

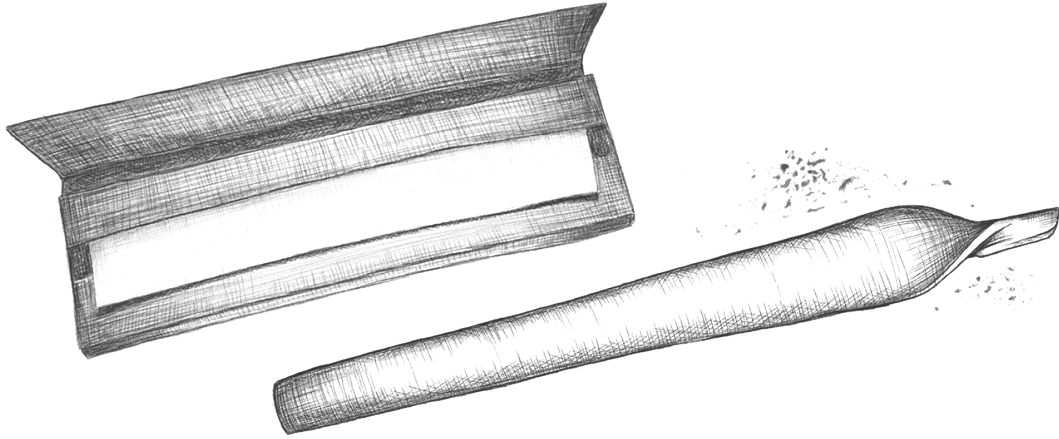
Genç çocuğunuzun esrar içtiğinden endişeleniyor musunuz?

Bu broşür, gençler arasında en yaygın yasadışı uyuşturucu olan esrar hakkındadır ve bir ebeveyn olarak size bilgi ve ipuçları sağlamayı amaçlamaktadır.

Esrar içen birçok genç, bunun güzel olduğunu düşündüklerini, mutlu ve eğlenceli olduklarını, aynı zamanda sakin ve rahat olduklarını söylüyor.

Ancak esrarın istenmeyen etkileri de vardır. Beyin etkilenir ve bu, düşüncelerin dağılmasına ve yok olmasına neden olabilir. Yakın zamanda olan şeyleri hatırlamak ve yeni şeyler öğrenmek zor olabilir. Diğer ciddi sonuçlar kaygı, panik atak ve depresyon olabilir.

Esrar kullanımı bir takım sosyal sonuçlara yol açabilir: okulda sorunlar, akranları değiştirme ve evde anlaşmazlıklar.. Çocuğunuz uyuşturucu kullanıyorsa, iş başvurusunda bulunmada, ehliyet almada veya örneğin ABD'ye seyahat etmesine izin verilmesinde zorluklara yol açabilir.



Gerçekler

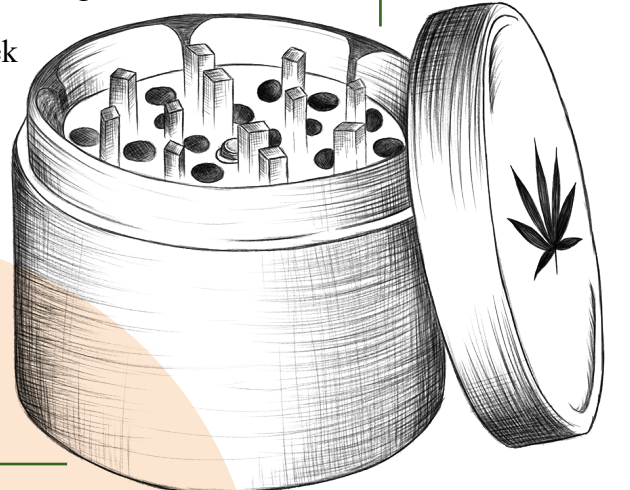
- Esrar, gençler arasında en yaygın yasadışı uyuşturucudur.
- Esrarın her türlü kullanımı yasa dışıdır - yetiştirmek, satmak, satın almak, kullanmak ve depolamak.
- Bugün kullanılan esrar, eskisinden daha fazla THC (tetrahidro-kannabinol) içermektedir. THC, esrardaki sarhoş edici maddedir.
- Esrar içen gençlerin çoğu daha önce normal sigara içmiştir.
- Birçok insan esrarı ilk denediğinde alkolün etkisi altındadır.
- Uyuşturucu sınıfında bir ilaç olan Tramadol ile birlikte esrar kullanımı yaygınlaştı.
- Esrar ele geçirmenin en yaygın yolu arkadaşlar yoluyla veya arkadaşların arkadaşları yoluyla oluyor, bazen özel eğlence partilerle bağlantılı olarak temin ediliyor.



Bilinmesinde fayda var

Bir ebeveyn olarak, genç çocuğunuzun esrar kullanıp kullanmadığını anlamak zor olabilir. Yorgunluk, ilgisizlik, kırmızı gözler, tatlı yeme isteği ve ruh halindeki dalgalanmalar çocuğunuzun uyuşturucu kullandığının bir işareti olabilir - ama aynı zamanda çocuğunuzun sadece bir genç olduğu anlamına da gelebilir!

