихое, комфортное помещение, оборудованное компьютером с доступом в Интернет, поскольку основная функция подобных программ заключается в помощи учащимся самостоятельно находить ответы на свои вопросы.

Если для кого-то из школьников потребление наркотиков становится проблемой, эта факультативная программа должна предложить подростку пообщаться в неформальной обстановке со специалистом, даже если о лечении речь пока не идет. Если проблема обостряется, человека можно направить в соответствующую организацию.

### ***"Просто скажи нет"***

Всем тем, кто принимает участие в образовательных программах по наркотикам - подросткам, родителям, учителям, консультантам - необходимо взять на себя труд по поиску информации по психологическим и социальным аспектам употребления наркотиков, что подразумевает чтение литературы, информационный поиск в Интернете и консультации со специалистами.

В том, что касается темы наркотиков, нет легких ответов. Однако родители должны проявить творческие способности, чтобы начать диалог со своими детьми, а дальше - слушать, слушать, и еще раз слушать. Чтобы завести разговор, мы можем воспользоваться такими внешними зацепками как тема наркотиков в кино, на телевидении или в музыке. Если мы не будем осуждать подростков за их поведение, тогда они попросят у нас совета и руководства. Если же мы будем негодовать или грозить подросткам, они перестанут разговаривать с нами. Все очень просто. Когда дело доходит до "разговора о наркотиках", многие родители испытывают неловкость в обсуждении собственного опыта. Возможно, из-за опасений, что эти признания могут приоткрыть дверь в их собственные подростковые эксперименты с наркотиками. Для разрешения этой сложной дилеммы нет готового решения. Но имейте в виду, что обычно подростки очень чутко чувствуют уловки и полуправду, вот почему честность - наилучшая политика для долгосрочных отношений с ними.

Возможно, самое главное - чтобы подростки могли быть уверены в том, что кто-то из взрослых, кому они доверяют, поможет в случае необходимости. Они должны знать, что могут рассчитывать на нас и всегда поговорить, если они испуганы, попали в депрессию или запутались. Наша важнейшая задача - научиться слушать и понимать, не давая указаний, обычно отпугивающих подростков.

## МАТЕРИНСКИЙ СОВЕТ

Хотя школы и играют важную роль в сохранении здоровья молодых людей и в воспитании отношения к наркотикам, мы, родители, сами должны находить нужные слова и возможности обсуждать эти вопросы со своими детьми. Вот текст моего открытого письма сыну, которое было опубликовано в журнале *"San Francisco Chronicle"*.<sup>39</sup>

Дорогой Джонни,

этой осенью ты начнешь учебу в университете. Как и большинство американских подростков, ты неизбежно столкнешься с наркотиками. Как любой родитель на моем месте, я бы предпочла, чтобы ты их не употреблял. Однако я отдаю себе отчет в том, что, несмотря на мое желание, тебя, возможно, все равно потянет их попробовать.

Я не буду стараться запугивать тебя. Вместо этого, используя тот опыт и знания, которые я приобрела, занимаясь последние 25 лет изучением проблем употребления и злоупотребления, а также наркополитики, я просто поделюсь с тобой тем, что мне известно. Надеюсь на то, что это поможет тебе сделать правильный выбор. Меня волнуют только твои здоровье и безопасность.

Когда люди говорят о "наркотиках", они чаще всего имеют в виду запрещенные к использованию вещества, такие как марихуана, кокаин, метамфетамин, различные психоделические средства (ЛСД, экстази, псилоцибиновые грибы) и героин.

Но не только эти наркотики могут влиять на твоё состояние. Алкоголь, сигареты и многие другие средства (например, клей) вызывают интоксикацию того или иного рода.

Тот факт, что одни из этих веществ запрещены, а другие разрешены, не говорит о том, что одни лучше других с точки зрения причиняемого вреда. Все они на время изменяют твоё мировосприятие и образ мысли.

От некоторых ты услышишь, что наркотики доставляют удовольствие, поэтому они их и употребляют. Но наркотики - это не всегда только удовольствие. Кокаин и метамфетамин усиливают работу твоего сердца. ЛСД может вызвать потерю ориентации. Алкогольная интоксикация влияет на вождение автомобиля, курение сигарет приводит к зависимости и может вызывать рак легких, а неосторожное употребление героина может привести к внезапной смерти. Марихуана не вызывает физической зависимости или передозировки, но ее употребление определенным образом изменяет поведение людей, их реакции и образ мысли.

