

Co to są czynniki ryzyka?

Czynniki ryzyka to cechy osobowe, sytuacje, warunki i wydarzenia życiowe potencjalnie wpływające na pojawienie się problemów w obszarze zdrowia psychicznego, zwiększające prawdopodobieństwo ich wystąpienia.



Czym są czynniki chroniące?

Czynniki chroniące to cechy, sytuacje, warunki i wydarzenia życiowe, które zmniejszają prawdopodobieństwo wystąpienia problemów i zaburzeń. Stanowią one swego rodzaju bufor redukujący wpływ czynników ryzyka, modyfikując ich potencjalny negatywny wpływ, a tym samym zwiększając odporność jednostki na trudne sytuacje życiowe tak, że może lepiej się z nimi zmagać. Od końca lat 70-tych, kiedy rozpoczęto badania nad procesami chroniącymi przed używaniem substancji psychoaktywnych, zidentyfikowano wiele czynników chroniących.

