

## รณรงค์ต่อต้านยาเสพติด



### รณรงค์ต่อต้านยาเสพติด

Drug Free ห่วงไกล ยาเสพติด รัฐบาลมีนโยบายชัดเจนในการแก้ไขปัญหา ยาเสพติด โดยมีนโยบาย ๕ ร้วป้องกัน คือ ร้วครอบครัว ร้วโรงเรียน ร้วชุมชน ร้วสังคม และ ร้วชายแดน ซึ่งจะต้องมีมาตรการอย่างชัดเจน ทั้งมาตรการการป้องกันไม่ให้เด็กหันไปหายาเสพติด การป้องปราม และปราบปราม ดังนั้น หากมีเด็ก หรือ บุคลากรทางการศึกษา เป็นผู้ค้า ยาเสพติด ก็ต้องป้องปราม และหากมีผู้ติดยาเสพติดก็จำเป็นต้องมีการบำบัดรักษา โดยจะมีโครงการต่างๆ เช่น TO BE NUMBER ONE โครงการเพื่อนช่วยเพื่อน กิจกรรมต่างๆไม่เว้นการต่อต้านการดื่มสุรา และ การสูบบุหรี่ เพราะสิ่งเหล่านี้ จะนำพาไปสู่การติดยาเสพติดในอนาคต ไม่เฉพาะนักเรียน นักศึกษาเท่านั้น แต่ครู อาจารย์ ผู้บริหาร และบุคลากรทางการศึกษาก็จำเป็นต้องเป็นตัวอย่างที่ดี แก่เด็ก และเยาวชน

### นโยบายการแก้ปัญหา ยาเสพติดในสถานศึกษา (Drugs)

ต้องล้อม ร้วโรงเรียน เพื่อป้องกันยาเสพติดแพร่ระบาดเข้ามาในสถานศึกษาอย่างครบวงจร โดยมีมาตรการต่างๆ ในการป้องกัน บำบัดรักษา ปราบปรามผู้ค้า ซึ่งจะต้องทำความเข้าใจด้วยว่ายาเสพติดนั้นให้หมายรวมถึงบุหรีด้วย เพราะผลวิจัยถือว่า บุหรีเป็นจุดเริ่มต้นที่จะนำไปสู่การติดยาเสพติด อื่นที่รุนแรงขึ้น จึงจำเป็นต้องสกัดเยาวชนไม่ให้สูบบุหรี นอกจากนี้การจะแก้ปัญหาให้ได้ผล จะต้องให้สถานศึกษาเป็นเขตปลอดบุหรี โดยครู ผู้บริหาร จะต้องไม่สูบบุหรีเพื่อเป็นตัวอย่างที่ดีให้แก่เด็ก นอกจากนี้สถานศึกษาต้องยอมรับความจริงได้ว่าเด็กของท่านเป็นเด็กกลุ่มเสี่ยง จำนวนเท่าใด เพื่อจะได้นำไปสู่การแก้ปัญหาได้ตรงจุด

## การป้องกันและการแก้ไขปัญหายาเสพติด

ปัจจุบันเยาวชนที่ตกเป็นทาสของยาเสพติดส่วนมากมาจากสาเหตุหลายประการที่เกิดจากตัวเยาวชนเอง เช่น

- ความอยากรู้ อยากทดลอง ความคึกคะนองของเยาวชน
- ความต้องการให้เป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อนหรือเข้ากับเพื่อนได้
- ความไม่รู้หรือรู้เท่าไม่ถึงการณ์ของเยาวชนใช้ยาในทางที่ผิดหรือหลงเชื่อคำ โฆษณา
- จิตใจของเยาวชนเอง จิตใจอ่อนแอ ใจคอไม่หนักแน่น เมื่อมีปัญหา ไม่สมหวัง ไม่ไต่รตรงหาเหตุผลเพื่อแก้ปัญหา ก็ใช้ยาหรือยาเสพติดเป็นเครื่องช่วยระงับความรู้สึกทุกข์ของตน ใช้บ่อยๆ ทำให้เกิดการเสพติด ฉะนั้น การป้องกันและแก้ไขตนเองของเยาวชนให้ปลอดภัยจากปัญหายาเสพติด สามารถกระทำได้โดย

