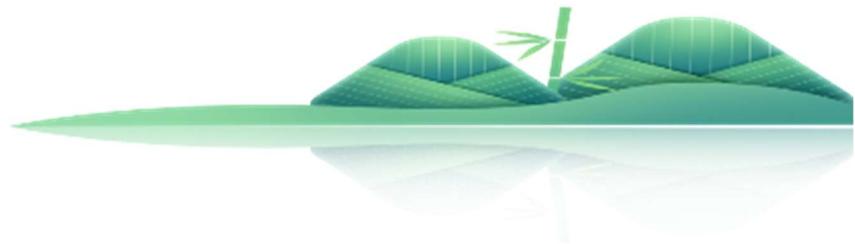


参考文献

- 郭凤宜. (2023). “神奇的五级量表”: 培养孩子的情商, 建立更紧密的亲子关系. <https://mp.weixin.qq.com/s/Us1Rue13BwRaz8Dv39roXw>
- 窦菲菲. (2023). 亲子互动与儿童发展: 家庭赋能的实证研究. 《儿童心理与行为》, 45(2), 123-135.
- Helen Lynch. (2018). "School-Based Occupational Therapy: Enhancing Inclusion through Evidence-Based Practice." *Journal of Occupational Therapy*, 27(1), 45-57.
- 联合国教科文组织 (UNESCO). (1994). 萨拉曼卡宣言: 融合教育的新标准. 联合国教科文组织出版.
- 中国康复研究中心. (2016). 以学校为基础的作业治疗实践: 从理论到实践. 中国康复研究中心出版.



促進青少年更安全的約會關係： 兒童作業治療師的家庭賦能工作坊

郭鳳宜^{1,2}, 趙曉倩^{2,3}, 呂天琦²

1 北京長和醫療

2 長和大蘊兒科診所

3 北京中醫藥大學

引言

在當今社會，青少年的心理健康和安全問題備受關注，尤其是針對青少年約會關係中的安全問題。為了應對這一重要議題，本文介紹了一個全面的家長和教師培訓工作坊，主題為“Safer Dating: 變得聰明。尋求幫助。保持安全。促進青少年更安全的約會關係”。本

文將詳細探討該工作坊的內容，強調作業治療師在為有特殊健康需求的兒童和青少年家庭提供社會安全及心理健康教育的重要性，並說明如何通過家庭賦能來實現這些目標。

青少年約會暴力的嚴峻現狀

青少年在成長過程中可能會面臨各種挑戰，如戀愛虐待和網路欺凌等。這些問題不僅會影響心理健康，甚至可能導致自我傷害甚至自殺。因此，家長、老師和成年照顧者需要提高識別問題跡象的能力，並提供適當的安全教育，涉及友誼和親密關係，理解孩子所經歷的痛苦，給予關愛和支持，以預防情感困擾或傷害。

以下是美國青少年約會暴力的一些嚴峻現狀：

- 大約有 150 萬名美國高中男孩和女孩承認在過去一年中曾被戀愛對象故意打擊或身體傷害。
- 遭受約會暴力的青少年面臨長期後果，如酗酒、飲食紊亂、濫交、自殺念頭和暴力行為。
- 1/3 的青少年處於虐待或不健康的關係中。
- 33%的青少年曾遭受性、身體、言語或情感上的約會暴力。
- 25%的高中生曾遭受過身體或性侵害。

這些資料嚴重凸顯了青少年在約會關係中的問題，孩子們需要學會在友誼和約會中保護自己的權益。同時，作者強調了全社會共同參與預防和干預青少年約會暴力的必要性，共同構建支持青少年健康成長的安全環境。

在這篇文章中，我們將深入研究如何通過家庭賦能來支持兒童和青少年建立更健康、更安全的約會關係。我們將探討如何識別健康關係的特徵，評估學生是否處於風險中，並提供干預策略。本文還將探討如何建立適當的政策來應對青少年不健康或不安全的約會關係，以及如何在整個學校社區推廣積極健康的友誼關係。最後，我們將介紹解決青少年約會關係問題的資源，幫助參與者更好地保護和支持青少年的安全與健康成長。



2024年5月31日在北京長和大蘊兒科診所舉辦的線下工作坊照片

接下來，我們將詳細討論這些重要議題，並提出解決方案，以期為促進青少年更安全的約會關係做出積極的貢獻。

讓我們逐一解釋每個主題和學習目標：

1. 健康關係特徵的辨識：

- 學習目標：參與者將學習如何識別健康關係的特徵，包括相互尊重、溝通有效、互助支援等方面的特徵。他們將瞭解什麼樣的關係是積極、健康的，以及如何在兒童和青少年中鼓勵和促進這些特徵的發展。

