

:Parent Fact Sheet 2

آیا فرزند من مواد مخدر مصرف می‌کند؟

داروهای تغییر دهنده روان مواد رونگردان نامیده می‌شوند. این داروها می‌توانند باعث ایجاد تغییر در نحوه تفکر، احساس و رفتار شخص شوند.

ماده مخدر ماده‌ای است غیر از غذا، که برای ایجاد تغییر در عملکرد بدن و/یا ذهن مورد استفاده قرار می‌گیرد.

چنانچه فکر کنم فرزندم مواد مخدر مصرف می‌کند چه اقدامی باید انجام دهم؟

به جای نتیجه گیری زود، بهترین کاری که می‌توانید انجام دهید این است که با آنها حرف بزنید تا دریابید چه اتفاقی در حال افتادن است و سپس راه‌هایی را بیابید تا به آنها اطمینان دهید و از آنها حمایت کنید.

For more information see *Parent Fact Sheet 1: Talking to your children about alcohol and other drugs on the SDERA website.*

چنانچه فرزندتان به شما بگوید که مواد مخدر مصرف می‌کند، به خاطر داشته باشید که در بیشتر موارد مصرف مواد، مانند مصرف امتحانی، همیشه منجر به اعتیاد یا درگیر شدن با مواد نمی‌شود.

زمانی که با فرزندتان درباره مصرف مواد صحبت می‌کنید:

زمان و مکانی برای این گفتگو پیدا کنید

ممکن است صحبت درباره مواد مخدر با فرزندتان مشکل باشد. زمانی را برای صحبت انتخاب کنید که فرزندتان راحت صحبت کند. از فرزندتان بپرسید چه موادی مصرف کرده است و این که درباره مصرف مواد چه احساسی دارد. با آرامش صحبت کنید و به دقت به حرف‌های آنها گوش کنید. اگر عصبانی شوید یا عکس العمل بیش از حد نشان دهید، احتمال این که بتوانید یک گفتگوی باز و سودمند داشته باشید وجود ندارد.

نگرانی‌ها را در میان بگذارید و بپذیرید

نگرانی‌های خود را درباره مصرف مواد مخدر توسط فرزندتان با او در میان بگذارید. چنانچه فرزندتان درگیر معضلات دیگریست آنها را تشویق کنید تا آنها را با شما در میان بگذارد. آمادگی این را داشته باشید تا به آنچه به شما می‌گوید یا پاسخ می‌دهد بدون پیش داوری گوش کنید که این امر نشان‌دهنده این است که شما نگرانی و فقط بهترین چیزها را برای او می‌خواهید. فرزند خود را متوجه کنید که کنارش هستید و با کمک هم می‌توانید راهی به سوی آینده پیدا کنید.

از مشروبات الکلی و سایر مواد مخدر که به آنها کمک می‌کند امن تر باشند. اینها را با هم تمرین کنید. همچنین می‌توانید برنامه‌ای طراحی کنید تا چنانچه او یا یک دوست پس از مصرف مشروبات الکلی یا سایر مواد مخدر به دردسر افتاد یا در صورت به وجود آمدن شرایط اضطراری کمک بگیرند تا بدانند چه باید بکنند.

تشخیص این که کسی ممکن است مواد مصرف کند مشکل است. با این که تغییرات روانی یا رفتاری ممکن است در اثر استفاده از مواد مخدر باشد، در عین حال این حالات می‌توانند نشانه‌های باشند از این که شخص دچار مشکلی در زندگیست که نمی‌تواند از عهده آن بر بیاید که این مسأله اصلاً ارتباطی با مصرف مواد مخدر ندارد.

- برخی رفتارها که ممکن است نگرانی ایجاد کند شامل موارد زیر است:
 - خستگی و تغییرات در الگوی خواب
 - تغییر دوستان و فعالیت‌های اجتماعی
 - کمبود انرژی
 - دوری جستن از گفتگو و وقت گذراندن با خانواده
 - نوسانات روحی
 - طفره رفتن از پاسخ گویی به سؤالات
 - غیبت از مدرسه، پایین آمدن نمره‌ها یا مشکلات انضباطی
 - رفتارهای دور از شأن
 - عدم صداقت
 - مشکل با پلیس
- به خاطر سپردن این مسأله حائز اهمیت است که بروز بسیاری از این رفتارها در افرادی که دوره بلوغ یا دوره‌های سختی را پشت سر می‌گذرانند طبیعی است.



به دنبال کمک و مشاوره باشید

تنها نیستید خدماتی وجود دارند تا به بهترین کمکی که مطابق شرایط تان باشد دسترسی پیدا کنید. شما همچنین می‌توانید با پزشک تان، مرکز خدمات مشروبات الکلی و مواد مخدر محلی خود صحبت کنید:

جهت اطلاعات

SDERA

تلفن: (08) 9402 6415

ایمیل: sdera.co@education.wa.edu.au

تارنما: www.sdera.wa.edu.au

بنیاد مشروبات الکلی و مواد مخدر استرالیا

تارنما: www.adf.org.au

دارای آگاهی نسبت به مواد مخدر

تارنما: www.drugaware.com.au

جهت دریافت کمک

خط تماس کمک در زمینه متامفتامین

خدمات شبانه روزی رایگان محرمانه در زمینه مشاوره و معرفی

تلفن: 1800 874 878

ایمیل: alcoholdrugsupport@mhc.wa.gov.au

تارنما: alcoholdrugsupport.mhc.wa.gov.au

خط تلفن حمایت در زمینه مشروبات الکلی و مواد مخدر

تلفن: (08) 9442 5000

تلفن: 1800 198 024 (جهت تماس گیرندگان از مناطق روستایی)

ایمیل: alcoholdrugsupport@mhc.wa.gov.au

خط تلفن حمایت از والدین و خانواده در زمینه مواد مخدر

تلفن: (08) 9442 5050

تلفن: 1800 653 203 (جهت تماس گیرندگان از مناطق روستایی)

ایمیل: alcoholdrugsupport@mhc.wa.gov.au

خدمات مشروبات الکلی و مواد مخدر ویژه ابوریجینی ها

تلفن: (08) 9221 1411

ایمیل: info@aada.org.au

تارنما: www.aads.org.au

خدمات ترجمه

چنانچه انگلیسی زبان اصلی شما نیست، می‌توانید از طریق مرکز ترجمه TIS خدمات ترجمه رایگان دریافت کنید
تلفن: 131 450

معضلات گفتاری و شنوایی

چنانچه ناشنوا یا دارای اختلال شنوایی یا گفتاری هستید با مرکز خدمات امداد ملی تماس بگیرید
تلفن: 1800 555 660
ایمیل: helpdesk@relayservice.com.au
تارنما: www.relayservice.gov.au

