

~ לצוות החינוכי ולהורים ~

כלים לשיחה עם מתבגרים על סמים

בהמשך להרצאה של עו"ד אלה שוורצמן בנושא

'נהיגה תחת השפעה'

'אלכוהול - למה כן? למה לא!'

תופעת השימוש בסמים בקרב בני נוער אינה חדשה, להלן מספר כלים שיעזרו לכם ההורים להתמודד עם בני הנוער והצעירים

מתבגרים תופסים את הוריהם כ"יש על מי לסמוך ויש מי שאיכפת לו ממני" ולכן חשוב שנקיים שיחה לפני יציאה לבילוי הכוללת:

1. סימנים היכולים להעיד על שימוש בסמים:

- ❖ התרחקות מפעילויות משפחתיות
- ❖ בילוי מאוחר או בשעות לא מוסברות
- ❖ התרחקות ודחיית ערכי המשפחה
- ❖ היעלמותו כסף / חפצים
- ❖ התנהגות אנטי חברתית
- ❖ אביזרים חדשים בחדרו: נייר כסף, בקבוק עם פיה, צינורית, ריח מתקתק מהחדר, חומרים לא מזוהים
- ❖ מצבי רוח משתנים: רגזנות, עוינות, התפרצויות זעם, אפטיות.
- ❖ עיניים אדומות, מימית או מזוגגות
- ❖ שימוש בטיפות עיניים להסתיר עיניים אדומות
- ❖ שינה מרובה, עיפות וחוסר אנרגיה
- ❖ הסתגרות
- ❖ שינוי מעגל חברתי והסתרת החברים החדשים.

כיצד לנהל שיחה כאשר אתם חושבים כי ילדכם משתמש בסמים:

- ❖ להחליט לפני תחילת השיחה, מה מטרתה
- ❖ לסכם על התגובה ההורית, חשוב שהתגובה תהיה מתאומת ומסוכמת על שני הצדדים ותעשה תוך שיתוף פעולה והסתמכות על מידע אמין.
- ❖ לגלות הבנה, לתמוך ולאפשר שיחה פתוחה אך יחד עם זאת להיות ברורים.
- ❖ אם הילד מכחיש שימוש להציע לערוך בדיקת שתן לגילוי סמים. (ניתנות לרכישה בבית מרקחת)
- ❖ להמנע מאיומים, צעקות, האשמות- כל אלו רק ירחיקו וימנעו שיתוף פעולה.
- ❖ לפנות לעזרה מקצועית