

أولياء الأمور الأعزاء، تحية وبعد



يطلع أبناء الشبيبة على استخدام القنب حولهم.
غالبية أبناء الشبيبة لا يجربونه ولكن من المهم والمحبذ أن
نتحدث معهم حول ذلك.

إليك 6 حقائق حول استخدام القنب من قبل المراهقين:

تعتبر الفترة بين عمر 14 عامًا و25 عامًا فترة حرجة لتطور الدماغ. لقد أثبتت نتائج الأبحاث أن استخدام القنب خلال جيل المراهقة يخلل بالأداء التعليمي والذاكرة والدافعية

هناك علاقة بين استخدام القنب والتسرب من المدرسة وتصرفات خطيرة أخرى

استخدام القنب في عُمر صغير يزيد احتمال الإدمان.

تحصل بين أبناء الشبيبة الذين يستخدمون القنب وعائلاتهم مواجهات أحياناً. من المهم أن نواصل صريح ومحترم معهم وعلى علاقة تنسجم بالموثوقة والحضور في قلوبهم

يمنح استخدام القنب المراهق شعوراً مؤقتاً ووهيمياً؛ فيمنعه من تطوير مهارات ناجحة لمواجهة المشاعر المعقدة كالتوتر والخجل والفشل والرفض الاجتماعي.

استخدام القنب مخالف للقانون في إسرائيل

لأي درجة يقلقني هذا كوالداة؟

ماذا أعرف عن تأثيرات
القنب على المراهقين
واختلافها عن تأثيراته
على البالغين؟

كيف عليكم أن تصغوا للمراهقين وأن تتحدثوا معهم كي يصغوا إليكم؟

اتيحوا لهم فرصة كي يطلعوكم على مواقفهم بصراحة بخصوص استخدام
القنب:

"من المهم بالنسبة لي أن أعرف ماذا تفكر حول استخدام القنب؟"

افحصوا لأي مدى يعتبرون القنب مادة خطيرة:

"ما تأثير استخدام القنب على أبناء الشبيبة؟"

استفسروا واسألوا أبناءكم حول موقف أصدقائهم بخصوص استخدام القنب:

"يهمني أن أعرف لماذا يختار اصدقائك استخدام القنب عندما يروّحون عن أنفسهم؟"

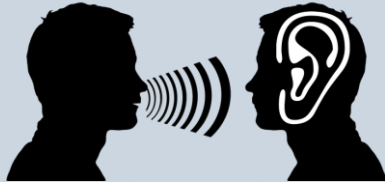
اهتموا بأسلوب ابنائكم للترويح عن أنفسهم:

"ما الذي يتيح لك الترويح عن نفسك والاستمتاع خلال اللقاء؟"

أثيروا تفكيرهم، وساعدوهم على زيادة معلوماتهم حول تأثيرات استخدام القنب
المختلفة على مختلف الأعمار، وتأثيراته الخاصة على الأشخاص، لا سيما
خلال جيل المراهقة.

عززوا لديهم الشعور بالقدرة على مواجهة تحديات المراهقة، وأبدوا تعاطفكم
وتفهمكم للصعوبات التي ينطوي عليها هذا الجيل أحياناً.

شجعوهم على معرفة مواطن القوة الكامنة فيهم، وتقدير الإنجازات الشخصية
التي حققوها، وساعدوهم على الشعور بالأهمية والقيمة الذاتية والمحبة
والانتماء.



قبل أن تتحدثاي مع
ابنك/ابنتك عليك أن
تبلوراي موقفاً واضحاً
بخصوص استخدام القنب
خلال جيل المراهقة

إذا ساورتك شكوك بأن
ابنك/ابنتك ياتستخدم القنب،
فمن المهم أن تطلعاي الجهات
المهنية في المدرسة أو
المجتمع على ذلك وأن
تحصلاي على الدعم والإرشاد