2. 青少年不健康或不安全的約會關係特徵的辨識：

- 學習目標：參與者將學習如何辨識青少年不健康或不安全的約會關係的特徵，包括暴力、控制、不尊重等。他們將瞭解這些特徵的表現形式，以及如何及時識別並干預這些問題。

3. 評估學生是否處於風險中的方法：

- 學習目標：參與者將學習評估學生是否處於約會關係風險中的方法，包括觀察行為、聽取回饋、進行訪談等。他們將瞭解如何有效地評估學生的情況，以便及時採取適當的干預措施。

4. 干預處於風險中的學生的策略：

- 學習目標：參與者將學習如何干預處於約會關係風險中的學生的策略，包括提供支援、提供資源、進行輔導等。他們將瞭解如何幫助這些學生擺脫不健康或不安全的關係，並提供必要的支援和指導。

5. 幫助預防學校社區內不健康或不安全的約會關係的方法：

- 學習目標：參與者將學習如何幫助預防學校社區內不健康或不安全的約會關係的方法，包括教育宣傳、建立支援系統、制定政策等。他們將瞭解如何在學校和社區層面上採取措施，預防安全問題的發生。

青少年权力与控制轮

- **Anger & Emotional Abuse 愤怒和情感虐待**
- **Using Social Status 使用社会地位**
- **Intimidation 恐吓**
- **Minimize/Deny/Blame 轻蔑/否认/责备**
- **Threats 威胁**
- **Sexual Coercion 性胁迫**
- **Isolation/Exclusion 隔离/排除**
- **Peer Pressure 同侪压力**

Building Safe Schools: A Guide to Addressing Teen Dating Violence—A Resource Manual for School Employees Break the Cycle: Empowering Youth to End Domestic Violence

Safe Supportive Learning
Engagement | Safety | Environment

兒童青少年時期是人生中至關重要的成長階段，其全面發展與家庭環境息息相關。家庭作為兒童青少年成長的首要場所，其影響深遠而持久。作者從“what（是什麼）”、“why（為什麼）”和“how（怎麼做）”三個角度出發，探討以家庭為中心，通過家庭賦能以及融合社交小組來支持兒童青少年全面及正向積極發展的重要性、必要性和實施策略。

What：概念界定

1、以家庭為中心

以家庭為中心的發展理念，強調家庭在兒童青少年成長中的核心地位。這一理念認為，

家庭是兒童青少年情感、認知、社交和身體發展的重要場所，家庭成員之間的互動和關係對兒童青少年的成長具有決定性影響。

2、家庭賦能

家庭賦能是指通過提升家庭成員的能力和資源，使其能夠更好地支持兒童青少年的成長。這包括提高家庭成員的教育水準、增進親子溝通、增強家庭凝聚力和構建健康的家庭氛圍等方面。

Why：重要性

1、促進兒童青少年的全面發展

以家庭為中心，通過家庭賦能可以為兒童青少年提供穩定、健康、積極的成長環境，有助於他們在情感、認知、社交和身體等方面得到全面發展。

2、增強兒童青少年的抗逆力

在家庭賦能的過程中，家庭成員能夠更好地應對生活中的挑戰和困難，為兒童青少年樹立榜樣，增強他們的抗逆力和適應能力。

3、構建良好的親子關係

家庭賦能有助於增進親子之間的溝通和理解，構建良好的親子關係，為兒童青少年的成長提供堅實的情感支援。

4、提升青少年的社交能力

在家庭賦能後，家長能夠更好的幫助青少年提升社交技能，在家庭生活中，根據青少年在日常生活中各個場所的表現，更好的給予兒童支持，尤其在社交層面上（社交情感、社交對話、社交規則、社交中的問題解決）支持，將獲得顯著的成效。

How：實施策略

家庭作為青少年成長的首要場所，其影響力愈發顯著。為了更好地支援青少年的全面發展，我們引入了家庭賦能理念，這一理念旨在通過提升家庭的教育功能，為青少年的健康成長提供有力保障。家庭賦能理念與社交小組相結合是一種創新教育模式，可以通過

家庭與機構的緊密合作，共同為青少年的成長和發展創造更加積極、健康的環境。

1、家庭賦能理念的引入

家庭賦能理念著重于通過增強家庭的教育功能，為青少年的健康成長提供有力支持。在融合模式中，我們將家庭賦能理念深度融入社交小組的設計與實施中，鼓勵家長積極參與課程，與青少年共同學習、成長。例如：

- 提高家長的教育水準和教育理念；（例如：針對學齡、青少年兒童的社交問題，家長能夠瞭解更多的實用技巧，學習社交知識，幫助學齡、青少年兒童提升社交技能，促進社交發展。）
- 增強親子之間的有效溝通；（例如：能夠更好的尊重和理解兒童，激發兒童的分享欲和溝通欲）
- 培養家庭成員間的情感支持和理解；（例如：家長通過學習社交情緒的知識，幫助兒童認知自己的情緒、理解他人的情緒並與他人共情，能夠更好的培養親子關係。）
- 提供豐富的家庭學習資源和機會。

