

家長支援及家庭為本之介入模式——

家長如何面對子女濫藥及
協助戒除毒癮

明愛樂協會資深社工黎子中先生
(電話：23820267)

以家庭取向之戒毒輔導是建基於以下之理念：

1. 家庭是社會的基本單位。從日常之互動看，人與人之間的相處猶如齒輪效應，這在家庭關係中尤為密切。一個家庭成員的轉變可引發濫藥者作出相應之轉變。

以家庭取向之戒毒輔導是建基於以下之理念：

2. 從發展的角度看，人類的成長、性格與行為的形成皆和家庭的塑造有着不可分割的關係。尤其是年青一代的藥物濫用者，仍受其父母或家中重要人物(**significant others**)的照顧和管教。即使對於有子女的已婚人士來說，濫藥者的配偶和孩子言行舉動皆可對其態度和行為產生深遠影響。

以家庭取向之戒毒輔導是建基於以下之理念：

3. 藥物濫用是一家人共同要面對的困擾問題，當中每位成員皆受影響，亦需要承擔某程度的責任去處理它。

以家庭取向之戒毒輔導是建基於以下之理念：

4. 從系統理論來看，家庭關係對濫藥行為的變化可以有推動和拉動兩股力量 (**Pull and Push forces**)，與濫藥者的朋輩系統互相抗衡。

青少年濫用藥物 背後力量分析

推力：

拉力：

*對藥物好奇

* 藥物的吸引力

*情緒困擾

* 朋輩鼓吹

*壓力

* 社會風氣

*與家人溝通不到

* 毒販策略

以家庭取向之戒毒輔導是建基於以下之理念：

5. 在介入過程中，家庭成員在輔導員之協助下彼此聆聽對方之看法，從而促進大家對濫藥問題之理解。

家長如何幫助濫藥的子女？

1. 冷靜
2. 正面
3. 求知
4. 求助

家人要先冷靜——處理甚麼情緒？

壓力大

- 缺乏安全感
- 內疚
- 羞愧、孤單
- 失落
- 無助
- 失望

..... 等等



供參考之處理方法：

- (1) 鬆弛——要健康！
- (2) 積極——把握危「機」！ (信念)
- (3) 裝備——客觀認識，掌握資源 (有家人錦囊課程)
- (4) 找「同路人」——參加家人組 (有共鳴)，參考中得啟發、燃希望！

供參考之處理方法：



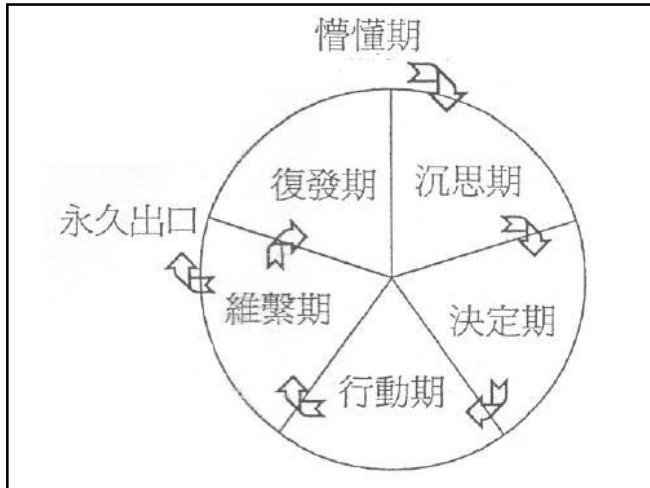
- (5) 找社工——合力處理，增方法，得支援
- (6) 溝通——要學習，避「衝口而出」
- (7) 健康的界線——別被濫藥者操控，甚至互累！

互累症與藥物濫用的關係

- 與濫藥者有密切關係的人士——包括家長、夫妻、兄弟姊妹和男女朋友等，有可能長期承受了濫藥者的種種困難，太以對方之問題當為自己責任，整個心思意念只有對方，企圖盡一切「拯救」對方，以致失去自我和平衡 (例如忽略自己的健康和其他身邊重要的人)。



源自維多利亞 (CIS) 影片
Copyright © Jersey S.P.A. Co., Ltd 總代理商 www.jerseysp.com



改變六個階段 (簡稱[改變六階]) 與樂協會社工給家人的建議

階段	特點	工作人員的任務	給家人的建議
懵懂期 Pre-Contemplation	尚未考慮改變	使濫藥者產生疑問 - 增加濫藥者對目前行為問題所在及危險性的認知	<ul style="list-style-type: none"> 金錢管理; 給如予壓力, 讓濫藥者更體會濫藥的代價 休息 (自己保重健康, 為長遠作戰)

