

# 身心發育之四十項資產

Search 學院確認以下是幫助年輕人發展健康身心，愛護他人和承擔責任的建基石。

類別	資產名稱及定義	
外在資產	支援系統	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 家庭支援 – 家庭生活給與年輕人高層次的愛和支持。</li> <li>2. 正向家庭溝通 – 年輕人與父母有正向的溝通，能主動向父母徵求意見和接受忠告。</li> <li>3. 與其他長者建立良好關係 – 年輕人可從三位或以上的長者(非父母)獲得支援。</li> <li>4. 關愛的鄰社 – 年輕人體驗到鄰居的關懷。</li> <li>5. 友愛的學習環境 – 學校提供鼓勵及關愛的環境。</li> <li>6. 父母參與學校事務 – 父母積極幫助年輕人成功地投入學校生活。</li> </ol>
	被授權	<ol style="list-style-type: none"> <li>7. 社區重視年輕人 – 年輕人覺察到社會人士是重視他們的。</li> <li>8. 以年輕人為資源 – 年輕人在社區裡被委以重任。</li> <li>9. 服務他人 – 年輕人每星期參與社區服務一小時或以上。</li> <li>10. 安全感 – 年輕人在家庭，學校和鄰社裡都感到安全。</li> </ol>
	規範及期望	<ol style="list-style-type: none"> <li>11. 家庭規範 – 父母與年輕人定立清晰的規則及違規的後果，並監察其行蹤。</li> <li>12. 學校規範 – 學校清楚地列出學生要遵守的規章和違規後果。</li> <li>13. 鄰社規範 – 鄰居有責任監察年輕人在社區內的所作所為。</li> <li>14. 成年人作模範 – 父母及其他成年人能以身作則、讓年輕人做效正向和負責任的行為。</li> <li>15. 良好的朋輩影響 – 年輕人的好朋友效法負責任的行為。</li> <li>16. 高期望 – 父母和教師鼓勵年輕人凡事要盡己所能去做到好。</li> </ol>
	善用時間	<ol style="list-style-type: none"> <li>17. 創意活動 – 年輕人每星期至少花三小時在音樂，戲劇，或其他藝術等活動。</li> <li>18. 青年活動 – 年輕人每星期至少花三小時去參加體育，會社，學校或社區的群體活動。</li> <li>19. 宗教社團 – 年輕人每星期至少花一小時參加宗教團體活動。</li> <li>20. 家居時間 – 年輕人每星期與朋友外出‘遊蕩’應少於兩晚。</li> </ol>
	委身學習	<ol style="list-style-type: none"> <li>21. 求進取 – 年輕人力求學業有良好表現。</li> <li>22. 積極投入學校 – 年輕人學習認真。</li> <li>23. 家庭作業 – 年輕人於上課日每天至少用一小時做作業。</li> <li>24. 學校的凝聚力 – 年輕人關心自己的學校。</li> <li>25. 閱讀嗜好 – 年輕人每星期至少花三小時以閱讀為樂。</li> </ol>
內在資產	正向的價值觀	<ol style="list-style-type: none"> <li>26. 愛護他人 – 年輕人以助人為本。</li> <li>27. 平等和社會公義 – 年輕人以提倡平等，減少飢餓與貧困為己任。</li> <li>28. 誠信 – 年輕人能持守個人的信念並在生活中表明出來。</li> <li>29. 忠誠 – 年輕人‘即使在困難的情況下仍選擇說實話’。</li> <li>30. 責任感 – 年輕人接受及承擔個人的責任。</li> <li>31. 節制 – 年輕人持守不酗酒，不濫用藥物及不濫交的信念。</li> </ol>
	社交功能	<ol style="list-style-type: none"> <li>32. 計劃及決策能力 – 年輕人懂得如何預早計劃及作出明智抉擇。</li> <li>33. 人際功能 – 年輕人具備同理心，靈敏度和交友的技巧。</li> <li>34. 文化功能 – 年輕人對不同文化、種族和道德背境的人士有所認識，並能和他們安然共處。</li> <li>35. 對抗力 – 年輕人能對抗負面朋輩壓力和應付危險的處境。</li> <li>36. 和平化解紛爭 – 年輕人尋求非暴力的方法去化解紛爭。</li> </ol>
	自我肯定	<ol style="list-style-type: none"> <li>37. 個人力量 – 年輕人感到自己有能力去控制‘發生在自己身上的事情’。</li> <li>38. 自尊 – 年輕人擁有高度的自尊。</li> <li>39. 人生目標 – 年輕人意識到‘我的生命是有意義的’。</li> <li>40. 積極個人前途展望 – 年輕人對個人前途抱著樂觀的態度。</li> </ol>

This page may be reproduced for educational, noncommercial uses only. Translated by Melanda Wong. Based on and reprinted with permission from *Healthy Communities · Youth Tool Kit*. Copyright © 1998 by Search Institute<sup>SM</sup>; Minneapolis, MN. All rights reserved. To view the original list of 40 Developmental Assets<sup>TM</sup> in English please see [www.search-institute.org](http://www.search-institute.org).