Я попыталась вкратце описать тебе те наркотики, с которыми ты вполне можешь столкнуться. Я не хочу запугивать тебя специально подобранными фактами, потому что я хочу, чтобы ты верил тому, что я говорю. Я не хочу говорить неправды про воздействие веществ, но существуют достаточно веские причины для молодого человека твоего возраста, чтобы отказаться от употребления наркотиков и алкоголя.

Во-первых,нахождение под воздействием марихуаны или других наркотиков часто влияет на нормальное течение жизни. Находясь в подобном состоянии, очень трудно удерживать в мозгу необходимую информацию, поэтому частое, особенно ежедневное, употребление сильно снижает способность к обучению.

Во-вторых,если ты все же хочешь попробовать марихуану, пожалуйста, подожди, пока ты станешь старше. Проблемы с наркотиками возникают чаще всего именно у тех взрослых,которые пристрастились к ним в юном возрасте.

И,наконец, твой отец и я не хотим,чтобы у тебя возникли неприятности. Употребление наркотиков и алкоголя в твоём возрасте запрещено законом, а последствия нарушения запрета очень серьезны. За последние шесть лет у нас в США количество арестов за хранение марихуаны выросло в два раза. Взрослые очень серьезно настроены по поводу "нулевой толерантности". Если ты попадаешься,то можешь быть арестован,исключен из школы, отстранен от занятий спортом, лишен водительских прав,можешь получить отказ в денежном кредите на обучение или тебя могут не принять в университет.

Несмотря на все мои призывы о воздержании,однажды ты все же можешь решить попробовать наркотики. Повторяю еще раз, это плохая идея, но если ты все же решишься,прежде узнай побольше об этом и не теряй здравый смысл. Существует огромное количество замечательных книг,статей и других источников, включая Интернет, где можно найти надежную информацию о наркотиках. И, конечно же, ты всегда можешь поговорить со мной. Если я не сумею ответить на твои вопросы,я попытаюсь помочь тебе найти необходимые ответы.

Если тебе предложат наркотики, будь осторожен. Наблюдай за поведением людей, но имей при этом в виду, что на одно и тоже вещество разные люди реагируют по разному. Если ты все же решишься попробовать, убедись прежде, что ты находишься среди людей, на которых можно положиться. Заранее продумай, как ты будешь добираться до дома. Ни в коем случае не управляй машиной под воздействием алкоголя или наркотиков, а также не позволяй этого делать никому другому, кто находится в таком же состоянии. Позвони нам или кому-нибудь из наших близких друзей в любое время дня и ночи. Мы приедем и заберем тебя, не сказав ни слова.

И,пожалуйста,Джонни, помни о сдержанности. Совершенно невозможно узнать,что входит в состав запрещенных наркотиков,поскольку их производство никем не контролируется. Большинство смертельных передозировок происходит потому, что молодые люди не знают, насколько сильный нарко-

тик они употребляют, а также как он сочетается с другими. Пожалуйста, не участвуй в питейных соревнованиях, которые погубили уже так много молодых жизней. Хотя сама по себе марихуана не представляет смертельной опасности, слишком большая доза может вызвать у тебя потерю ориентации,а иногда даже паранойю. И, конечно же, курение может причинить вред твоим легким, что может сказаться позже.

Джонни,мы с отцом много раз говорили тебе о разных вещах (например, о сексе): думай о последствиях своих поступков до того, как их совершишь. Наркотики - не исключение. Будь критичным. И самое главное - не подвергай себя опасности.

*Love, Mom*

## РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

Hersh, Patricia. *A Tribe Apart: A Journey into the Heart of American Adolescence*. [Потерянное племя: путешествие к сердцу американского подростка] New York: Ballantine Books, 1999.

Weil, Andrew, MD, and Winifred Rosen. *From Chocolate to Morphine: Everything You Need to Know About Mind-Altering Drugs*. [От шоколада до морфина: все, что вам нужно знать о веществах, изменяющих сознание] Boston: Houghton Mifflin,1998.

Zimmer, Lynn, and John P. Morgan. *Marijuana Myths, Marijuana Facts: A Review of the Scientific Evidence*. [Мифы и факты о марихуане: обзор научных свидетельств] New York: Lindesmith Center, 1997.

