

לקראת שנה אזרחית חדשה – מדברים גלויות עם המתבגרים

הורים יקרים,

בסוף דצמבר חוגגים בני נוער רבים את השנה האזרחית החדשה במפגשים ואירועים חברתיים, השנה יש לוודא שילדינו פועלים לפי ההנחיות העדכניות בנוגע להתקהלויות.

מפגשים אלה עלולים לכלול שתיית אלכוהול, צריכת קנאביס ושימוש בחומרים מסוכנים שפוגעים בתודעה, משבשים תהליכי קבלת החלטות, ומגבירים החלטות אימפולסיביות ולא בשלות. בני הנוער רוצים להרגיש מבוגרים, להתנסות ולבלות, בתחושה ש"לי זה לא יקרה", והם עלולים לנקוט בפעולות עליהן יתחרטו בהמשך.

כהורים, ביכולתנו לסייע להם להימנע ממצבי סיכון. ההתעניינות והמעורבות שלנו בחיי ילדינו משמעותית וחשובה כגורם חוסן ומגן עבורם.

כיצד נגביר את החוסן והמוגנות של ילדינו לקראת הבילוי?

- « **נשוחח** עמם ונתעניין בתוכניות הבילוי שלהם.
- « **נקשיב** להם ו**נברר** איתם את העמדות שלהם לגבי שתיית אלכוהול, שימוש בקנאביס וסמים אחרים.
- « **נברר** איתם גם את תפיסת הסיכון שלהם לגבי שימוש בחומרים אלה ו**נשאל** אותם על איזה צורך עונות התנהגויות אלה, לדעתם, עבור בני נוער בכלל.
- « **נעניק תוקף** לתחושות, לצרכים ולעמדות שילדינו יתארו ו**נביע אמפתיה** לספקות, למורכבות ולמשאלות שיתארו.
- « **נשאל** אותם כיצד אפשר לקבל מענה לצרכים שהם תיארו בדרכים אחרות שאינן כרוכות בנטילת סיכונים.
- « **נביע אמון** בכוחם, ובטחון בהם ובבחירותיהם, ובה בעת **נביע דאגה** מפני מעורבותם במצבי סיכון.
- « **נביע עמדה** השוללת שימוש בחומרים משני תודעה ו/או שתיית אלכוהול בכל מצב, במיוחד באירוע חברתי בו שכרות עלולה להביא לתוצאות הרסניות עבורם ועבור הסביבה.
- « **נעודד** אותם לקבל החלטות מודעות שקולות מתוך אחריות אישית וחברתית.
- « **נשוחח** איתם על השפעה חברתית, על גילוי ערנות כלפי פיתויים שעשויים לסכן ולפגוע בהם או בחבריהם, ועל הקשר שבין שימוש בחומרים פסיכו-אקטיביים לפגיעה בשיקול הדעת, לאלימות, להתנהגות מינית לא מותאמת, להטרדה ופגיעה מינית, לנהיגה לא אחראית ועוד.
- « **נעודד** אותם לקחת אחריות חברתית ולסייע לחבריהם לקבל החלטות שקולות לגבי שימוש בחומרים מסכנים, ו**לנקוט עמדה** במצבי סיכון או פגיעה באחר ולא לעמוד מן הצד, כשהם עדים להתנהגות שאינה מתאימה.

הורים יקרים, המילים שלנו משפיעות! נדבר עם ילדינו באהבה ובאמון לפני הבילוי ואחריו.

כולנו יחד במשימה החשובה ולצידינו צוותי חינוך וכן סירות הורים.

בברכת שנה אזרחית בריאה, טובה ומוצלחת, בה בנותינו ובנינו יהיו מוגנים, אחראים ומאושרים!

