



東華三院

Tung Wah Group of Hospitals

東華三院越峰成長中心

峰訊

第25期

2014年8月

全港**最可信**的慈善福利機構

The most **trust-worthy** charitable organization in Hong Kong





根據藥物濫用資料中央檔案室數字顯示，於2014年第一季，約80%吸毒者是在家或朋友的家吸毒。另外，就禁毒處2011/12年學生服用藥物情況調查顯示，學生最常取得毒品的地方首位是「朋友/同學/鄰居家中」(33.6%)，而「自己家中」(15.1%)則排行第三位。由此可見，青少年取得及吸食毒品的主要場所均圍繞自己及朋友

家中。另一方面，「毒齡」中位數亦由2013年4.7年攀升至2014年第一季的5.1年，可見吸毒隱蔽化現象有持續上升的趨勢。因此，家庭成員於發現及協助處理青少年吸毒問題上扮演一個不容忽視的關鍵角色。然而，從前線經驗中，吸毒青少年一般表示與家庭的關係不緊密，而禁毒處的調查亦指出只有13.3%曾吸毒的青少年認為家長能給予幫助。由此可見，家庭在戒毒路上未能充分發揮支援的角色，以協助青少年遠離毒品。

在部份的外國研究顯示，若家人能參與吸毒者的戒毒療程並從中改善彼此溝通，相比單單處理吸毒者個人的行為問題，更能有效處理青少年的吸毒問題



陳女士：「沒有不合格的媽媽，只有不斷學習的母親」

- 不斷學習的母親，成為子女戒毒的動力 -



母親的自責

陳女士患抑鬱症已兩年。

兩年前，兒子Andrew中五畢業後，Andrew一直處於待業狀態，遲遲未願意找工作。Andrew經常夜歸，行跡表現亦愈來愈怪異，如：脾氣變得暴躁、當家人不順從其意願時甚至會踢打傢俱、食慾反覆不定及無故收藏「界刀」在床邊等。家人們斥責陳女士對Andrew從小十分溺愛及縱容，寵壞他，導致他今天終日游手好閒，甚至懷疑他染有吸食冰毒的習慣，令陳女士感到缺乏支援，並自責為失職母親，在一次面談中曾無奈嘆氣道：「我唔識做人媽媽...教出黎嘅子女都有大成就...」。

母親的抉擇 —

終於不再「塘水滾塘魚」

陳女士的情緒十分容易被兒子牽動，每晚都難於安枕。Andrew習慣零晨時分外出，陳女士就習慣半夜起床，從房間的窗遠眺兒子的背影。她曾多次苦口婆心勸導Andrew要找工作及不要經常夜出，但都不果。陳女士亦曾嘗試與Andrew談及毒品的話題，

惟每次兒子的反應都十分激動，甚至曾因此將襪子擲向她及打爛傢俱。陳女士認為未能與兒子有效溝通，愈來愈怕兒子，故經常鬱鬱不歡，感到絕望及覺得沒有人能幫助自己，她亦曾想過從住所一躍而下，結束個人的生命。陳女士因意識到個人情緒經常低落，故她於2011年開始願意到精神科接受治療。

陳女士後來致電戒毒熱線，並同意接受家長跟進服務，認識流行毒品的資訊及與子女溝通的技巧。經一段時間介入後，獲兒子同意，陳女士陪同他出席家庭面談。社工在場下，母子首次真情剖白及談及毒品話題。對於陳女士及兒子，是次面談是一個重大的轉捩點。

社工後感

在接觸不少的求助個案中，都是由母親主動求助。母親很想瞭解子女有否接觸毒品，或期望子女徹底戒除毒癮，但往往不知從何處入手及處理。原因有三：（一）擔心子女知道母親懷疑他們吸毒後會不悅，因而有損親子關係（二）擔心太直接與子女談及毒品問題，會嚇怕他們，令他們更抗拒尋求專業協助（三）吸毒是家醜，「不宜」談論。過多的擔心及懼怕抑壓於心底，未得宣洩，令懷疑子女吸毒或確實吸毒個案的母親容易情緒低落，不少甚至出現抑鬱症症狀。

陳女士是一個值得家長學習的正面榜樣。當她察覺自己出現精神病徵狀後，不但未有畏疾忌醫，反而積極尋求專業協助。應用適切技巧於親子溝通上，並成功推動兒子一同接受專業協助。因此，家長需要學習覺察個人的情緒，接受適切的專業協助，才能更有效地幫助懷疑吸毒或確實吸毒的子女。