改變六個階段 (簡稱[改變六階]) 與樂協會社工給家人的建議

階段	特點	工作人員的任務	給家人的建議
沉思期 Contemplation	內心矛盾, 掙扎; 感到有問題	促使濫藥者思考需要改變的理由, 不改變要受哪些代價, 強化濫藥者對自我能力的信心	<ul style="list-style-type: none"> 改善關係; 金錢管理; 預備行動資料 (例如戒毒機構)

改變六個階段 (簡稱[改變六階]) 與樂協會社工給家人的建議

階段	特點	工作人員的任務	給家人的建議
決定期 Determination	機會之窗 有計劃 有決心	幫助濫藥者決定最合適的行動策略	<ul style="list-style-type: none"> 配合行動, 給予信心和鼓勵 (可陪伴見社工或參與戒毒機構聚會); 等待戒毒期間與社工配合, 推行減低傷害策略

改變六個階段 (簡稱[改變六階]) 與樂協會社工給家人的建議

階段	特點	工作人員的任務	給家人的建議
行動期 Action	實行計劃 接受戒毒療程中	幫助戒毒者採取步驟, 邁向改變	<ul style="list-style-type: none"> 關係重建; 留意探訪時的說話, 與戒毒機構同工之配合; 一起訂立康復計劃

改變六個階段 (簡稱[改變六階]) 與樂協會社工給家人的建議

階段	特點	工作人員的任務	給家人的建議
維繫期 (康復期) Maintenance	正常生活; 克服心癮, 防止復發 若能長久操守, 可達致永久出口 (Permanent Exit)	幫助康復者辨識復發的跡象, 並採取防範措施	<ul style="list-style-type: none"> 家庭關係改進; 著重信任與溝通

改變六個階段 (簡稱[改變六階]) 與樂協會社工給家人的建議

階段	特點	工作人員的任務	給家人的建議
復發期 Relapse	重吸	幫助重吸者重新開始，由沉思、決定、而行動，不要因復發而停滯或喪志	<ul style="list-style-type: none"> ■ 支持其汲取教訓，再站起來； ■ 如階段重(懵懂期)； ■ 自己情緒要妥善處理

家庭為本介入手法建議

- **個案：**
 1. 家人情緒處理
 2. 幫助家人學會表達欣賞小的轉變(嘉言善意)
 3. 家庭面談
 4. 鼓勵兄弟姊妹之參與
 5. 畫家庭圖(重新思索自己在家庭之位置)
 - ♥ — 借助 Bowen
 6. 以藥物測試作輔助
 7. 建立較健康的自我價值
 - ♥ — 借助 Satir

家庭為本介入手法建議

- **小組 / 活動：**
 1. 家長裝備課程
 2. 家長同路人小組 / 探訪活動：比較、正面模範
 3. 親子平衡小組
(主題：快樂人生、學習解決問題、溝通)
 4. 一致溝通訓練 (借助 Satir)
 5. 學員：家庭重塑活動 (借助 Satir)
 6. 靜觀 / 正念 (Mindfulness) 活動——幫助人感受回自己
 7. 敘事治療用於小組 (加迴響團隊)

總結：家長的態度應該.....

1. 冷靜
2. 動之以情——溝通與關懷
3. 欣賞其正面改變——即使是一小步
4. 不要譏諷
5. 盡快解決 (切勿拖延、逃避！)
6. 也要關注家中其他成員
7. 同時鼓勵其他家庭成員接受及協助濫藥子女解決問題

總結：家長如何幫助濫藥子女脫離毒品？

1. 肯定濫藥害處
2. 避免過份保護 (例如：代還債項及隱瞞事實)
3. 小心家庭財物
4. 鼓勵子女求助 (與戒毒機構、醫生及社工聯絡)
5. 避免濫藥朋輩
6. 鼓勵健康活動
7. 合力處理問題 (包括濫藥背後之問題)

附錄：快樂七式

- 招式一：感謝與讚美
- 招式二：健康樂悠悠
- 招式三：敬業樂業/投入目標
- 招式四：嘉言善意
- 招式五：為善最樂
- 招式六：常懷寬厚
- 招式七：天倫情話