

有关为青少年举办聚会 的提示

如何处理喝酒问题

Tips for...

Hosting a Teen Party

How to deal with the alcohol question

你十几岁的孩子问你：他是否可以在家开个聚会，你想说“可以”，但又有些担忧。你知道许多青少年都喝酒，有的还使用其它毒品。要是你的孩子恳求你为聚会买啤酒，你怎么办？要是你孩子的朋友们自己带酒来，你又怎么办？你的孩子并没有试图隐瞒对喝酒的兴趣，对此你应该感到不安还是欣慰？

对某些家长来说，青少年公开询问喝酒之事显示出成熟的迹象。对于不少家长而言，孩子日渐成熟这个理由足以使他们同意孩子的要求，让他们开个有酒的聚会。但对于其他家长来说，要做决定不是那么简单。一方面有法律和安全问题要考虑，但另一方面，如果对这个聚会说“不”，你会错失可以参与又能加以监督聚会的机会，这也是需要考虑的。

在你同意举办有酒的聚会之前，要充分了解未成年人在你家喝酒的相关法律。你还应考虑举办有酒的社交活动所带来的好处和后果。最后，要确保你的孩子明白并同意你所设定的规则和界限。

考虑喝酒的问题

如果你考虑让你的青春期孩子开个有酒的聚会，你在说“可以”之前不妨和孩子讨论一下细节和限制。这样，你的孩子就知道这事是有界限的；也让你的孩子有机会重新考虑他最初的请求。

你不妨将下面一些事项包括在开聚会计划的讨论中。

限制

要让你的孩子知道，同意喝酒不等于同意醉酒（intoxication）。要向他解释，虽然青少年的外貌和行为表现像成年人，但实际上他们在身体、智力和情感上仍在发育阶段。由于酒精对青少年的影响与对成年人的影响不同，所以 16 至 19 岁之间的聚会参加者应该遵守“每小时 1 杯”的规则，15 岁和更年幼的孩子应该滴酒不沾。



“在为青少年举办聚会之前，要充分了解未成年人在你家喝酒的相关法律。”

邀请

使用书面邀请有助于将聚会保持在容易管理的规模，并使你有机会就聚会开始及结束时间、接送及其它细节等方面做出限定。你还可以通过邀请函就喝酒事宜通知其他家长。在允许他们的孩子参加聚会之前，要求家长们在邀请函上签字，据此你向你孩子的朋友们以及他们的家长表明，聚会的安排已经考虑周全，而且该项娱乐活动会以安全、负责的方式加以监控。

联系家长

如果你不喜欢发邀请函的做法，不妨用电话联系家长们。这样你可以让他们知道你打算允许孩子们在监控下喝酒。你还可以讨论交通方式和家长的期望；并利用这个机会，询问如果有问题时的紧急联系方式。

法律与酒

在卑诗省，你可以在自己家里给自己的孩子喝酒。可是，为你孩子的朋友提供酒是有限制的。你应记住下面一些规章制度：

- 为 19 岁以下的人提供酒是非法的。
- 若在你家物业范围内发生事故或有人受伤，你可能要为此负法律责任。因此，了解你的家居保险所涵盖的范围就非常重要。
- 如果聚会上有酒，参与聚会的客人离开你的住所后所受到的任何伤害，你均可能要负责。

换句话说，只要你举办有酒的聚会，即使客人到了可以喝酒的法定年龄，你仍要承担风险。

食物

任何聚会的一个重要部分就是要为你的客人提供食物，尤其是有酒的聚会。可能的话，应该对咸味零食加以限制，因为盐分增加口渴感，这会无意间增加孩子们的喝酒量。

活动

防止酒量失控的一个方法，就是确保孩子们有点事做，而不是就那么坐在那里一口一口地喝啤酒。如果有条件的话，帮他们想出一些适合聚会场所和主题的活动或游戏。你可以主动提议帮忙装设一个飞镖盘，摆一张牌桌，或租些电影、电子游戏甚至卡拉 OK 机。

聚会进行中

帮助计划聚会只是你当家长的责任之一，你的其它责任包括：监督聚会、密切注意酒和食物的消耗量，以及留意在场的每一位青少年。下面是聚会进行中你的责任和职责清单。

提供适当的监督

聚会进行中至少应有 1 名成年人始终在场。如果你计划的是一个规模较大的聚会，要确保其他家长或达到法定年龄的人在场帮你照应方方面面。你可为每位成年人分配不同的职责或岗位。例如，你可以让 1 名成年人把守前门应对不速之客（party crashers），另 1 名成年人则负责上酒或监控酒的消耗量。

定时添加食物

整个聚会晚上都应该确保不缺零食，而且你还应该鼓励聚会参加者不断吃东西。当胃里装有食物的时候，酒对血液酒精含量（blood alcohol content）的影响就小些。