## ОБ АВТОРЕ

Марша Розенбаум получила степень профессора в области медицинской социологии (Калифорнийский университет, Сан-Франциско) в 1979 году. В течение восьми лет она работала на гранты Национального института по злоупотреблению наркотиками, проводя исследования по героиновой зависимости, крэку, экстази и лечению от наркотиков.



Она является автором книг “*Women on Heroin: Pursuit of Ecstasy: the MDMA Experience*” [Женщины на героине: в поисках наслаждения: опыт употребления MDMA] (with Jerome Beck), “*Pregnant Women on Drugs: Combating Stereotypes and Stigma*” [Беременные женщины на наркотиках: борьба со стереотипами и стигмой] (with Sheigla Murphy), “*Safety First: A Reality-Based Approach to Teens, Drugs and Drug Education*” [Безопасность прежде всего. Подростки, наркотики и образовательные программы: реалистичный под-

ход], и множества научных статей о потреблении наркотиков, злоупотреблении ими, нарколечении и наркополитике.

Кроме того, ее статьи о наркотиках опубликованы в *San Francisco Chronicle*, *the Oakland Tribune*, *the San Diego Union-Tribune*, *Chicago Tribune*, *Los Angeles Times*, *USA Today*, *the Detroit News*, *Newsday* и *La Opinion*.

Марша Розенбаум - мать 18-летнего сына, 24-летней дочери и двух приемных дочерей.

## ЛИТЕРАТУРА

1. *Summary: FY 2002 National Drug Control Budget* [Итоговый доклад: Национальный бюджет контроля за наркотиками FY 2002] (Washington, D.C.: Office of National Drug Control Policy, April 2001). Доступен в Интернет 28 Янв. 2002

<http://www.whitehousedrugpolicy.gov/publications/policy/budget02/index.html>

2. L.D. Johnston, P.M. O'Malley and J.G. Bachman. *Trends in Use of Various Drugs - Tables 1(a-c)-5. Monitoring the Future: A continuing study of American youth.* [Тенденции в употреблении наркотиков - Таблицы 1(a-c)-5. Исследуя будущее: изучение американской молодежи], доступен в Интернет 28 Янв. 2002

<http://www.monitoringthefuture.org>

3. *Making the Grade: A Guide to School Drug Prevention Programs.* [Шаг за шагом: Руководство по проведению профилактических программ в учебных заведениях] (Washington, DC: Drug Strategies, 1999).

4. R. Skager. *Can Science-Based Prevention Deliver the Goods in the Real World? [Может ли научно обоснованная профилактика принести пользу в реальной жизни?]* Prevention File [Вестник профилактики] Winter (1998): 11-14.

5. I.G.G. Kreft and J.H. Brown. *Zero Effects of Drug Prevention Programs: Issues and Solutions*, [Нулевой эффект наркопрофилактики: возможности и решения] Evaluation Review [Оценочное обозрение] 22.1 (1998): 3-14; D.M. Gorman. *The Irrelevance of Evidence in the Development of School - Based Drug Prevention Policy/.* 1986-1996 [Искажение фактов в развитии программ наркопрофилактики в учебных заведениях в 1986-1996 гг.] Evaluation Review [Оценочное обозрение] 22.1 (1998): 118-146.

6. E. Wyszog, R. Aniskiewicz and D. Wright. *Truth and D.A.R.E.: Tracking Drug Education to Graduation and as Symbolic Politics* [Правда о программе D.A.R.E.: исследование результатов программы после окончания студентами учебного заведения] 41.3 (1994): 448-72; S.T. Ennet et.al. *How Effective is Drug Abuse Resistance Education? A Meta-Analysis of Project D.A.R.E. Outcome Evaluations* [Насколько эффективны программы профилактики злоупотребления наркотиками? Мета-анализ результатов проекта D.A.R.E.] American Journal of Public Health 84.9 (1994): 1394-1401; D.R. Lynam et. al. *Project D.A.R.E.: No Effects at 10-Year Follow-Up*, [Проект D.A.R.E.: никаких эффектов через 10 лет] Journal of Consulting and Clinical Psychology [Журнал консультирования и клинической психологии] 76.4 (1999): 590-593; N.S. Tobler and H.H. Stratton. *Effectiveness of School-Based Drug Prevention Programs: A Meta-Analysis of the Research* [Эффективность программ наркопрофилактики в учебных заведениях: мета-анализ исследования] The Journal of Primary Prevention [Журнал первичной профилактики] 18.1 (1997): 71-128; R.L. Dukes, J.B. Ullman and J.A. Stein. *A three-year follow-up of Drug Abuse Resistance Education*