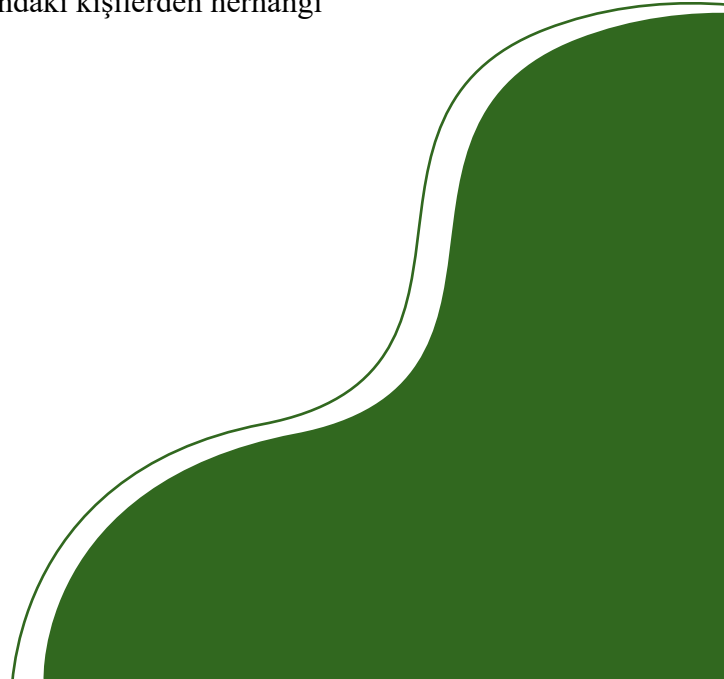
Belki kullandıkları bazı gereçleri tespit etmek daha kolaydır. Sigara kağıdı taşıyıp taşımadıklarını öğrenmeye başlayabilirsiniz, gençlerin normal sigaraları kendilerinin sarmaları alışılmadık bir durumdur. Yanındaki resimde öğütücü adı verilen bir makine gösterilmektedir. Bir sigara yuvarlamadan önce esrarı ufaltmak için kullanılan bir ot öğütücü değildir.



Bir ebeveyn olarak ne yapabilirim?

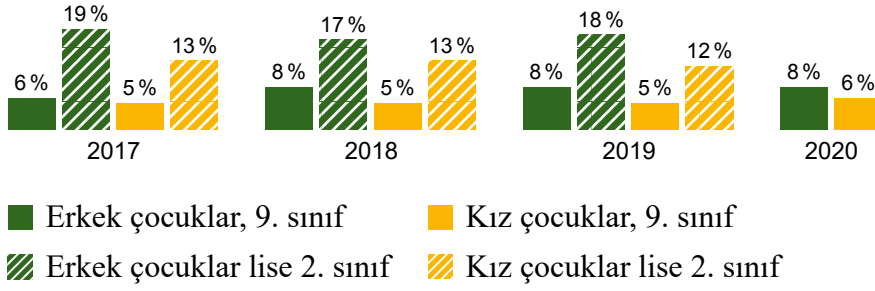
Günlük hayatta mümkün olan her şey hakkında konuşmaya çalışın. Bu şekilde alkol, uyuşturucu veya seks gibi daha zor şeylerden de bahsetmek doğal hale gelir. Soru sorun ve dinleyin. Yakın bir ilişkinin koruyucu etkisi vardır.

- Kendi duygularına güven. Sana bir şeyler yanlış gibi geliyorsa, muhtemelen haklısın.
- Onlara kendilerini umursadığınızı ve zaman zaman gerçekten endişelendiğinizi söyleyin. Ne olacağından korktuğunu açıkla.
- Destek için diğer ebeveynlerle konuşun ve ortak bir zeminde anlaşın.
- Gençlerinizin sigara içip içmediğine dikkat edin ve çocuğunuza alkol teklif etmekten kaçının. Esrar kullanımı genellikle tütün ve alkol ile ilişkilidir.
- Uyuşturucu riskleri ve İnternet'teki bilgi kaynaklarını nasıl eleştirel baktığınız konusunda çocuğunuzla konuşmaktan çekinmeyin. Uyuşturucu satan ve yanlış bilgi yayan birçok site var.
- Çocuğunuz uyuşturucu kullanıyorsa, onun yanında olmanız, ona yardım etmeniz ve bakım aramanız için kendinizi motive etmeniz çok önemli olabilir. Endişeniz varsa veya herhangi bir sorunuz varsa, bu broşürün sonundaki kişilerden herhangi biriyle iletişime geçin.



İstatistik

9. sınıf ve lisede esrar kullanmış öğrencilerin oranı.



Okul öğrencilerinin uyuşturucu alışkanlıkları, CAN 2020



Sorularınız varsa veya yardım ve destek istiyorsanız kime başvurabilirsiniz?

Çocuğunuzun okulundaki öğrenci sağlığı, socialtjänsten (belediyedeki sosyal hizmetler) veya alkol veya diğer uyuşturucularla sorunları olan gençleri kabul eden yerel Mini-Maria resepsiyonunuzla iletişime geçin.

Okumaya devam et:

Cannabishjalpen.se

Drugsmart.com

Youmo.se

Droghjalpen.se

1177.se