(Rowe & Liddle, 2003; Sim, 2005)。正因觀察到上述社會需要及研究資料，東華三院越峰成長中心多年來著重家庭工作的發展。在個案工作方面，社工會動員家庭參與，透過家庭輔導。打通家庭中多年淤塞的溝通脈絡、發掘家庭中埋藏的資源並改善親子關係及溝通，以持續支持吸毒者完成戒毒療程。另外，本中心亦提供家長支援的短期跟進工作及家心學堂等服務予尋求協助的家長，裝備他們相關的毒品知識及溝通技巧等，以及早辨識子女吸毒行為，並一同推動子女願意接受戒毒服務。在過去的經驗中，前線社工曾透過接觸家長而成功接觸隱蔽吸毒者，對處理隱蔽吸毒問題有很大的幫助。

今期峰訊，我們榮幸邀請了四位戒毒者的家長接受訪問，分享他們的故事，希望透過他們的經歷，讓其他家長了解及學習如何預防及面對子女或家人的吸毒行為，以共同回應青年吸毒行為持續隱蔽化的現象。

參考資料：

- 禁毒處2011/12年學生服用藥物情況調查
- 禁毒處藥物濫用資料中央檔案室數字
- Rowe, C. L., & Liddle, H. A. (2003). Substance abuse. *Journal of Marital and Family Therapy*, 29(1), 97-120
- Sim, T. (2005) Familiar yet strange: Involving family members in adolescent drug rehabilitation in a Chinese context. *Journal of Systemic Therapies*, 24(2), 90-103



張太：「子女不同的成長階段，父母不同的照顧角色」

- 學習放手，達至雙贏 -



「一門兩傑」

張太一家四口，育有兩名兒子，不幸地，兩兒均染有吸毒習慣。

長子阿明32歲，多年來擔任散工。阿明白10年前濫用咳藥水後，開始變得孤癖，經常躲於房間內，逃避與家人溝通。阿明一直拒絕承認有吸毒習慣，令張太束手無策。兩年前的一個晚上，張太首次發現阿明在大廳自言自語，故開始擔心他出現精神異常的症狀。自此以後張太便習慣觀察阿明的一舉一動。

次子阿傑27歲，夜場工作，習慣日夜顛倒生活。阿傑索K近8年，早已出現尿頻及尿道炎症狀。他亦經常失眠，精神狀況很差。張太十分擔心他吸毒後犯事，以及藥物對他健康帶來的傷害。故不知從何時開始，每當晚上電話一響，張太便頓時感到焦急，害怕是警署或醫院來電，報告阿傑出了什麼事。

生命的意義是...?

張太的丈夫任職地盤工作，工作勞碌。她形容丈夫與兩名兒子的關係十分疏離，父子間極少接觸。張太認為丈夫不善於分擔其壓力。張太日間需要工作、晚上則擔心兩名兒子的安全，故每天只能睡約三小時。長時間日積月累的擔心、緊張、焦慮，令張太處於崩潰的邊緣。張太十分自責，常怪責自己不懂教好兩名兒子；她覺得自己一無所有，她所重視的人，都一一令她失望。張太曾想過自殺，但未能放下兩名兒子。張太說過，她每天只是行屍走肉地生存，對她來說，生命並沒有什麼意義。

轉捩點

有一晚，張太的電話響起，是警署打來的電話。次

子阿傑於街上被警察搜到身上藏有少量的氯胺酮與可卡因，需要張太保釋。接到電話一刻，張太心情簡直是晴天霹靂，十分擔心兒子會受牢獄之苦。最後，阿傑獲判強制進入喜靈洲戒毒所一年。

「放手」的藝術

自阿傑進入了戒毒所後，張太才發現生活得到解脫。她反省一直以來過份著緊兩名兒子，以致忘記照顧自己的生活。張太開始到附近的家庭服務中心參加義工小組，認識朋友，人亦比以前開朗得多。另一方面，張太慢慢明白到，若盼望兩名兒子自立成長，她亦需要學習「放手」。因此張太開始嘗試不再執著於阿明的一舉一動。驚喜的是，阿明因為媽媽的放手，明白到自力更生的重要，經朋友介紹覓得一份長工，並同意接受本中心之輔導及醫療服務，更逐漸減少吸毒的份量。

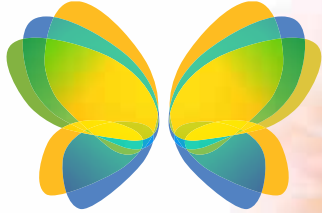
社工後感

為子女提供適切照顧是天下父母的本性。能按照子女不同成長階段，而提供適當的照顧，亦是父母需要學習的功課。根據結構式家庭治療的理論，過度緊密的家庭關係容易令個別家庭成員承受不必要的壓力，亦會提高個別家庭成員出現偏差行為的機會。這樣來看，能夠於適當時候的放手對整體家庭成員健康發展來說就十分重要，亦是一門藝術。



