

ابق غير مدمن!

هل طفلي في خطر؟

Is my child in danger?

Est-ce que mon enfant est en danger?

Çocuğum tehlikede mi?

Ist mein Kind in Gefahr?

Мой ребёнок в опасности?

Czy moje dziecko jest w niebezpieczeństwie?

¿Está mi hijo en peligro?

Có phải con tôi bị nguy hiểm?

كيف يمكنك التكلم مع طفلك عن
موضوع خطر الأدمان
معلومات تساعد الأهالي

FACHSTELLE FÜR
SUCHTPRÄVENTION
IM LAND BERLIN

عناوين مؤسسات مساعدة أخرى:

مركز حالات الطوارئ المتعلقة بالمخدرات - مركز المساعدة
للشباب والمدمنين
Ansbacher Str. 11 | 10787 Berlin
هاتف (٢٤ ساعة يومياً): ٠٣٠ - ١٩٢٣٧

الاتحاد الولائي في برلين / براندنبورج - EKBB e.V.
Ansbacher Straße 11 | 10787 Berlin
هاتف: ٠٣٠ - ٢٥٧٥٩٧٢٩

نحن حاضرون لصالحكم:

المركز التخصصي الخاص بالوقاية من الإدمان في ولاية برلين

Mainzer Straße 23 | 10247 Berlin
هاتف: ٠٣٠ - ٢٩٣٥٢٦١٥

فاكس: ٠٣٠ - ٢٩٣٥٢٦١٦

البريد الإلكتروني: fachstelle.suchtpraevention@padev.de
النت: www.berlin-suchtpraevention.de

أوقات الدوام:

الإثنين، الثلاثاء، الأربعاء، الجمعة: س ١٠ صباحاً - ٦ مساءً

الخميس: س ١٠ صباحاً - ٨ مساءً

إن المركز التخصصي الخاص بالوقاية من الإدمان في ولاية
برلين مؤسسة تابعة لجمعية «pad.e.v.»، وهذه الجمعية
هي مؤسسة مرخصة مسؤولة عن مساعدة الشباب المستقلة
وهي عضو في الاتحاد الخيري المتساوي.

المكتب الرئيسي لجمعية «pad e.v.»

Kastanienallee 55 | 12627 Berlin

هاتف: ٠٣٠ - ٩٣٥٥٤٠٤٠

البريد الإلكتروني: info@padev.de

النت: www.padev.de



ماذا أفعل إذا كان طفلي مدمناً منذ مدة طويلة؟

« أوضح موقفك من مواد الإدمان »

« تكلم عن المشاكل بصراحة »

« تكلم عن أضرار الإدمان التي لا تخص الشاب المدمن نفسه فقط
ولكن المجتمع حوله كذلك »

« لا تدعم طفلك بالفلوس إذا ما كنت متأكداً أنه لن ينفقها على
شراء مواد الإدمان »

« استمر في الحديث مع طفلك فطفلك بحاجة إلى المساعدة !

« راجع مع طفلك وبدون تأجيل مركز الإستشارة ضد الإدمان و/أو
مركز الاستشارة التربوية التابعة لدائرة الشباب !

« اطلب المساعدة لك أيضاً من حلقة آباء أو أقارب الأطفال
المدمنين »

يجب أن تعرف أنك غير قادر على إيجاد حل للمشكلة لوحدك
أنت و طفلك بحاجة للمساعدة من خبراء أخصائيين • توجه إلينا
أو إلى أي مركز مساعده ضد الإدمان قريب إليك •

يساعدنا مؤسسة وقف الشباب والعائلات لولاية برلين •



نشكر مؤسسة الترجمة البلدية في برلين شكراً جزيلاً على مساعدتها
الودية على إعداد هذا المنشور !



Foto: pixiquelle.de

كيف أحضر الحديث مع طفلي ؟

« تفاهم مع زوجك أو زوجتك عن كيفية النقاش ومحتواه واتبعوا طريقة مشتركة لإنجاز الهدف المشترك !

« خصص وقتاً كافياً في جو هادئ للحديث عن الموضوع دون توجيه الاتهامات المتبادلة !

« تحدث عن مخاوفك بوضوح تام !

« هبئ نفسك على أن طفلك قد لا يعطي الأمر ذات درجة الأهمية والخطورة مثلك، حيث من الممكن أنه يعتبر تعاطي مواد الإدمان شيئاً نافعاً أو «عادياً» .

« انطلق من أمثلة حقيقية وواقعية عندما تفكر فيما تريد أن تتفق عليه مع طفلك .

« راجع معلوماتك عن مواد الإدمان والمساعدات والاستشارة التي يمكن أن تحصل عليها .

« ربما يناقشك طفلك عن تناولك مواد مدمنة (مثل التبغ) . حينها نبه طفلك إلى الفرق بين المراهق والشخص البالغ وذكره بأن حديثكم يدور حوله ولا حولك .

كيف أبدأ الحديث مع طفلي إذا كان عندي شك بأنه مدمن ؟

« حدّث ولدك بصراحة ووضوح عن شكوكك . لا تبالغ في ما لاحظته ولا تقلل من أهميته .

« تكلم عن مخاوفك .

كيف تحمي طفلك من خطر الإدمان !

من المواد التي قد تؤدي إلى الإدمان : الكحول، الحشيش، التدخين/التبغ، الأدوية، «حبوب الأكتاسي»

لا توجد علامات أكيدة تدل على تعاطي مواد الإدمان .

قد يكون من أشكال سلوك الطفل المدمن :

مشاهدة التلفاز المبالغ بها ، أو اللعب على الكمبيوتر بدل ممارسة الرياضة أو اللعب مع الأصدقاء

• تحدث مع طفلك .

« تحدث مع عائلتك ومعارفك وأصدقائك عن مخاوفك ورأيك وتصوراتك حول مخاطر الإدمان وموقفك منها .

• تكلم معهم عن ما تنشره الجرائد .

• تحدث معهم عن أشخاص تظن بأنهم مدمنون .

« تناقش الفوارق بين المراهقين والأشخاص البالغين .

داوم على الحديث مع طفلك - في أي وقت كان !

Foto: photocase.de



« استمع لوجهة نظر طفلك واسأله أكثر إذا بقي شيء غير واضح لك . ابق هادئاً وخذ طفلك ومشاكله مأخذ الجد .

« قل لطفلك بصراحة ما تتوقع منه . حدّثه بموضوعية وكن واقعياً بما تطلبه من طفلك .

« نبه طفلك على ما ستقوم به إذا رفض تغيير وضعه . قل لطفلك ما هي ردود فعلك والتزم بتطبيق ما قلته . تجنب أية تهديدات غير واقعية .

« لا تتوقع الوصول الى حلول ونتائج مثالية بعد حديثك الأول . قدّم لطفلك الدعم والمساعدة اللازمة .

« شارك واستشر أشخاصاً تثق بهم مثل مدرّس الصف والأصدقاء أو المؤسسات التربوية ومراكز الاستشارة العائلية !