



# Родители и профилактика вредных привычек: Факторы риска и факторы защиты

Невозможно с абсолютной точностью предсказать, кто в жизни будет экспериментировать с алкоголем, кто будет употреблять марихуану, а кто никогда не будет употреблять наркотики и алкоголь. Однако родители могут научиться распознавать уникальные для своего ребенка характеристики и особенности среды, под воздействием которой находится ребенок и которая влияет – отрицательно и положительно – на решения, принимаемые ребенком в отношении употребления алкоголя или наркотиков.

Было установлено, что наличие **факторов риска** (отрицательное влияние) повышает риск употребления алкоголя и наркотиков, а наличие **защитных факторов** (положительное влияние) защищает от потенциального воздействия негативных рисков. Важно помнить, что наличие факторов риска, воздействию которых подвержен ребенок, не обязательно означает, что ребенок будет употреблять алкоголь или наркотики.

**Хорошая новость заключается в том, что чем активнее молодые люди развивают в себе важные защитные жизненные навыки и полагаются на поддержку сверстников/семьи/школы/сообщества, тем вероятнее, что они будут вести здоровый образ жизни, в котором нет места употреблению алкоголя и наркотиков.**



	ФАКТОРЫ РИСКА Повышают риск употребления алкоголя и наркотиков	ЗАЩИТНЫЕ ФАКТОРЫ Повышают устойчивость к употреблению алкоголя и наркотиков
ЛИЧНОСТЬ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Генетическая предрасположенность к употреблению алкоголя и наркотиков</li> <li>• Низкая самооценка</li> <li>• Проблемы со здоровьем/психическим здоровьем</li> <li>• Импульсивность/рискованное поведение</li> <li>• Позитивное отношение/заниженное понимание рисков употребления алкоголя и наркотиков</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Крепкие социальные навыки</li> <li>• Самодисциплина</li> <li>• Устойчивый темперамент</li> <li>• Способность устанавливать позитивные отношения/тесные связи</li> <li>• Социальная компетенция</li> <li>• Участие в клубах/различных видах деятельности</li> <li>• Негативное отношение/повышенное понимание рисков употребления алкоголя и наркотиков</li> </ul>
СВЕРСТНИКИ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Мало друзей/старших друзей</li> <li>• Друзья считают алкоголь или наркотики «классными»</li> <li>• Группа сверстников принимает участие в отклоняющемся от норм/противозаконном поведении</li> <li>• Группа сверстников с негативными социальными нормами</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Здоровые группы сверстников</li> <li>• Друзья с негативным отношением к употреблению алкоголя и наркотиков</li> <li>• Участие в видах деятельности, исключающих употребление алкоголя и наркотиков</li> </ul>

	<b>ФАКТОРЫ РИСКА</b> Повышают риск употребления алкоголя и наркотиков	<b>ЗАЩИТНЫЕ ФАКТОРЫ</b> Повышают устойчивость к употреблению алкоголя и наркотиков
<b>СЕМЬЯ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Употребление алкоголя или насилие в семье</li> <li>• Родители употребляют алкоголь или наркотики</li> <li>• Члены семьи не проводят много времени вместе</li> <li>• Родители разрешают подросткам употреблять алкоголь и наркотики</li> <li>• Родители не устанавливают строгих правил для подростков в отношении алкоголя и наркотиков</li> <li>• Конфликты в семье</li> <li>• Семейное насилие или беспризорность</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Родители обеспечивают четкую структуру</li> <li>• Родители устанавливают строгие правила для подростков в отношении алкоголя и наркотиков</li> <li>• Позитивные навыки устойчивости к стрессу</li> <li>• Семья оказывает помощь и поддержку</li> <li>• Практикуется открытое общение</li> <li>• Позитивные связи между членами семьи</li> </ul>
<b>ШКОЛА</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Нет чувства связи со школой</li> <li>• Низкие академические стандарты</li> <li>• Отсутствие атмосферы поддержки в школе</li> <li>• Ограниченное участие родителей/сообщества в школьных мероприятиях</li> <li>• Непоследовательные правила/последствия для учащихся за употребление алкоголя и наркотиков</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Высокие академические стандарты</li> <li>• Позитивная культура в школе</li> <li>• Атмосфера поддержки в школе</li> <li>• Четкие правила поведения</li> <li>• Четкие правила в отношении алкоголя и наркотиков</li> <li>• Поддержка учителей и администрации школы</li> </ul>
<b>СООБЩЕСТВО</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Недостаточно занятий для молодежи</li> <li>• Недостаточное участие или интерес взрослых</li> <li>• Нормы сообщества поощряют употребление алкоголя и наркотиков среди молодежи</li> <li>• Доступность алкоголя и наркотиков</li> <li>• Непоследовательные правила/последствия для молодежи за употребление алкоголя и наркотиков</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Возможности для занятий/отдыха молодежи</li> <li>• Нормы поддерживают здоровое поведение/исключают употребление алкоголя и наркотиков</li> <li>• Активное участие в жизни сообщества</li> <li>• Тесное сотрудничество между школами, правоохранительными органами, компаниями, религиозными и другими группами для оказания поддержки молодежи</li> </ul>

Использованы материалы из источников *Ключевые характеристики факторов риска и защитных факторов*, <http://captus.samhsa.gov/prevention-practice/prevention-and-behavioral-health/key-features-risk-protective-factors/1>; *Факторы риска и защитные факторы*, <http://www.findyouthinfo.gov/youth-topics/substance-abuse> и *Факторы риска и защитные факторы*, <http://www.mass.gov/eohhs/gov/departments/dph/programs/substance-abuse/providers/prevention/risk-and-protective-factors.html>

## РЕСУРСЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

### Студенты против деструктивных решений

<http://www.sadd.org/prevention.htm>

**Информация для молодежи** <http://www.findyouthinfo.gov/youth-topics/substance-abuse/risk-and-protective-factors-substance-use-abuse-and-dependence>

**Сайт Mass.gov** <http://www.mass.gov/eohhs/gov/departments/dph/programs/substance-abuse/providers/prevention/risk-and-protective-factors.html>

**Управление службы лечения наркотической зависимости и психических расстройств** <http://captus.samhsa.gov/print/prevention-practice/prevention-and-behavioral-health/key-features-risk-protective-factors/1>

«Родители и профилактика вредных привычек» – это образовательная серия, предлагаемая *Decisions at Every Turn Coalition* родителям и другим заинтересованным взрослым лицам, в целях повышения уровня информированности о важных проблемах молодежи и поощрения открытого диалога о том, как заботиться о здоровье и делать здоровый выбор.

Посетите сайт <http://www.AshlandDecisions.org/parent-tip-sheets.html>, где Вы найдете полный архив информационных листов.