梁太：「能覺察個人過多的負面情緒， 才能更進一步協助子女戒毒」

- 夫妻互相承擔，子女易主動戒毒 -



戒毒責任屬誰？

梁太的女兒Betty吸毒約3年，現年22歲、失業，因為吸毒後產生的副作用有損精神，以致不能正常工作，所以閒時只會留在家中游手好閒。梁太每次看見Betty在家中吸毒、或是吸毒後沒精打采、神情呆滯的樣子，她總會十分痛心，不希望女兒的生活繼續被毒品蠶食。丈夫於內地工作，每星期回港一次，梁太認為丈夫對女兒只管斥責喝罵，很少時間關心或勸導女兒一同商討其戒毒計劃。因此，照顧女兒的責任就落在梁太的肩膀上。

累所累

梁太任職校車褸姆。因不希望別人看見自己流淚傷心的一面，亦害怕其他家人或朋友會過於憂慮女兒的情況，故梁太習慣把壓抑憂鬱情緒，對人歡笑背人愁，致使她埋藏心中的壓力倍增。

梁太已習慣將自己困於過份焦慮及負面的狀態。由於非常盼望Betty能完全戒除毒癮，故每次面對Betty復吸，她便隨即墮入失望及傷痛之中。梁太因此對女兒缺乏信心，每次母女傾談時，她都不由自主重提Betty戒毒失敗的例子，令Betty感到氣餒及不被支持，所以很多時候親子溝通均會演變為吵架收場。

接納與欣賞

自接受社工跟進後，梁太逐漸明白過份負面的情緒原來是有礙女兒戒毒的進程。社工提出：

- ◆ 梁太需要學習接納個人的不足及限制，要明白每個人都總會有負面情緒的時候。鼓勵她嘗試與丈夫分擔照顧女兒的壓力，並教導她簡單的練習，以舒緩過份崩緊的情緒。

- ◆ Betty的吸毒行為問題需要與家人一同承擔及協助，情況才容易改善。

- ◆ 梁太不宜單單專注於女兒的吸毒行為問題上，相反，應多留意及欣賞女兒已改善之處，並作出鼓勵及讚賞，讓女兒能夠體驗到母親的肯定及理解。

梁太願意運用社工的建議，比以往多了向丈夫分享個人的難處，並學習欣賞女兒的長處及進步之處，令夫婦關係及母女關係有所突破，而梁太的壓力亦得以舒緩，女兒亦開始願意尋求社工的專業介入。





黃太：「請張開耳朵、合上嘴巴」...

- 母親勇敢地打開情緒的門，成為改變的轉捩點 -

毒 · 日子的開始

阿文為家中長子，分別有弟弟及妹妹。阿文原本工作穩定，除了提供家用外，亦會承擔弟弟的學費。父親雖為長期病患者，但仍有工作；而母親黃太則為全職家庭主婦。

記得數年前的一天，因與女朋友發生爭執，令阿文感到十分煩惱。朋友遂邀請阿文索K，相信能幫助他暫時忘記煩惱，阿文從接過K粉的一刻，便開始了吸毒的日子。他後來因遇上失業，阿文吸毒的情況越趨嚴重，財政狀況亦開始走下坡。

不敢獨留在家中

阿文在家中常向黃太索取金錢，若黃太不願意給他，阿文會變得很兇惡，並偶有暴力傾向，令黃太威嚇。除了晚上丈夫及細仔回家食飯外，黃太整日都不敢待在家中，害怕阿文再度威嚇她。由於鄰居的兒子曾因吸毒而吊頸身亡一事，令黃太不敢使用強硬手段去逼使阿文戒毒，故她每天都活在不安及惶恐中。黃太的情緒變得非常波動，除了不停說話外，會無故地哭泣；平時不敢回家，只會在街上游盪；若回家，常常擔心聽見開門聲音；晚上亦容易常常驚醒，未能安眠；以上情況已持續一個月以上。

改變

首次家庭面談中，黃太不斷說話及哭泣，當社工邀請其他家庭成員表達看法時，黃太不停地訴說困難及憂慮。若請黃太容許社工能有機會聆聽其他成員的想法時，她很快再次複述其不快經驗，令家人間無法有效地商議解決的辦法。最後，社工讓她經驗如何進行自我情緒舒緩練習，鼓勵她若留意到個人情緒再度陷入焦慮當中，便要進行舒緩練習。

社工接觸阿文後，他坦言一直不敢與家人傾談其戒毒問題，是因家人不太明白，甚至不接受吸毒人士情緒上的起伏，故寧可逃避溝通，以免家人對其誤解更深。

直至第二次與黃太會面，她稱開始覺察個人情緒。當黃太的表達開始放慢起來，並慢慢嘗試聆聽別人的意見，社工亦可以開始與母親傾談家人的介入方向。

社工後感

家庭中的不良循環關係互動（circular causality），令家庭的彈性降低。而家庭成員在溝通過程中未能清晰及開放地表達個人想法及情緒，亦令家庭難以共識一致的方法以改善吸毒者的行為。