๑. ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับโทษและพิษภัยของยาเสพติด และระมัดระวังในการใช้ยา
๒. รู้จักเลือกคบเพื่อนที่ดี ส่งเสริมให้คิดและกระทำสิ่งดีมีประโยชน์กล้าพูดปฏิเสธเพื่อนที่ชักจูงไปใน ทางที่ไม่ดี เช่น การพูดปฏิเสธเพื่อนที่ชวนให้ลองเสพยาเสพติด
๓. ใช้เวลาว่าง และความอยากรู้ อยากลอง ไปในทางที่เป็นประโยชน์พึงระลึกเสมอว่าตนเองนั้นมีคุณค่าทั้งต่อตนเอง ครอบครัว และสังคม
๔. มีความภาคภูมิใจและนับถือตนเอง ด้วยการไม่พึ่งพาหรือเกี่ยวข้องกับอบายมุขและสิ่งเสพติดใดๆ ซึ่งจะนำความเสื่อม ไปสู่ชีวิตของตนเอง
๕. รู้จักแก้ไขปัญหาชีวิตของตนเองด้วยเหตุและผล
๖. รู้จักบทบาทหน้าที่ของตนเอง ด้วยการตั้งใจศึกษาเล่าเรียน เชื่อฟังคำสั่งสอนของ พ่อแม่และ ประพฤติแต่ในสิ่งที่ดีงาม จะช่วยให้เยาวชนประสบความสำเร็จในชีวิต
๗. ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใส เข้าใจวิธีการดำเนินชีวิตและยอมรับความเป็นจริง ที่ตนเองเป็นอยู่ โดย นำหลักศาสนามาเป็น แนวทางในการดำเนินชีวิต จะช่วยให้เยาวชนเกิดความมั่นคงทางด้านจิตใจ มากขึ้น
๘. เมื่อมีปัญหา รู้จักปรึกษาผู้ใหญ่ พ่อ แม่ หรือผู้ที่ไว้วางใจ หรือ หน่วยงานต่างๆ ที่รับให้ คำปรึกษา ในฐานะที่เยาวชนเป็น สมาชิกคนหนึ่งของครอบครัว จึงควรมีส่วนช่วย พ่อแม่ ผู้ปกครอง

## เยาวชนกับปัญหายาเสพติด

เมื่อ พูดถึงปัญหายาเสพติด คนส่วนใหญ่ก็มักจะมุ่งความสนใจไปที่กลุ่มผู้ผลิต ผู้ค้าและผู้เสพยาเสพติด โดยเฉพาะผู้เสพยาเสพติดที่เป็นเยาวชน ซึ่งเป็นผู้เสียหายโดยตรง จึงทำให้ทุกฝ่าย ไม่ว่าจะเป็นบิดามารดา ครู ผู้ปกครอง องค์กรภาครัฐ และภาคเอกชน ตลอดจน สื่อมวลชนต่างก็ให้ความสนใจที่จะเข้ามามีส่วนร่วมในการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด โดยเฉพาะการพยายามสื่อสารเพื่อสร้างความเข้าใจที่ถูกต้องแก่เด็กและเยาวชน ให้มีชีวิตที่ดั่งงามห่างไกลจากยาเสพติด ซึ่งต้องระมัดระวังทั้งในเรื่องของการสรรหาวิธีการและเลือกเพื่อนเนื้อหา ข้อความที่เข้าถึงเยาวชนได้ตรงจุด ทั้งนี้เพราะเด็กและเยาวชนนั้นจะมีลักษณะพิเศษ เช่น ไม่ชอบให้ใครว่ากล่าวตักเตือนตรง ๆ โดยเฉพาะผู้ใหญ่ แต่จะรับข่าวสารข้อมูลได้มากขึ้นถ้าเยาวชนด้วยกันเป็นผู้ให้ข่าวสารข้อมูล นั้นหรือตนเองเป็นผู้มีส่วนร่วมในการสื่อสารด้วย สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด

(สำนักงาน ป.ป.ส.) จึงได้จัดรายการโทรทัศน์เพื่อการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในกลุ่มเยาวชน ไทยขึ้น คือ รายการ “ฮัลโหล ไทยทีน” (HelloThai Teen) ซึ่งเป็นรายการโทรทัศน์เพื่อการป้องกันยาเสพติดของเยาวชน โดยเยาวชน และเพื่อเยาวชน

รายการ “ฮัลโหล ไทยทีน” เผยแพร่ออกอากาศทั่วประเทศทางสถานีโทรทัศน์ช่อง ๑๑ กรมประชาสัมพันธ์ ทุกวันอาทิตย์ เวลา ๑๘.๐๒ - ๑๘.๓๐ น. เป็นประจำมีสมาชิกร่วมแลกเปลี่ยนส่งข่าวสารผ่านรายการทางจดหมาย E-mail โทรศัพท์ และ วิชิตติดตามตัวเป็นจำนวนประมาณ ๔,๐๐๐ ราย โดยมีพิธีกรเป็นเยาวชน และเสนอกิจกรรมทางเลือกของเยาวชนที่หลากหลายทั้งในด้านกีฬา ดนตรี งานอดิเรก และการนำเสนอความคิดเห็นของเด็ก เยาวชน ในเรื่องปัญหายาเสพติด หากจะมีแขกของรายการที่เป็นผู้ใหญ่เข้าไปร่วมรายการด้วย ก็จะต้องปรับภาษาพูดและเนื้อหาที่นำเสนอให้เป็นเรื่องที่เป็นเหตุเป็นผล และพูดถึงเรื่องประสบการณ์จริงที่เยาวชนเคยพบเห็น หรือเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตของเด็กและเยาวชน

