

## ورقه معلوماتی برای والدین 2:

# آیا طفل من مواد مخدره مصرف می نماید؟

مواد مخدری که باعث تغییر حالات روحی می گردند مواد مخدره روانگردان نامیده می شوند. آنها ممکن است بر روی افکار، احساسات و رفتار های یک فرد تاثیر بگذارند.

ماده مخدره ماده ای غیر از مواد خوراکی می باشد که برای تغییر نحوه عملکرد جسم و یا ذهن مصرف می گردد.

### در صورتیکه عقیده دارم طفل من مواد مخدره مصرف می نماید باید چه کار کنم؟

به جای نتیجه گیری عجولانه، بهترین کار صحبت با آنها برای آگاهی از وضعیت آنها و پس از آن پیدا کردن راهکارهایی برای اطمینان بخشیدن و حمایت از آنها می باشد. (جهت کسب معلومات بیشتر ورقه معلوماتی برای والدین را ملاحظه نمایید: صحبت با اطفالتان درباره الکل و مواد مخدره دیگر در SDERA وب سایت).

در صورتیکه طفلتان شما را از اینکه مواد مخدره مصرف می نماید مطلع می سازد، به خاطر داشته باشید که اکثر استفاده از مواد مخدره بطور مثال استفاده آزمایشی از مواد مخدره همیشه منجر به اعتیاد و مشکلات با مواد مخدره نمی گردد.

### زمانی که با طفل خود درباره مصرف مواد مخدره صحبت می نمایید:

#### زمان و مکانی را برای صحبت انتخاب نمایید.

صحبت با طفلتان درباره مواد مخدره می تواند مشکل باشد. زمانی که طفلتان برای صحبت با شما احساس راحتی می نماید را انتخاب کنید. از آنها سوال نمایید که کدام مواد مخدره را آزمایش نموده اند و در مورد استفاده خود از این مواد چه احساسی دارند. با ملایمت صحبت نمایید و با دقت به آن چه که می گویند گوش دهید. در صورتیکه ناراض شوید و عکس العمل زیاده از اندازه نشان دهید، امکان یک محاوره باز و مفید را از دست می دهید.

#### نگرانیهای خود را اظهار و اذعان نمایید

نگرانیهای خود را درباره مصرف مواد مخدره طفلتان اظهار نمایید. در صورتیکه طفلتان با مشکلات دیگری مواجه می باشد، او را تشویق به مطرح ساختن آنها با خود نمایید. آمادگی شنیدن آنچه را که می گویند داشته باشید و بدون اینکه درباره آنها قضاوت کرده باشید جواب دهید تا نشان دهید که شما نگران بوده و تنها صلاح آنها را می خواهید. به طفل خود بگویند که شما برای کمک با او حاضر می باشید و اینکه با کمک یکدیگر راه چاره ای پیدا کرده می توانید.

از الکل و مواد مخدره دیگری که به آنها کمک می نماید تا مصون باقی بمانند اینها را با هم تمرین نمایید. شما همچنین می توانید به آنها کمک نمایید تا پلانی را برای دریافت کمک تنظیم نمایند تا بدانند در صورتیکه دوستانشان پس از مصرف الکل یا مواد مخدره دیگر دچار مشکل شود یا در صورت بروز هر گونه وضعیت عاجل دیگر باید چه کار نمایند.

گفتن اینکه چه زمانی فردی ممکن است مواد مخدره مصرف نماید آسان نمی باشد. در حالیکه تغییر در حالات روحی و رفتار ممکن است بدلیل استفاده از مواد مخدره باشد آن همچنین ممکن است نشانه های عدم قابلیت مقابله با چیزی در زندگی باشد و هیچگونه ارتباطی با مواد مخدره نداشته باشد.

بعضی رفتار هایی که ممکن است دلیلی برای نگرانی باشند بشمول موارد ذیل می باشد:

- خستگی مفرط و تغییر در الگوهای خواب
- تغییر دوستان و فعالیتهای اجتماعی
- کمبود انرژی و توان
- خود داری از صحبت و مصاحبت فامیلی
- تغییرات ناگهانی در حالات روحی
- عدم تمایل به جواب دادن به سوالها
- غیر حاضری از مکتب، کاهش نمرات و مسائل انضباطی
- رفتار غیر معمول
- عدم امانت داری
- مشکل با پولیس.

مهم است که بخاطر داشته باشید که بسیاری از این رفتارها در میان نوجوانانی که در سن بلوغ می باشند و یا دوران سختی را سپری می نمایند، بسیار معمول است.

## درخواست کمک و مشوره نماييد

شما تنها نمی باشید. مراکز خدماتی موجود می باشند که شما جهت دریافت کمک متناسب با وضعیتتان به آنها دسترسی داشته می توانید. شما با داکتر خود و یا مرکز خدماتی الکل و مواد مخدره محلی خودتان درباره موارد ذیل صحبت کرده می توانید:

### کسب معلومات

#### SDERA

p: (08) 9402 6415

e: sdera.co@education.wa.edu.au

w: www.sdera.wa.edu.au

#### بنیاد الکل و مواد مخدره استرالیا

w: www.adf.org.au

#### مطلع از مواد مخدره

w: www.drugaware.com.au

### برای کمک

#### خط تلفونی کمک رسائی مت

خدمات شبانه روزی مشوره و ارجاع محرمانه و مجانی  
هفت روز هفته

p: 1800 874 878

e: alcoholdrugsupport@mhc.wa.gov.au

w: alcoholdrugsupport.mhc.wa.gov.au

#### خط تلفونی کمک رسائی الکل و مواد مخدره

p: (08) 9442 5000

p: 1800 198 024 (به تماس شونندگان مناطق

بیرون شهری)

e: alcoholdrugsupport@mhc.wa.gov.au

#### خط تلفونی کمک رسائی مواد مخدره برای

فامیلی و والدین

p: (08) 9442 5050

p: 1800 653 203 (به تماس شونندگان مناطق

بیرون شهری)

e: alcoholdrugsupport@mhc.wa.gov.au

#### خدمات الکل و مواد مخدره افراد ابروجینی

p: (08) 9221 1411

e: info@aada.org.au

w: www.aads.org.au

### خدمات ترجمانی

اگر انگلیسی لسان اول شما نمی باشد، شما از طریق مرکز خدمات ترجمانی کتبی و شفاهی خدمات ترجمانی مجانی را دریافت کرده می توانید.

p: 131 450

### مشکلات گفتاری یا شنیداری

در صورتیکه ناشنوا می باشید یا دچار اختلال گفتاری یا شنیداری هستید با مرکز خدماتی رله ملی به تماس شوید

p: 1800 555 660

e: helpdesk@relayservice.com.au

w: www.relayservice.gov.au