- (D.A.R.E.) [Изучение результатов программы D.A.R.E. через 3 года] Evaluation Review [Оценочное обозрение] 20 (1996): 49-66; R.R. Clayton, A.M. Cattarello and B.M. Johnstone. *The effectiveness of drug abuse resistance education (Project D.A.R.E.): 5-year follow-up results* [Эффективность программы противостояния злоупотреблению наркотиками (проекта D.A.R.E.): последствия через 5 лет] Preventive Medicine [Профилактическая медицина] 25 (1996): 307-18; D.P. Rosenbaum and G.S. Hanson. *Assessing the Effects of School-Based Drug Education: A Six-Year Multi-Level Analysis of Project D.A.R.E.* [Оценка эффективности образовательных программ по наркотикам в учебных заведениях: шестилетний многоуровневый анализ проекта D.A.R.E.] (University of Illinois at Chicago: Department of Criminal Justice and Center for Research in Law and Justice, 1998).
7. Wyszog, Aniskiewicz and Wright, op. cit.
8. *Let's Talk: A Video for Adults about Teens and Drug Education* [Поговорим: видеофильм для взрослых о подростках и образовании в области наркотиков] prod. and dir. M. Lange, 13.5 min., Street Media Inc., 1999, видеокассета.
9. Ibid.
10. Ibid.
11. D. Kaufman et. al. *Recent Patterns of Medication Use in the Ambulatory Adult Population of the United States* [Новейшие способы использования медикаментов у взрослых амбулаторных больных в США] Journal of the American Medical Association [Журнал Американской медицинской ассоциации] 287.3 (2002): 337-44.
12. *Substance Abuse and Mental Health Services Administration* [Администрация служб по контролю над злоупотреблением наркотиками и психическим здоровьем] (SAMHSA), *Summary of Findings from the 2000 National Household Survey on Drug Abuse* [Итоговый доклад Национального исследования злоупотребления наркотиками в семьях -- 2000] (Rockville, MD: Office of Applied Studies, NHDHA Series H-13, DHHS Publications No. (SMA) 01-3549, 2001).
13. B. Knickerbocker. *Using Drugs to Rein in Boys* [Использование сдерживающих препаратов у детей] The Christian Science Monitor [Вестник христианской науки], 19 May 1999: 1.
14. По теме наркотиков в американской культуре освещена в книге см. C.Reinarman and H.G. Levine. *The Cultural Contradictions of Punitive Prohibition, Crack in America: Demon Drugs and Social Justice* [Культурным противоречия карательного запрета, Крэк в Америке: демонизированные наркотики и социальная справедливость] (Berkeley: University of California Press, 1997).
15. M. Newcomb and P. Bentler. *Consequence of Adolescent Drug Use: Impact on*

*the Lives of Young Adults* [Последствия употребления наркотиков в подростковом возрасте: влияние на взрослую жизнь] (Newbury Park, CA: Sage, 1988); J. Shedler and J. Block. *Adolescent Drug Use and Psychological Health: A Longitudinal Inquiry* [Употребление наркотиков подростками и психологическое здоровье: лонгитюдное исследование] American Psychologist [Американский психолог] 45 (1990): 612-630.

16. J.H. Brown and J.E. Horowitz. *Deviance and deviants: Why adolescent substance use prevention programs do not work* [Девиантность и люди с девиантным поведением: почему программы наркопрофилактики у подростков неэффективны] Evaluation Review [Оценочное обозрение] 17.5 (1993): 529-55.

17. M. Taylor and Y. Berard, *Anti-drug programs face overhaul*, [Программы против наркотиков требуют пересмотра] Fort Worth Star-Telegram, 1 Nov. 1998: 1.