ในการพบปะกับเยาวชนของเลขาธิการคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด(นาย สรสิทธิ์ แสงประเสริฐ) กับน้อง ๆ เยาวชนในรายการโทรทัศน์ “ฮัลโหล ไทยทีน” แต่ ละครึ่งได้นำเสนอแนวคิดที่เป็นเหตุเป็นผล และเป็นเรื่องที่ใกล้ตัวอยู่ในวิถีชีวิตของเด็กและเยาวชน ซึ่งผู้เขียนมองเห็นว่าเป็นประโยชน์ต่อการนำไปเผยแพร่ในการพูดคุยเรื่องยาเสพติดกับเยาวชนต่อไป จึงได้รวบรวมและเรียบเรียงประเด็นหลัก ๆ ไว้ดังนี้

## อิทธิพลของเพื่อน

เพื่อนเป็นคนสำคัญของเราก็จริงอยู่ แต่ถ้าเพื่อนมีอิทธิพลต่อเราในทางที่ไม่ดี พาไปเสียผู้เสียคน ในฐานะที่เราเป็นเพื่อนก็ต้องให้สติด้วยการตัดเพื่อน และปฏิเสธไม่ทำตามและชักจูงให้เขาได้ใช้ชีวิตที่ถูกต้องและดีงาม แต่ถ้าหากเป็นเรื่องที่ยุ่งยาก เหลือปากว่าแรงก็คงต้องโบกมือลาเลิกคบเสียดีกว่า ถ้อยคำที่ว่า “มีเพื่อนดีเพียงหนึ่ง ถึงจะต้อง ดีกว่าเพื่อนร้อยเพื่อนแล้ว”

## ถ้าเป็นเรื่องยาเสพติด ไม่จำเป็นต้องพิสูจน์ด้วยตนเอง

เรื่องบางเรื่องจำเป็นต้องพิสูจน์ด้วยตนเองแล้วจึงเชื่อ แต่เรื่องยาเสพติดไม่จำเป็นต้องพิสูจน์ด้วยตนเอง เพราะกาลเวลาผ่านไปก็ยุคก็สมัย ยาเสพติดก็ยังคงเป็นสิ่งที่มึนพิษภัยต่อร่างกาย และมีผลกระทบทำลายครอบครัว ชุมชน และความมั่นคงของประเทศชาติ หากลูกหลานจะลงทุนพิสูจน์ยาเสพติดด้วยการทดลองใช้ด้วยตนเองก็เป็นการลงทุน ที่สูงมาก ไม่คุ้มกับการลงทุน เพราะยาเสพติดมีฤทธิ์ทางเภสัช ทำให้เสพติดได้ และเลิกได้ยาก บางทีอาจสูญเสียเวลาและอนาคตกับเรื่องนี้ไปตลอดชีวิต เพราะฉะนั้นอย่าได้คิดทดลองเลยจะดีกว่า

## เยาวชนจะต้องรู้เท่าทันผู้ค้ายาเสพติด

เยาวชนส่วนใหญ่อยู่ในวัยเรียน มีเงินอยู่ในกระเป๋าเสมอสำหรับค่าขนม และค่าใช้จ่ายส่วนตัวที่จำเป็น ซึ่งพ่อแม่และผู้ปกครองให้มา จึงทำให้ผู้ลักลอบค้ายาเสพติดมีความมั่นใจว่าการค้ายาเสพติดให้กับเยาวชน นั้นจะทำให้มีลูกค้าอยู่เสมอ และใช้กลยุทธ์ในการขายแบบขายตรง(Direct sale) ใน กลุ่มเพื่อนสนิท และด้วยความเป็นเพื่อนสนิทจึงไม่กล้าเปิดเผยความผิดของเพื่อน และไม่กล้าปฏิเสธเพื่อน จึงทำให้การแพร่ระบาดของยาเสพติดเป็นไปอย่างกว้างขวางและรวดเร็ว จึงจำเป็นที่เยาวชนจะต้องรู้เท่าทันกลลวงของผู้ค้ายาเสพติดที่จ้องจะดูดเงิน ค่าขนมในกระเป๋าของเยาวชนตลอดมา

## ติดกีฬาก็มีความสุขได้

การเล่นกีฬาไม่ใช่เป็นแต่เพียงกิจกรรมทางเลือกที่เบี่ยงเบน ความสนใจของ เยาวชนให้ห่างไกลยาเสพติดเท่านั้น แต่ทางวิทยาศาสตร์การแพทย์ เชื่อว่า การออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬานั้นจะทำให้ต่อมไร้ท่อได้สมองหลังสารเคมี ชนิดหนึ่งชื่อ

“เอนโดฟิน” ออกมา ซึ่งสารชนิดนี้ จะทำให้รู้สึกสดชื่น และ เป็นสุข ผู้ที่ออกกำลังกายอยู่เสมอจึงมีสุขภาพแข็งแรงสมบูรณ์สมกับที่กล่าวไว้ว่า

“กีฬา กีฬา เป็นยาวิเศษ” ดังนั้น จึงควรที่จะช่วยกันส่งเสริมให้เยาวชนได้ออกกำลังกายและเล่นกีฬา เพื่อให้มีสาร “เอนโดฟิน” อยู่ในร่างกายเกิดความสุขได้โดยไม่ต้องพึ่งพายาเสพติด