



談談預防

保護因素—家長能做什麼

發行第11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

這個月的談談預防是首次分成兩部分系列看看酒精的基金會和其他的毒品預防工作。基金會或科學用來報告這國家關心的如 J. David Hawkins 博士和 Richard F. Catalano 博士的冒險和保護因素理論。這個月注重保護因素使家長能夠建立去增加家庭的影響力和減輕青少年的冒險。

這預防的理論是基于公共健康模範教育美國公民有關心臟病的冒險因素和美國人應怎樣做來減輕冒險因素影響他們的生命。進行研究揭開冒險因素給我們的青少年去冒險為發展健康和行為問題，Hawkins 博士和 Catalano 博士揭露三個保護因數。這些保護因數幫助防止青少年反對他們揭露于生命所以方面的冒險因數¹。下面例出是保護因素每個有簡短的定義：

記得：

約束給青少年理由去聆聽和跟隨家庭的準則、標準。

健康的信心和清楚的標準

家長和其他模範需要與青少年分享健康信心。當這些被分享，準則或標準需要傳達和不斷的跟隨。健康信心和清楚標準如衛兵的給青少年需要的支持去作好的選擇²。清楚標準在酒精周圍的例子可能是你的青少年與朋友開車去參加招待會，那里有酒精飲料，他、她打電話叫你接他們回家。

欲知更多資訊請致電:

關係

關係是正確的感覺屬於一個群組如家庭單位，社區，學校或同學群隊。要在家庭中建立關係，家長需要：(1)提供有意義的機會去參與家庭；(2)教導成功的技能；和(3)慶祝或表示出努力于參與³。三個主要的字要記住當建設關係是機會，技能，和表示。例如建設機會給你的青少年可能是教導他、她技能去平衡支票帳簿和在月底慶祝當支票帳簿平衡了。

個人的特征

孩子一出世就有三個特征給他們加上保護針對行為問題：容易恢復，友善的，和聰明。容易恢復是有能力從逆境恢復過來。友善的是有好的本性和親切。當一個孩子一出生就聰明將幫助保護他們無暴力行為，無犯罪，無少女懷孕，和退出學校。但是，它不保護反對濫用物質²。家長可以提供機會給孩子去發展容易恢復和多些社交。家長需要記得聰明不能保護青少年濫用物質。

行動的步驟：

- 決定健康準則、標準給你家庭當它受到物質的使用。
- 與你的青少年談及這些準則。
- 教導技能去跟隨準則、標準。
- 與你的青少年慶祝當他們跟隨準則、標準和改正他們當他們作出不健康的選擇。

根源：

1 Hawkins J.D., Catalano, R.J., & Miller, J.Y. (1992). Risk and protective factors for alcohol and other drug problems in adolescence and early adulthood: Implications for substance abuse prevention. *Psychological Bulletin*, 112(1), 64-105.

2 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.

3 Kumpfer, K.L., & Alvarado, R. (1998, November). Effective family strengthening interventions. *Juvenile Justice Bulletin*. Washington DC: Office of Juvenile Justice and Delinquency Prevention.