

# الكحول والدماع

دليل الأنشطة للصفوف من 6 إلى 12



## Know Your Neuro

### اختبار فيديو

(3) بالإضافة إلى إيقاف نمو الفص الجبهي، ما هي الآثار الأخرى لشرب

(1) لماذا يحمي تأجيل تناول الكحول الشباب؟

الكحول لمن هم دون السن القانونية؟

(5) ما هو الاسم الذي يطلق على غالبية الشباب الذين لا يشربون الكحول؟

الإجابة: بالأغلبية، ومشاكل في الذاكرة اللفظية والمكانية، وانخفاض الانتباه والتحكم في الاندفاع، وانخفاض معالجة المعلومات. يتم حماية نمو الدماغ من تأثير الكحول في تعطيل الفص الجبهي.

(6) لماذا يُطلق على غالبية الشباب الذين لا يشربون الكحول اسم الأغلبية الصامتة؟

(2) ما هو المصطلح الذي يطلق على الحالة التي يكون فيها الفص الجبهي معطلاً ولا ينمو بسبب تعاطي الكحول؟

الجواب: إنهم لا يتحدثون عن عدم شرب الكحول، (4) ما هي نسبة مستخدمي الكحول في العالم؟ وفي الولايات المتحدة؟ بينما يتحدث العديد من الشباب الذين يشربون الكحول وهم قاصرون أو يتباهون بذلك.

الجواب: توقف النمو أو نقص نشاط الفص الجبهي. الإجابة: 30%، 50%

## قسم التفكير النقدي

### أسئلة للمناقشة

• ما هي معتقداتك حول

تلك الكحول لمن هم دون السن القانونية؟ هل يُعتبر ذلك طقساً من طقوس البلوغ في هذا البلد؟ لماذا أو لماذا لا؟

• هل تعرف شخصاً

هل يُفردون في تناول الكحول؟ كيف يتصرفون؟ وكيف يؤثر ذلك عليك؟

• هل لدى عائلتك قاعدة بشأن شرب الكحول لمن هم دون السن القانونية؟ هل توافق عليها؟ ولماذا؟

• لماذا تعتقد أن المزيد والمزيد من الشباب يقررون عدم شرب الكحول حتى يكبروا؟

• لماذا تعتقد أن غالبية الشباب الذين لا يشربون الكحول يلتزمون الصمت بشأن خيارهم بعدم الشرب؟

• ما هي عواقب تعاطي الكحول في المنزل أو في الحرم الجامعي في المنزل والمدرسة؟

الفص الجبهي المعروف أيضاً باسم

تلك الكحول لمن هم دون السن القانونية؟ هل يُعتبر ذلك طقساً من طقوس البلوغ في هذا البلد؟ لماذا أو لماذا لا؟

### جلسة عصف ذهني جماعية

قسّم الطلاب إلى مجموعات من 3 إلى 5 طلاب. اطلب من الطلاب التفكير في أكبر عدد ممكن من الإجابات على الأسئلة التالية ومناقشتها:

(أ) لماذا يحاول بعض الشباب تعاطي الكحول أو يستخدمونه؟

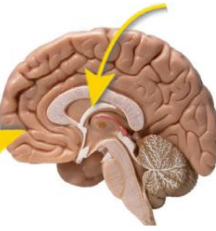
(ب) هل يؤثر الأقران على تعاطي الكحول لدى القاصرين؟ وكيف؟

(ج) كيف يؤثر نمو الدماغ على قرار الشباب بشرب الكحول أم لا؟

(د) لماذا يميل الشباب الذين يشربون الكحول إلى الإفراط في الشرب؟

(هـ) ماذا ستفعل إذا رأيت شخصاً مصاباً بتسمم كحولي؟

الجهاز الحوفي المعروف أيضاً باسم "المسرع"



سيناريو تحدي المهارات رقم: 1 إذا

عرض عليك شخص أكبر سناً من المدرسة الثانوية أو الكلية إحضار الكحول لك، فماذا ستقول له؟

السيناريو الثاني: إذا أخبرك صديق أنه أدخل الكحول خلسة إلى المدرسة ويريدك أن تذهب إلى الحمام وتشرب معه، فماذا ستقول؟

هل ستخبر شخصاً بالغاً؟ ولماذا؟

السيناريو رقم: 3 إذا كنت تعلم أن أحد الوالدين أو أحد الأصدقاء مصاب بـ

إذا كنت تعاني من مشكلة إدمان الكحول، فإلى من ستلجأ طلباً للمساعدة؟

السيناريو رقم: 4 كيف ستخبر أصدقاءك أنك لا تشرب الكحول عندما يسألونك؟

السيناريو رقم: 4: ماذا ستفعل إذا بدأ

صديق مقرب بشرب الكحول بشكل منتظم؟

يموت 3 ملايين شخص سنوياً بسبب الاستخدام الضار للكحول.