18. *Drug Use Among Youth: No Simple Answers to Guide Prevention* [Употребление наркотиков среди молодежи: нет простых способов профилактики] (Washington, D.C.: GAO, 1993); D.F. Duncan. *Problems Associated with Three Commonly Used Drugs: A Survey of Rural Secondary School Students* [Проблемы, связанные с тремя наиболее часто употребляемыми наркотиками: исследование поведения учащихся средних школ в сельской местности] Psychology of Addictive Behavior [Психология аддиктивного поведения] 5.2 (1991): 93-96.

19. 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* [Чем объясняется недавнее снижение употребления кокаина среди молодых людей: ещё одно подтверждение, что оценка риска и неодобрение окружающих ведут к снижению употребления наркотика] Journal of Health and Human Social Behavior [Журнал здоровья и социального поведения человека] 31.2 (1990): 173-184.

20. L. Zimmer and J.P. Morgan. *Marijuana Myths, Marijuana Facts: A Review of the Scientific Evidence* [Мифы и факты о марихуане: Обзор научных свидетельств] (New York: The Lindesmith Center, 1997).

21. M. Gray. *Texas Heroin Massacre* [Техасская героиновая бойня], Rolling Stone, 27 May 1999: 32-36.

22. L.D. Johnston, P.M. O'Malley and J.G. Bachman. *Rise in Ecstasy Use among American Teens Begins to Slow* [Рост употребления экстази американскими подростками начинает замедляться] (Ann Arbor, MI: University of Michigan News and Information Services, 19 Dec. 2001).

23. M. Rosenbaum. *Just Say No Wins Few Points With Ravers* [Просто скажи нет" мало популярна среди рейверов] Los Angeles Times, 31 Jan. 2001: A13.

24. D. Kandel. *Stages in Adolescent Involvement in Drug Use* [Этапы вовлечения подростков в употребление наркотиков] *Science* 190 (1975): 912-14; S.G. Gabany and P. Plummer. *The Marijuana Perception Inventory: The Effects of Substance Abuse Instruction* [Исследования восприятия употребления марихуаны: эффекты инструкторов по злоупотреблению наркотическими веществами] *Journal of Drug Education* [Журнал образования в области наркотиков] 20.3 (1990): 235-45.
25. Zimmer and Morgan, op. cit.; Brown and Horowitz, op. cit.; SAMHSA, op. cit.
26. Zimmer and Morgan, op. cit.
27. A. Golub and B. Johnson, *Variation in youthful risks of progression from alcohol/tobacco to marijuana and to hard drugs across generations* [Риск перехода молодёжи от алкоголя/табака к марихуане и тяжёлым наркотикам -- различия между поколениями] *American Journal of Public Health* [Журнал здравоохранения Америки] 23.2 (2001): 225-232; Institute of Medicine, *Marijuana and Medicine: Assessing the Science Base* [Институт медицины, Марихуана и медицина: оценка научной базы] (Washington, D.C.: National Academy Press, 1999).
28. SAMHSA, op. cit.
29. *Drug Use Among Youth* [Употребление наркотиков среди молодёжи], op. cit.; на тему проблемы подростков и их "рискованного поведения" см. L. Ponton, *The Romance of Risk: Why Teenagers Do the Things They Do* [Романтика риска: почему подростки это делают] (New York: Basic Books, 1997); C.L. Ching, *The goal of abstinence: Implications for drug education*, [Цель воздержания: значение для образования в области наркотиков] *Journal of Drug Education* [Журнал образования в области наркотиков] 11.1 (1981): 13-18.
30. G. Botvin and K. Resnicow, *School-Based Substance Use Prevention Programs: Why Do Effects Decay?* [Программы наркопрофилактики в учебных заведениях: почему результаты ничтожны?] *Preventive Medicine* [Профилактическая медицина] 22.4 (1993): 484-490.
31. M. Rosenbaum, *Telling our children what we know about Ecstasy*, [Расскажите детям, что мы знаем об экстази] *The San Diego Union-Tribune*, 9 Aug. 2001: B11.
32. C.E. Martin, D.F. Duncan and E.M. Zunic, *Students' Motives for Discontinuing Illicit Drug Taking*, [Мотивации прекращения употребления незаконных препаратов у учащихся] *Health Values: Achieving High Level Wellness* 7.5 (1983): 8-11; R. Skager [Ценность здоровья: к здоровому образу жизни] and G. Austin, *Sixth Biennial California Student Substance Use Survey* [Шестое двухгодичное исследование употребления наркотиков учащимися Калифорнии] (Sacramento: Office of the Attorney General, State of California, 1998).
33. J.H. Brown, M. D'Emidio-Caston and J. Pollard, *Students and substances: Social power in drug education*, [Учащиеся и наркотики: влияние общества на образование в области наркотиков] *Educational Evaluation and Policy Analysis* 19 (1997): 65-82.
34. D. Moshman, *Adolescent Psychological Development: Rationality, Morality and Identity* [Психологическое развитие подростков: Рациональность, мораль, идентификация] (Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Inc., 1999); M.J. Quadrel, B. Fischhoff and W. Davis, *Adolescent (in)vulnerability* [(Не)уязвимость подростка], *American Psychologist* [Американский психолог], 48.2 (1993): 102-116.
35. SAMHSA, op. cit.
36. T. Nicholson, *The Primary Prevention of Illicit Drug Problems: An Argument for Decriminalization and Legalization*, *The Journal of Primary Prevention* 124 (1992): 275-88; [Первичная профилактика проблем употребления запрещённых препаратов: Аргумент в пользу декриминализации и легализации], *Журнал первичной профилактики* 124 (1992): 275-88; C. Winick, *Social Behavior, Public Policy, and Nonharmful Drug Use*, [Социальное поведение, социальная политика и безопасное употребление наркотиков] *The Milbank Quarterly* [Ежеквартальный выпуск Милбанк] 69.3 (1991): 437-57; E. Goode, *Drugs in American Society* [Наркотики в американском обществе] (New York: McGraw-Hill, 1999).
37. L. Kann et. al., *Youth Risk Surveillance Behavior - United States, 1999*, *Morbidity and Mortality Weekly Report* 49.SS05 (9 June 2000): 1-96. [Поведение при исследовании группы риска -- Соединённые Штаты, 1999], Ежегодный отчёт по заболеваемости и смертности 49.SS05 (9 June 2000): 1-96. Доступно в Интернет 26 Янв. 2002 <http://www.cdc.gov/mmwr/preview/mmwrhtml/ss4905a1.htm>.
38. Martin, Duncan and Zunic, op. cit. По теме обучения равных равными см. J. Cohen, *Achieving a Reduction in Drug-related Harm through Education*, *Psychoactive Drugs and Harm Reduction: From Faith to Science*, [Как снизить вред от употребления наркотиков с помощью обучения], Психоактивные вещества и снижение вреда: От веры к науке] N. Heather et. al., eds. (London: Whurr, 1993) а т.ж. Brown and Horowitz, op. cit.
39. M. Rosenbaum, *A Mother's Advice* [Совет матери], *San Francisco Chronicle*, 7 Sept. 1998: A23.