2、社交小組課的設計與實施

社交小組課的設計充分考量青少年的年齡特點和心理需求，結合家庭賦能理念，精心策劃教學內容和活動。課程實施過程中，我們注重青少年的主動參與和積極互動，同時鼓勵家長以觀察者和參與者的身份，與青少年一同學習和進步。

3、家庭與機構的合作

在融合模式中，家庭與機構之間建立起緊密的合作關係。機構為家長提供必要的支持和資源，如家庭教育講座、家長志願者活動等，旨在強化家庭的教育功能。同時，家長也積極與機構共同關注青少年的成長和發展。

4、提升家庭成員的教育水準

- 提供家庭教育講座和培訓，更新家長的教育理念，教授科學的教育方法。
- 鼓勵家長參與孩子的學習過程，共同探索新知識，培養學習興趣。
- 設立家庭教育圖書館或線上學習平臺，為家長提供豐富的教育資源。

5、加強親子溝通

家庭成員應重視親子溝通，關注兒童青少年的內心需求，建立基於信任和理解的關係。例如：

- 設立固定的親子溝通時間，分享彼此的喜怒哀樂；
- 教授家長有效的溝通技巧，如傾聽、表達、回饋等，促進親子之間的有效溝通；
- 鼓勵孩子表達自己的觀點和感受，尊重他們的個性和需求。

6、構建健康的家庭氛圍

家庭成員應共同努力，營造健康、和諧、積極的家庭氛圍。例如：

- 共同制定家庭規則和價值觀，營造和諧的家庭氛圍。
- 鼓勵家庭成員之間的互助和支持，共同分擔家庭責任。
- 定期舉辦家庭活動，如戶外運動、旅行、聚餐等，增進家庭成員之間的感情。

結論

本文深入探討了以家庭為中心，通過安全約會（safer dating）家庭賦能研討會（workshop）來支援兒童青少年全面及正向積極發展的重要性、必要性和實施策略。家庭作為兒童青少年成長的首要場所，其影響深遠而持久。通過引入家庭賦能理念，我們認識到提升家庭成員的教育水準、增進親子溝通、培養情感支持和理解以及提供豐富的家庭學習資源和機會，對於兒童青少年的全面發展具有關鍵作用。結合社交小組課的設計與實施，我們進一步強調了家庭與機構之間緊密合作的重要性。這種合作模式不僅能夠為家長提供必要的支援和資源，強化家庭的教育功能，還能促進家長與機構共同關注青少年的成長和發展，形成教育合力。在具體實施策略上，本文提出了提升家庭成員教育水準、加強親子溝通、構建健康家庭氛圍等一系列具體措施。這些措施旨在營造一個穩定、健康、積極的家庭環境，為兒童青少年的全面發展提供有力保障。

綜上所述，以家庭為中心，通過家庭賦能來支持兒童青少年全面及正向積極的發展，不僅符合兒童青少年成長的自然規律，也是當前社會和教育領域的重要任務。我們需要進一步推廣這一理念，探索更多有效的實施策略，為兒童青少年的健康成長貢獻更多力量。

參考文獻:

- Collins, W. A., & Steinberg, L. (2006). Adolescent development in interpersonal context. In W. Damon & R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of child psychology* (6th ed., Vol. 3, pp. 1003-1067). John Wiley & Sons.
- Foshee, V. A., Bauman, K. E., Arriaga, X. B., Helms, R. W., Koch, G. G., & Linder, G. F. (1998). An evaluation of Safe Dates, an adolescent dating violence prevention program. *American Journal of Public Health, 88*(1), 45-50.
- Dank, M., Lachman, P., & Zweig, J. M. (2013). Teen dating violence: A closer look at adolescent romantic relationships.
- Kisner, C., Peters, C., & Taylor, S. A. (2015). Healthy teen relationships.
- Smith-Acuña, S. (2016). Healthy teen relationships: Using values, goals, and community influence.
- DeGue, S., Niolon, P., Estefan, L., Roby, S., & Le, V. (2019). Dating Matters®: Strategies to promote healthy teen relationships.
- *Journal of Adolescence*. (2020). Special issue on adolescent dating violence: Research and practice, *50*(3), 1-20.
- American Occupational Therapy Association (AOTA). (2023). Resources for addressing youth dating violence. Retrieved from AOTA website.
- Miller, A. B., & Levenson, R. W. (2021). The role of emotion regulation in the development of psychopathology. *Annual Review of Clinical Psychology, 17*(1), 10.1–10.27.



家庭賦能的實踐經驗分享

蘇韋禎

洛陽醫洛醫院 兒童康復醫學科

家庭賦能作為一種理念和做法，強調將家庭置於康復過程的核心地位，充分發揮家庭在個案功能康復中的積極作用。這種做法認為，家人是患者最親密的支援系統，對患者的