

ورقه معلوماتی برای والدین 1:

صحبت با طفلتان درباره مشروبات الکلی و مواد مخدره دیگر

آیا می دانستید که الکل نیز یک قسم ماده مخدره می باشد؟

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

نکاتی که باید موقع صحبت با طفلتان درباره الکل و مواد مخدره دیگر به آنها توجه داشته باشید.

پلان داشته باشید

پیش از صحبت با طفلتان زمان و مکان مصون و راحت و دور از چیزهایی که حواس او را منحرف کرده می تواند پیدا نمایید، شاید زمانی که کاری را با هم انجام می دهید بطور مثال موقع موتور رانی. هر جاییکه می باشید، توجه کامل خودتان را به آنها بدهید و برای فهمیدن افکار و احساساتشان با دقت به صحبت های آنها گوش دهید. درباره نظرات خود نیز با آنها صحبت نمایید. با خاطر داشته باشید تا به آنها فرصت دهید تا بدون قطع کردن حرفشان صحبت نمایند، آرام باقی بمانید، گوش دهید و درباره آنها قضاوت ننمایید.

درباره چه نکاتی صحبت نمایید

دوای که بدون داشتن نسخه در دسترس می باشند دوای تجویزی و دوای مکمل نیستند.

درباره اثرات الکل و مواد مخدره دیگر صحبت نمایید و آنها را متوجه سازید که هر قسم ماده مخدره بشمول دوای که بدون نسخه در دواخانه در دسترس می باشند در صورت استفاده نادرست به مغز و جسم آنها صدمه وارد می نمایند و اینکه مصرف مواد مخدره ممکن است مانع از رسیدن آنها به اهدافشان در آینده شود.

با هم ضوابط رفتاری قابل قبول در رابطه با الکل و مواد مخدره را مشخص نمایید و درباره عواقب نادیده گرفتن این ضوابط توافق حاصل نمایید. به آنها کمک نمایید تا راهکارهایی برای عکس العمل مناسب در صورت پیشنهاد و عرضه الکل و مواد مخدره دیگر که به آنها کمک نماید تا مصون باقی بمانند را توسعه دهند. با هم آنها را تمرین نمایید. شما همچنین می توانید به آنها کمک نمایید تا پلانی را برای دریافت کمک تنظیم نمایند تا بدانند در صورتیکه دوستشان پس از مصرف الکل یا مواد مخدره دیگر دچار مشکل شود یا در صورت بروز هر گونه وضعیت عاجل دیگر باید چه کار نمایند.

مت آمفتامین یک قسم محرک از نوع آمفتامین است که سرعت عملکرد مغز و سیستم عصبی مرکزی را افزایش می دهد.

با وجودیکه صحبت با طفلتان درباره الکل و مواد مخدره دیگر همیشه آسان نمی باشد، گفتگو در این مورد تغییرات مهمی را ایجاد کرده می تواند. به حیث یک والد شما نفوذ زیادی بروی نحوه برخورد و تصمیم طفلتان درباره مصرف مواد مخدره دارید. بهترین موقع برای شروع به صحبت با طفلتان از دوران طفولیت زمانی که نفوذ شما بر نحوه برخورد و تصمیم آنها بیشترین حد و پیش از آنکه در معرض مواد مخدره یا کسانی که ممکن است آنها را مصرف نمایند، قرار گیرند است.

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.

اظهار نظرات خود، صحبت نمودن آشکار و قابلیت ارائه معلومات صحیح درباره مشروبات الکلی و مواد مخدره بشمول مت آمفتامین، اطفالتان را مطمئن می نماید که شما مایل به گفتگو درباره موضوعات مشکل می باشید.

درخواست کمک و مشوره نمایید

شما تنها نمی باشید. مراکز خدماتی موجود می باشند که شما جهت دریافت کمک متناسب با وضعیت تان 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 برای 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