聚会夜你要保持滴酒不沾

你可能会动心，想加入到聚会的喝酒欢乐中，但最好保持头脑清醒和警觉，以防任何意外问题发生。

你充当服务生

举办有酒的聚会会有风险，为将风险降到最低，你要亲自（或请其他成年人帮忙）上酒。身为“酒吧侍者”和“服务生”，你就能够留意到那些看来要出现麻烦或要失控的人。你可以订下规矩，带到聚会的酒必须在进门时交出来，打算喝酒的人还要连同车钥匙一同上交。在规定的聚会结束时间前 1 至 2 小时停止供应含酒精的饮料。

提供不含酒精的替代饮品

聚会上要有各种无酒精的替代饮品，例如软饮料和果汁。你甚至可以发挥自己的创意，调出一系列“无酒精鸡尾酒”之类的混合饮料（blended “virgin” drinks）供选择，例如无酒精的“玛格丽特”（Margaritas）和“果汁朗姆”（Pina Coladas）。

安排每位客人安全回家

在聚会开始前要计划好结束后的回家安排，以确保所有客人的安全。不应允许喝了酒的青少年开车回家，应由你自己送他们回家，或者安排他们的家长来接。如果这些选择都不行的话，那就叫出租车并准备好提供车费。万一有客人不能回家，也要做好留下他们过夜的准备。

无酒精的替代饮品

Margarita

- 2 盎司酸甜汁与少量酸柠檬汁和甜橙汁
- 与冰一起搅拌直至均匀
- 入杯并在杯口抹一圈盐
- 饰以一片酸柠檬角

Pina Colada

- 3 盎司菠萝汁和 2 盎司椰浆
- 与冰一起搅拌直至均匀
- 入龙卷风酒杯（即长型圆底玻璃杯，Hurricane glass）
- 饰以一片菠萝角、发泡奶油（whipped cream）和一颗樱桃

Strawberry Daiquiri

- 3 盎司新鲜或冷冻草莓，少量酸甜汁和石榴糖浆粉末，以及少量的石榴汁
- 与冰一起搅拌直至均匀
- 饰以一只小旗

想要了解有关酒精和其它致瘾物影响的信息，请浏览“为你解困——精神健康信息网”（Here to Help 网站：www.heretohelp.bc.ca）上的“了解（Learn about）”栏目。你还可以在卑诗省瘾癖研究中心（Centre for Addictions Research of BC）的网站（www.carbc.ca）上，找到各种有关致瘾物使用问题的信息。

举办有酒聚会的好处和后果

在决定是否举办聚会的时候，除了法律和健康问题外，还有其它因素要考虑。至于好处，那就是举办青少年聚会给你提供了独特的机会，让你可以观察和监督你孩子在社交时的行为。你不仅有机会在不同层面上了解你的孩子，而且你也觉得安心，知道在这个特定的晚上你的孩子在哪里和在做些什么。否则的话，你的孩子可能在这天晚上外出，在别的什么地方喝酒，可能会有更大的风险。

至于后果，无非就是你的自由价值观可能得不到你孩子朋友家长们的欣赏。你也会冒上风险，被冠以“撒手家长”甚至“好欺负”的名声。这会导致你的孩子试图利用你的宽容以争取更多自由。最后，你并不确知你的孩子和他们的朋友对酒将会有什么反应。有些人可能对酒没有太多耐受性 (tolerance)，而其他人则容易喝多。不论是哪种情况，孩子们不是大声喧闹就是醉倒，或者搞出令人厌烦的乱摊子。



**BC Partners for
Mental Health and
Addictions Information**

“卑诗省合作伙伴”（BC Partners）是由多家非营利机构组成的一个团体，这些非营利机构互相合作，通过提供高质量的资料，帮助个人和家庭处理精神健康和致瘾物带来的问题。该团体的成员包括卑诗省焦虑症协会（Anxiety Disorders Association of BC）、卑诗省精神分裂症协会（BC Schizophrenia Society）、加拿大心理卫生协会卑诗省分会（Canadian Mental Health Association's BC Division）、卑诗省瘾癖研究中心（Centre for Addiction Research of BC）、霍斯儿童精神健康协会（F.O.R.C.E. Society for Kids' Mental Health）、耶西希望协会（Jessie's Hope Society），和卑诗省情绪病协会（Mood Disorders Association of BC）。“卑诗省合作伙伴”（BC Partners）由卑诗省卫生服务局（Provincial Health Services Authority）下属的卑诗省精神健康及瘾癖服务（BC Mental Health and Addiction Services）提供资助。

卑诗省瘾癖研究中心（Centre for Addictions Research of BC）编制