

TÌM CÁC TRIỆU CHỨNG

Nói chung, các phụ huynh nên phát hiện các thói quen đang thành hình. Khi trả lời “Có” hoặc “không chắc chắn” cho một hoặc hai câu hỏi, phụ huynh nên cảnh giác và nghi ngờ có sự dùng rượu bia và ma túy, theo dõi con cái chặt chẽ hơn, nói chuyện với những nơi chuyên môn và chuẩn bị cần sự giúp đỡ từ bên ngoài gia đình.

Nếu quý vị trả lời “Có” cho ba câu hỏi hoặc hơn, quý vị có lẽ cần được giúp đỡ. Con quý vị có thể đang ở trong giai đoạn dùng thử hoặc cũng có thể đã bị nghiện nghiêm trọng rượu bia và ma túy.

CÒN THUỐC LÁ THÌ SAO?

Hút thuốc lá (hoặc nhai thuốc lá) là mối quan tâm vì nhiều lý do: hành động này là bất hợp pháp, gây nghiện, thường đưa đến những rắc rối trầm trọng về sức khỏe và có thể là bước đầu đi đến dùng ma túy. Người thấy mùi thuốc lá trên người của con cái là những dấu hiệu mạnh mẽ và cần có hành động.

DỊCH VỤ GIÚP ĐỠ CÓ SẴN CHO QUÝ VỊ

Xin nhớ, quý vị sẽ rất khó giải quyết được vấn đề này nếu không có sự giúp đỡ của các phụ huynh khác có kinh nghiệm và/hoặc của các chuyên gia. Đây không phải là một vấn đề sẽ biến mất đi theo thời gian mà là một vấn đề sinh tử.

Nếu quý vị có quan tâm đến sức khỏe của con cái, xin có hành động bằng cách gọi Nebraska Council tại số miễn phí 1-800-648-4444 (ngoài Nebraska xin gọi số 1-800-662-HELP).



Con tôi có dùng rượu bia hoặc ma túy không?



Lincoln Council on Alcoholism and Drugs, Inc.

914 L Street
Lincoln, NE 68508
(402) 475-2694
www.lcad.org
prevention@cad.org

This program is partially funded by Region V Systems, the United Way of Lincoln/Lancaster County, JBC and private donations.

LÀM SAO TÔI BIẾT ĐƯỢC CON EM TÔI CÓ DÙNG RƯỢU BIA HOẶC MA TÚY?

Đây là điều đôi khi khó trả lời được, đặc biệt khi con em quý vị bắt đầu dùng thử rượu bia hoặc ma túy, khi quý vị ít thấy được bằng chứng trực tiếp.

Một số dấu hiệu của việc dùng rượu bia hoặc ma túy thường có thể bị lẫn lộn với các dấu hiệu về hành vi của tuổi dậy thì hoặc đang phát triển, hoặc lẫn lộn với các dấu hiệu bệnh.

Tuy rằng chúng tôi khuyến cáo quý vị đừng vội kết luận hoặc tự giám định con cái, mỗi phụ huynh nên ý thức về các dấu hiệu đầu tiên trong hành vi của con em.

Xin hãy trả lời các câu hỏi sau đây và sau đó tham khảo bản điểm.

1. ___ Có ___ Không

Con em quý vị có vẻ chú ý đặc biệt đến các câu, bích chương, nhạc hoặc quần áo liên quan đến ma túy hoặc rượu bia không? Con em quý vị có lối ăn mặc nhặc nhở đến vấn đề dùng ma túy hoặc rượu bia không?

2. ___ Có ___ Không

Con em quý vị có bị mất hứng thú đến trường, các sinh hoạt học đường hoặc thể thao không? Điểm học có xuống không?

3. ___ Có ___ Không

Con em quý vị có ngưng gặp gỡ bạn bè cũ và hiện nay có dành thì giờ đi chơi với những đứa bạn làm cho quý vị lo nghĩ không? Con em quý vị có vẻ bí mật hoặc tránh nói về bạn bè, nơi chúng đến chơi và những gì chúng làm không?

4. ___ Có ___ Không

Con em quý vị có mất hứng thú trong các thú tiêu khiển, thể thao hoặc sinh hoạt mà trước đây được em xem là quan trọng không? Em có bị mất động lực, nhiệt tình và sinh lực không?

