



“ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ” БЕСЕДЫ

ЗАЩИТНЫЕ ФАКТОРЫ – ЧТО МОГУТ СДЕЛАТЬ РОДИТЕЛИ

Номер 11

ЗАПАДНЫЙ ЦЕНТР ПО ПРИМЕНЕНИЮ МЕТОДОВ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ АЛКОГОЛИЗМА
И НАРКОМАНИИ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ CSAP
ДЖЮЛИ ХОГАН, ДОКТОР НАУК, ДИРЕКТОР

Автор: Дайан Хипп, административный координатор по применению методов предупреждения алкоголизма и наркомании. Редакторы: Крис Габриэлсен и Джек Уилсон

Профилактическая БЕСЕДА этого месяца – первая из цикла, состоящего из двух бесед – затрагивает тему основного подхода к работе по предупреждению алкоголизма и наркомании. Основной или научный подход, используемый для адресования этой национальной проблемы, известен под названием **“Теория о риске и факторах защиты”** доктора наук Дж. Давида Хокинса и доктора наук Ричарда Ф. Каталано. В этом месяце мы акцентируем внимание на факторах защиты, которыми могут пользоваться родители для укрепления влияния семьи на молодёжь и для ограждения своих детей от риска. Данная теория предупреждения проблемного поведения основана на модели общественного здравоохранения, которая была использована для информирования Американской общественности о факторах риска болезни сердца, а также о том, что следует делать американцам для смягчения влияния факторов риска на жизнь. Проводя исследования по выявлению факторов риска, влияющих на развитие заболеваний и вредных привычек у молодёжи, доктора наук Хокинс и Каталано обнаружили три защитных фактора. Такие защитные факторы помогают немного оградить молодых людей от факторов риска, с которыми те сталкиваются во всех сферах своей жизни.¹ Ниже предоставлены защитные факторы и их краткое описание.

ПОМНИТЕ:

Укрепление семейных уз даёт подросткам повод для того, чтобы послушать и последовать нормам/требованиям семьи.¹

ЗДОРОВЫЕ УБЕЖДЕНИЯ И ЧЁТКИЕ ТРЕБОВАНИЯ

Родителям и другим членам семьи, являющимся образцами для подражания, необходимо делиться своими здоровыми убеждениями с подростком. При этом необходимо объяснять нормы или требования, которым подростку нужно неукоснительно следовать. Здоровые

убеждения и чёткие требования служат в качестве “перил“, на которые молодые люди могут “опереться“, чтобы принять правильные решения.² Пример чёткого требования, касающегося алкоголя: если Ваш ребёнок поедет в машине с друзьями и заедет на вечеринку, где пьют алкогольные напитки, то он/она должен (а) позвонить Вам, чтобы Вы привезли его/её домой.

Для получения дополнительной информации звоните:

УКРЕПЛЕНИЕ УЗ

Укрепление уз – это положительное чувство принадлежности к группе, такой как семья, община, школа или группа сверстников. Для того, чтобы создать крепкие узы в семье, родителям необходимо: (1) предоставлять ребёнку конкретные возможности для активного участия в делах семьи; (2) обучать навыкам достижения успеха; и (3) каким-либо образом отмечать усилия ребёнка в участии в делах семьи.³ Три ключевых слова для укрепления семейных уз, которые следует запомнить, это: Возможности, Навыки и Празднование успеха. Примером творческой возможности для Вашего подростка может послужить обучение его/её навыкам ведения чековой книжки, а также какое-либо празднование успеха в конце месяца, когда в книжке сойдутся счета.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ КАЧЕСТВА

Дети рождаются с тремя качествами, которые дают им дополнительную защиту против приобретения вредных привычек: Устойчивость к внешним воздействиям, Общительность и Интеллект. Устойчивость к внешним воздействиям – это способность быстро восстанавливать здоровое физическое и душевное состояние. Общительность – это добродушие и дружелюбие. Когда ребёнок рождается с интеллектом, то это обычно помогает защитить его от жестокости, правонарушений, подростковой беременности и отказа продолжать учёбу. Тем не менее, это не защищает его от употребления и злоупотребления алкоголем/наркотиками.² Родители могут предоставлять своим детям возможность развивать устойчивость к внешним воздействиям и общительность. Родители должны помнить, что интеллект не защитит подростка от злоупотребления алкоголем.

ШАГИ К ДЕЙСТВИЮ:

- Определите здоровые нормы/требования для своей семьи, касающиеся употребления алкоголя.
- Объясните эти нормы своему подростку.
- Обучите его, как следовать этим нормам/требованиям.
- Хвалите подростка, когда он следует этим нормам/требованиям; но поправляйте его, если он принимает нездоровые решения.

ИСТОЧНИКИ ИНФОРМАЦИИ:

1 Хокинс Дж. Д., Каталано Р. Дж. и Миллер Дж. У. (1992). “Факторы риска и защиты при проблемах с алкоголем и другими наркотиками в подростковом периоде и ранней молодости: Последствия злоупотребления алкоголем и др. наркотиками для предупреждения этих вредных привычек“. *Психологический бюллетень*, 112(1), 64-105.

2 Хокинс Дж. Д., Каталано Р. Дж. (2002). “Начало работы – как предотвратить использование алкоголя и наркотиков в вашей семье“. Из Чаннинг Бит (Образование), *Программа тренировки принятия хороших решений: Руководство для семьи*. Саут Дирфилд, Массачусеттс: компания Чаннинг Бит, Инс.

3 Кумпфер К.Л. и Альварардо Р. (ноябрь 1998). “Эффективное вмешательство для укрепления семьи“. *Бюллетень правосудия по делам несовершеннолетних*. Вашингтон: Отдел правосудия по делам несовершеннолетних и предотвращению правонарушений.