



談談預防

家庭上癮 - 孩子應怎樣做？

發行第13期

CSAP'S WESTERN 中心為預防技術的應用。

JULIE HOGAN, PH.D. 董事

按照 Diane Hipp 預防應用的管理籌劃人，Kris Gabrielsen 和 Jack Wilson 編輯

青少年有各樣的反應當面對家長濫用物質或上癮。有些造反，有些過分順從。有些讀書失敗，有些勝過¹。但是，家長上癮的孩子是濫用物質的最高冒險，因為他們更可能的經歷很多冒險因素曾在上期談談預防討論過。下面是一些要注意的冒險因素和一些建議怎樣減少這些冒險因素。

過渡和機動性：

家庭有上癮的育兒者趨向于更多移動。要減少這冒險，先前預備青少年怎樣期待和試保持一些可斷定的和穩定的安逸移動的壓力。譬如一本愛好的書，電視，或玩具可能是穩定的源泉²。

行為問題的家庭歷史：

如果年青人是在一個上癮的歷史家庭長大，他們發展這行為問題的冒險增加。為了減少這冒險，建立健康信心和清楚的行為標準。幫助年青人在家，在社區，與朋友，和在學校發展強壯的聯係和正確的模範²。

記得：

“超過兩千八百萬美國人有醉酒的孩子；將近一千一百萬人是十八歲以下。”¹

家長態度和卷入使用毒品：

家長叫他們的青少年給他們一瓶啤酒或點火香煙是更可能使青少年濫用物質³。為了減少這冒險，家長需要小心不讓他們的孩子卷入他們自己使用的酒精，煙草，或其它毒品。

早期和堅持的孤關的行為：

上癮家庭的青年人是更可能表示出侵略行為，有發脾氣，和展出孤關的行為²。

為了減少這冒險，鑒別和找尋幫助企圖改變行為。與學校一起合作來保證你的青年人是正在學習技能去控制侵略行為和暴力行為的沖動。在家繼續教導這些技能。

在學校缺少委托：

青年人與上癮的家庭一起生活是更可能有不好的態度對學習、同學、老師、和權威人士²。

家長對教育價值的態度對青年人委身于學校能有強力的影響。與你的青少年談及有關他、她是正在學習，表示興趣，和鼓勵他、她活躍參與。

鼓勵青年人正確發展與你的家庭，朋友，和鄰居分享這信息。

欲知更多資訊請致電：

根源：

1 National Association for Children of Alcoholics. (2001). *Children of Addicted Parents: Important Facts*. Retrieved July 22, 2004 from www.nacoa.net/pdfs/addicted/pdf. 2 Fisher, G.L. & Harrison, T.C. (1997). *Substance Abuse: Information for School Counselors, Social Workers, Therapists, and Counselors* (2nd ed.). Needham Heights, MA: Allyn & Bacon. 3 Hawkins, J.D., Catalano, R.J. (2002). Getting started – how to prevent drug use in your family. In Channing Bete (Ed.), *Guiding good choices program: Family guide*. South Deerfield, MA: Channing Bete Company, Inc.