## БЛАГОДАРНОСТИ И ПОСВЯЩЕНИЕ

Джулии Рукель, Сью Эддредж, Рэту Харлстон и Джинни Вэйл, моим сотрудникам в Drug Policy Alliance, за необыкновенную помощь на всех этапах работы над настоящим изданием книги.

Шайне Самуэльс, Джону Ирвинг и родителям студентов профессора Крейга Рейнармана Калифорнийского Университета, которые прочитали книгу и предложили свои комментарии.

Холи Поттер и всей ее команде, которые сделали полезные предложения и издали *“Безопасность прежде всего”*.

Организации “СПИД Фонд Восток-Запад” за перевод и выпуск русскоязычного издания *“Безопасность прежде всего”*.

Линн Зиммер за постоянные беседы, а особенно за ее замечание о бессрочных образовательных программах по наркотикам, которое существенно повлияло на мои представления об обучении в области наркотиков.

Этану Надельману, исполнительному директору Drug Policy Alliance, который вдохновил меня на идею пересмотреть книгу, а также Дэвиду Барру за его уверенность в ценности этого проекта, что позволило переиздать и широко распространить книгу *“Безопасность прежде всего”*.

Моей семье за терпимость к моему отсутствию дома пока я писала и переписывала книгу. Моим детям, Анни и Джонни, которые позволили мне обнародовать наши разговоры о наркотиках. Я очень благодарна за эту редкую возможность.

Эта книга посвящена родителям, которые проявляют здравомыслие и, заботясь о безопасности, разделяют мое убеждение в необходимости предоставления правдивой информации о наркотиках нашим детям.



Сентябрь 2002 года