



Factsheet

تأكد من بقاء ابنك آمناً في الحفلات



Evidence ratings:



This resource has undergone expert review. See our Help/Q&A section for more details.

Year: Year 7-8, Year 9-10, Year 11-12

Targeted Drugs: Alcohol, Drugs (General)

Tags: Arabic, party, parties, celebration, event

Origin: Australian

Cost:

Free

البقاء آمناً

إذا تمت دعوة ابنك إلى حفلة ما، فخصص وقتاً للتحدث معه حول البقاء آمناً.

تحث إلى الآباء الذين يستضيفان الحفلة للتحقق من التفاصيل وإعطاء رقم هاتفك.

أثناء الحفلة، احتفظ بهااتفك المحمول معك في حالة احتياج ابنك أو المضييفين إلى الاتصال بك.

أشياء للتحدث مع ابنك عنها

الكحول

حتى لو لم يكن ابنك معرضاً للكحول في المنزل، فقد يباح الكحول في المناسبات الاجتماعية والاحتفالات عندما يتقدم في السن. من الجيد التحدث عن الكحول قبل أن يتعرض ابنك له، ويمكن أن تكون دعوته إلى حفلة مناسبة جيدة لمثل هذا الحديث.

دع ابنك يعرف مشاربك تجاه شرب الكحول. يمكن أن يساعد وضع قواعد واضحة في تأثير ابنك عن البدء في شرب الكحول ومنع الأضرار المرتبطة بالكحول. إن توفير الكحول لابنك ليأخذه إلى حفلة ليس بالفكرة الجيدة. ذلك يبعث برسالة مفادها أن شرب الكحول لا يأس به، مما قد يؤدي إلى شرب الشباب أكثر من سن أصغر.

إذا كنت تعتقد أن ابنك أو أشخاص آخرين في الحفلة سيشربون الكحول، فتحدث إلى ابنك حول الحفاظ على سلامته وتجنب الأذى. يمكن أن يكون ذلك بشكل نصيحة، مثل لا تقدّد أو ترك سيارة مع سائق يشرب الكحول.

ابق مع الأصدقاء.

لا تشارك في أنشطة مثل السباحة وركوب الدراجة والرياضات البدنية الأخرى.

التعامل مع ضغط الأقران

تحث إلى ابنك عما يتوجب فعله إذا أجبره أصدقاؤه على تجربة المخدرات. أخبره أن معظم الشباب لا يتعاطون الكحول أو المخدرات، ويمكنك أن تبين له معلومات الطالب على موقع [الخيارات الإيجابية الإلكترونية](#)

<https://positivechoices.org.au/students/>

ما الذي تقوم به إذا ما حصل خطأ ما

كرر رسائل السلامة قبل كل حفلة، أجعل الأمر بسيطاً، مثلاً علمه الاتصال بك أو الاتصال بسيارة إسعاف (000) إذا ما حصلت مشكلة ما.
دعه يعلم أنه لن يقع في ورطة إذا ما احتاج إلى مساعدة، احرص على الاحتفاظ بهاتف المحمول معك أثناء تواجد ابنك في الحفلة.
ذكره بأنه سيكون هناك إشراف من شخص بالغ، وإن عليه الحديث إلى الشخص البالغ إذا ما حصلت مشكلة ما.
ذكره بأن المواقف قد تخرج عن نطاق السيطرة في بعض الأحيان وأنه من الأفضل التحدث إلى شخص بالغ بمجرد حدوث مشكلة.
اطلب منه رعاية أصدقائه في الحفلة، خاصة إذا ما كان هناك كحول.
اطلب من ابنك قراءة ورقة الحقائق الخاصة بنا حول كيفية وضع شخص ما في وضع التعافي في حالة فقدان أحد أصدقائه للوعي وكانت هناك حاجة إلى انتظار وصول المساعدة.

للممناقشة مع الآباء المضيّفين

من الجيد الاتصال بالوالدين الذين يستضيفان الحفلة للتحقق من التفاصيل حول الحفلة. يمكن أن يشمل ذلك أي شيء يتثير قلقك، ولكن تجد أدناه بعض الاقتراحات.

هل سيكون هناك كحول في الحفلة؟

إذا كانت الإجابة بنعم، فدع الآباء المضيّفين يعرفان ما إذا كان ابنك لا يزال سيحضر الحفلة وما إذا كنت ستمنح الإذن لابنك بالشرب.

ما هو الإشراف الذي سيتوفر؟

اسأل الوالدين المضيّفين عن خططهما للإشراف على الحفلة، مثلاً عدد البالغين الذين سيتواجدون فيها. تأكّد من أنك مقتنع بذلك المستوى من الإشراف، إذا كان بإمكانك المساعدة في الإشراف، فأخبرهما بذلك.

في أي وقت ستبدأ الحفلة ومتى ستنتهي؟

اطلب من المضيف تحديد وقت بداية ونهاية وأصحاب. سيساعدك ذلك في تنظيم المواصلات من وإلى الحفلة، ومعرفة مكان تواجد ابنك في حال عدم اصطدامك له بنفسك. خطط مع ابنك لكيفية عودته إلى المنزل بعد الحفلة، وتأكّد من أن لديه خياراً آمناً.

تبادل أرقام التواصل

احفظ رقم هاتف الوالدين المضيّفين في حال احتجت إلى الاتصال بهما.