

舉辦青少年派對的提示

如何處理喝酒問題

Tips for...

Hosting a Teen Party How to deal with the alcohol question

您處於青春期的孩子問是否可以在家舉辦派對。您想說「可以」，但同時也有些擔心。您知道許多青少年會喝酒，有些還會使用毒品。萬一您的孩子央求您為派對購買啤酒怎麼辦？萬一您孩子的朋友自己帶了酒來怎麼辦？孩子毫不隱瞞對喝酒的興趣，您應該為此感到困擾還是放心？

對有些家長來說，青少年公開詢問有關喝酒的問題是長大和成熟的表現。對不少家長來說，孩子漸漸長大成人，就足以令到家長同意他們舉辦可以喝酒的派對。但對別的家長來說，作出決定並不是那麼簡單：一方面您需要考慮法律與安全問題，但另一方面，您說「不」之後，可能會錯失原本可參與並監督這個派對的機會。

在您同意舉辦有酒的派對之前，請清楚瞭解未成年人在您家喝酒的相關法律，您也應該考慮舉辦有酒的社交活動帶來的好處和後果。最後，請確保您的孩子明白而且同意您所訂下的規則與界限。

考慮喝酒問題

如果您考慮讓您的孩子舉辦有酒的派對，在說「好」之前，您可能要與孩子討論相關的細節與限制。這樣，孩子會知道這件事有界限存在，也讓他們有機會重新思考自己原來的要求。

以下是一些您在計劃派對時，可能想要討論的事項：

限制

讓您的孩子瞭解：「批准」喝酒並不等於「批准」醉酒（intoxication），向他們解釋雖然青少年可能看起來像成年人，而且表現得像成年人，但事實上他們的身體、心智和情緒都還在發育階段。因而酒精對青少年和對成人的影響會有所不同，故此 16 至 19 歲的派對參加者應該嚴格遵守「一小時一杯」的準則。15 歲及更年幼的青少年就應該滴酒不沾。



『在您的青少年派對前，請清楚瞭解未成年人在您家喝酒的相關法律。』

邀請函

使用書面邀請的方式可以幫助您將派對保持在您能夠控制的規模，而且讓您有機會定下相關規則：如派對的開始與結束時間、接送方式以及其他細節。您的邀請函也可以用來知會其他家長在派對喝酒的問題。若在批准孩子的朋友參加派對前，要求其家長在邀請函上簽名，孩子的朋友及他們的家長便能瞭解派對是經過深思熟慮的，而且聚會將以安全及負責任的方式受到監督。

家長之間的聯繫

如果您不想使用邀請函，您可以透過電話聯繫其他家長。如此一來，您可以讓其他家長知道您打算在成人監督下允許派對參加者喝酒，您們還可以討論交通安排以及彼此的期望。也可利用這個機會詢問緊急聯絡方式，以防萬一有問題發生。

法律與酒精

在卑詩省，您可以在自己家中給自己的孩子喝酒。但是，向您孩子的朋友提供酒精飲料是有限制的。您應緊記下列規則與法例：

- 向未滿 19 歲的人提供酒是違法的。
- 您可能需要為在您的物業內發生的意外或受傷事件負上法律責任。基於這個理由，瞭解您住家保險的賠償範圍是很重要的。
- 如果牽涉到酒，即使賓客離開您的住家後才受到任何傷害，您也可能要負責。

換句話說，即使您的賓客都達到合法喝酒的年齡，但只要舉辦有酒的派對，您就要承擔風險和責任。

食物

對任何派對來說（特別是有酒精飲料的派對），重要的是為您的賓客提供食物。如果可能，限制進食口味較鹹的小食份量，因為鹽份會加添口渴感，反而增加孩子的喝酒量。

活動

防止喝酒量失控的一個方法，是確保青少年除了光坐著喝啤酒之外，還有別的事情可做。如果可行的話，幫助您的孩子設計適合派對場地和主題的活動或遊戲，主動幫忙擺放飛鏢靶或是撲克牌桌，或是租些影片、電子遊戲，或甚至卡拉 OK 器材等。

派對期間

幫助籌劃派對只是您身為家長的責任之一，其他的責任還包括監督派對的進行，密切注意酒和食物的消耗量，還有出席派對的每個孩子的狀況。下文列出在派對進行時您的責任與職責。

提供適當的監督

派對期間，至少應該有一名成人隨時在場。如果派對的規模龐大，請確保其他家長或達到法定年齡的人能在現場幫您掌握和控制各方面的情況。您可委託每名成人負責不同的事務或駐守不同的位置。例如，您可以讓一名成人守在正門，以應付不請自來的人（party crashers）。另一名成人可以負責倒酒或監察酒的消耗量。