5. ___ Có ___ Không

Con em quý vị có vẻ bị bệnh, mệt mỏi hoặc cau có không (có thể bị nhức đầu vì rượu bia hoặc ma túy đã dùng vào tối hôm trước)?

6. ___ Có ___ Không

Quan hệ tình cảm giữa con em và quý vị hoặc những người thân khác trong gia đình có bị suy thoái không? Chúng có ít chú ý hơn đến anh em không hoặc hiện nay chúng có bạc đãi họ bằng lời nói (hoặc ngay cả bằng hành động) không?



7. ___ Có ___ Không

Quý vị có nghi ngờ rằng tiền hoặc các đồ đạc khác trong nhà biến mất không (tiền dùng để mua rượu bia và ma túy), hoặc quý vị có nhận thấy rằng con em quý vị có nhiều tiền hơn là quý vị nghĩ không (nhờ bán ma túy)?

8. ___ Có ___ Không

Hiện nay quý vị có tra vấn sự thành thật của con em không? Quý vị có cảm nghĩ rằng con em không trả lời thẳng thắn về những gì chúng đang làm, đi chơi với ai hoặc tiêu thì giờ ở đâu không? (Chúng có thể nói dối về những vấn đề có vẻ không liên quan đến rượu bia/ma túy).

9. ___ Có ___ Không

Con em quý vị có giận dữ và chống đối khi quý vị nói với chúng về rượu bia và ma túy không, hoặc chúng hoàn toàn từ chối không bàn đến đề tài này? (Những người rất chống đối nói về rượu bia và ma túy thường che dấu số lượng họ dùng).

10. ___ Có ___ Không

Con em quý vị có bị rắc rối với pháp luật và có liên quan đến rượu bia hoặc ma túy không? (Quý vị cần biết rằng nếu có thì chắc hẳn phải có những lúc khác mà con em dùng rượu bia/ma túy mà không bị bắt gặp quả tang.)



11. ___ Có ___ Không

Có dấu hiệu cụ thể nào về việc dùng rượu bia hoặc ma túy không? Hơi thở của con em quý vị có mùi rượu hoặc bia không, hoặc có mùi

cần sa trên quần áo trong phòng ngủ không? Phát âm không rõ ràng, suy nghĩ không sáng suốt, mắt thẳng bằng khi đi bộ, mắt đỏ, con ngươi nở và cử động mắt không được chính xác, đều cũng có thể là những dấu hiệu.

12. ___ Có ___ Không

Quý vị có nhìn thấy các tang chứng không? (Chai bia cất giấu, lon bia trong xe, hạt cần sa hoặc mẫu thuốc lá, giấy quấn thuốc lá, dụng cụ dùng ma túy, viên thuốc).

13. ___ Có ___ Không

Có khi nào con em quý vị bị bắt quả tang có rượu bia hoặc ma túy tại trường học hoặc trong các sinh hoạt học đường không?



14. ___ Có ___ Không

Diện mạo con em quý vị có thay đổi không? Em có vẻ không khỏe mạnh, thụ động, có vẻ hay quên hoặc không chú ý được lâu so với lúc trước không?

15. ___ Có ___ Không

Tánh tình con em có thay đổi đáng kể không? Có thay đổi tánh khí nhanh chóng, có vẻ gắt gỏng, xa cách gia đình, nổi giận hoặc lên cơn buồn chán bất ngờ, hoặc ở một mình trong phòng nhiều tiếng đồng hồ?

CÁCH CHẤM ĐIỂM BẢN CÂU HỎI NÀY

Bản câu hỏi này không phải là phương pháp đo lường khoa học và không có mục đích giám định các vấn đề rắc rối với rượu bia hay ma túy. Bản câu hỏi này chỉ báo động cho các phụ huynh rằng có vấn đề rắc rối.

Các câu hỏi này là những dấu hiệu báo động và các phụ huynh có thể cần có hành động. Xin nhớ rằng một số câu hỏi có thể được trả lời CÓ nhưng chỉ nói lên hành vi bình thường của thanh thiếu niên.

Những câu liên quan trực tiếp đến rượu bia và ma túy (10, 11, 12, 13), khi được trả lời CÓ, dĩ nhiên là mối quan tâm, vì trả lời Có cho các câu hỏi này có nghĩa là quý vị có một đứa con đang dùng rượu bia/ma túy và quý vị nên có hành động.