定時添加食物

整個晚上都應該要有小食供應，而且應鼓勵參加者不斷地吃。當胃裡有食物時，酒對血液中的酒精濃度（blood alcohol content）的影響較小。

您當晚務要滴酒不沾

雖然您可能會受到氣氛感染，想要一起享受派對，但您最好還是保持頭腦清醒和機警，以防萬一有突發問題發生。

擔任倒酒工作

要減少舉行有酒的派對所帶來的風險，您應該自己（或讓其他成人幫忙）負責倒酒。作為「酒保」或「倒酒人」，您就能夠注意到任何看來有麻煩或就要失控的人。您可以明文規定，任何帶到會場的酒都必須在進場時交出，打算喝酒的人也必須將車匙交出託管。在預計結束時間的一或兩小時前，就應該停止供應含酒精的飲品。

提供不含酒精的替代飲料

請確保派對同時供應多種不含酒精的其他飲品，像是汽水或果汁。您還可以發揮創意，提供一系列「不含酒精的雞尾酒」類型的混合飲料（blended “virgin” drinks），例如不帶酒精的瑪格麗特（Margaritas）和沒有酒精的椰子菠蘿（即鳳梨）雞尾酒（Pina Coladas）。

安排每位賓客安全回家

在派對開始前就計劃好結束後回家的安排，以確保所有賓客的安全。有喝酒的青少年不應該開車回家，應由您親自送他們回家，或是安排家長來接自己的孩子。如果這些方案都不可行，請利用計程車服務，並準備好支付車費；也要隨時準備招待無法回家的賓客留下來過夜。

不含酒精的其他飲料

Margarita

- 2 安士（盎司）酸甜汁粉末（sour mix），混和少許青檸汁與橙汁
- 與冰塊混合均勻
- 用玻璃杯裝盛，杯口抹一圈鹽
- 以一片青檸角裝飾

Pina Colada

- 3 安士（盎司）菠蘿（鳳梨）汁與 2 安士椰漿
- 與冰塊混合均勻
- 用長型圓底玻璃杯（hurricane glass）裝盛
- 飾以一片菠蘿角、發泡鮮奶油（whipped cream）與一顆櫻桃

Strawberry Daiquiri

- 3 安士（盎司）新鮮或冷凍士多啤梨（草莓）、少許酸甜汁粉末，與少許石榴汁
- 與冰塊混合均勻
- 以小旗子裝飾

有關酒精與其他毒品作用的相關資訊，請瀏覽「助您解困—精神健康資訊網」(Here to Help 網站：www.heretohelp.bc.ca)之「認識」(Learn about) 章節。您也可以在癮癮研究中心 (Centre for Addictions Research) 的網站：www.carbc.ca，找到各種有關使用（致癮）物質的資訊。

舉辦有酒的派對有哪些好處和後果

除了法律與健康問題之外，在決定是否舉辦派對前也有其他因素要考慮。在好處方面，舉辦青少年派對讓您有難得的機會觀察和監督自己的孩子。您不僅有機會能從不同的層面來瞭解自己的孩子，也可以因為知道這個晚上孩子身在何處而放心，還知道他在做些什麼。不然您的青春期孩子有可能在晚上外出，而且用風險大得多的方式在別的地方喝酒。

關於後果方面，您開放自由的價值觀也許不會被其他家長所欣賞，您也冒著背負「放縱的家長」或甚至是「沒主見的人」名聲的風險。這可能會導致您的青春期孩子利用您的寬容，進而要求更多的自由。最後，您不能明確知道您的孩子和他的朋友對酒有什麼反應。有些人可能對酒沒有甚麼耐受性 (tolerance)，而別的人可能容易過量飲用，而且不論是哪種情況，孩子們不是大聲喧鬧、醉倒不省人事，就是把地方弄得一團糟，令人厭煩。



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

「卑詩省合作夥伴」(BC Partners) 是一個由多家非牟利機構組成的團體，這些非牟利機構互相合作和提供優質的資料，幫助個人和家庭克服精神健康和使用（致癮）物質帶來的問題。團體成員包括卑詩省焦慮症協會 (Anxiety Disorders Association of BC)、卑詩省精神分裂症協會 (BC Schizophrenia Society)、加拿大心理衛生協會卑詩省分會 (Canadian Mental Health Association's BC Division)、卑詩省癮癮研究中心 (Centre for Addiction Research of BC)、霍斯兒童精神健康協會 (F.O.R.C.E. Society for Kids' Mental Health)、耶西希望協會 (Jessie's Hope Society)，和卑詩省情緒病協會 (Mood Disorders Association of BC)。「卑詩省合作夥伴」(BC Partners) 由卑詩省衛生服務局 (Provincial Health Services Authority) 下屬的卑詩省精神健康及癮癮服務 (BC Mental Health and Addiction Services) 提供資助。

由卑詩省癮癮研究中心 (Centre for Addictions Research of BC) 編制