家廚互曉

本中心獲滙豐社區夥伴計劃贊助，於2013年11月至2014年7月推行「家廚互曉」計劃。透過「煮」「食」活動，聯繫不同的家庭，並發掘各家庭的資源，共同回應及預防社會的吸毒問題。動員家庭成員參與戒毒療程，並裝備他們適切的知識及技巧，於協助子女完成戒毒康復過程。



計劃的頭炮—**迎新日**，邀請了食療專欄作家張佩芳女士作分享嘉賓，為參加者介紹各種**食療及養生保健方法**。



邀請了「天廚鄰舍互助計劃」中的天水圍居民示範如何製作**簡易又健康的美食**，各家長都踴躍分享個人的煮食心得！



每月一次的 < 家心學堂 >，讓吸毒者家人聚首一堂，分享生活的苦與樂、抒緩面對家人吸毒問題的壓力及一同探討與毒品及家庭關係相處的主題。<家心學堂> 前身是 < 家友天地 >，兩者舉辦至今合共七、八年，部份組員彼此猶如老朋友，遇上有新組員加入，大家也會盡地主之誼，熱情款待，大家在困難重重的生活中，仍能凝聚一股正能量，彼此扶持與鼓勵。

本季<家心學堂>以家庭功能與溝通為主題，探討家庭功能與溝通如何成為吸毒者的高危因素及保護因素，以及如何促進有效溝通。

組員分享：

何太：「來小組令我學到很多與女兒溝通的技巧，我以前好緊張，經常罵女兒，令她對我很反感。現我懂得先聆聽，慢慢說，令大家溝通改善不少，關係也遠勝從前。」

文太：「來小組有一班同路人一起分享，令自己壓力抒緩不少。兒子吸毒的事不能與親戚朋友講，無人明白自己，在這裡有組員明白自己的心情，又可以知道其他人處理兒女吸毒問題的情況及方法，給自己參考。」

「越峰國際禁毒盃」八人足球賽

6月26日「國際禁毒日」

20世紀80年代以來，吸毒及販毒問題正為當時的社會發展帶來了很大的威脅。聯合國因此於1987年的禁毒會議上，將每年的6月26日定為「國際禁毒日」，目的是引起世界各國對毒品問題的重視，號召全世界人民共同抵禦毒品的危害。

本中心為響應6月26日「國際禁毒日」，於6月21日及6月26日分別舉辦了「越峰國際禁毒盃」八人足球賽及「越峰國際禁毒快閃站」社區巡遊活動，2項活動旨在提升社區人士對毒品問題的警覺性及關注。

「動力青年・健康人生」是「越峰國際禁毒盃」八人足球賽的主題。是次活動配合2014年世界盃的熱潮，以足球運動喚起青年人對健康的關注，遠離毒品。活動邀請了港島及離島區內的青少年參加，鼓勵青少年發揮潛能、提升自信心及推動無毒積極的人生。活動並得到多位政府及地區人士支持並擔任頒獎嘉賓，其中包括保安局禁毒處保安局首席助理秘書長張敏宜女士、社會福利署(中西南及離島區)福利專員彭潔玲女士、社會福利署(東區及灣仔區)助理福利專員黃少芳女士、東華三院社會服務科(青少年及家庭)社服主任王鳳儀女士等；另外，是次活動更邀請了南華元老隊和精工元老隊進行表演賽，身體力行表達對建立健康生活關注，推動遠離毒害的訊息。



「越峰國際禁毒快閃站」



另外，於6月26日舉辦的「越峰國際禁毒快閃站」巡遊活動，以「愛・無毒、惜・生活」為主題。活動分別於南區香港仔中心、中環遮打道、小西灣商場、東涌逸東邨及銅鑼灣行人專用區等5個地點進行禁毒快閃站活動。當中活動包括：自製不同的鼓勵字句、造型及相框等道具，讓公眾人士可以即場拍攝不同的自訂造型照片；派發印有支持國際禁毒日的彩色手帶及貼紙；齊玩禁毒急口令及禁毒骰等。本中心希望藉著有趣互動的活動，鼓勵社區人士參與。並透過輕鬆愉快的氣氛，推廣無毒健康社區的訊息。

「愛・無毒、惜・生活」

東華三院越峰成長中心

中西南及離島服務處：香港上環禧利街2號東寧大廈1501至1504室

東區及灣仔服務處：香港筲箕灣寶文街6號東華三院方樹泉社會服務大樓9樓

戒毒輔導熱線：2884 1234

電話：2884 0282 傳真：28843262

網址：<http://crosscentre.tungwahcsd.org/>

電郵：csdcross@tungwah.org.hk

督印人：鍾燕婷 籌委：勞振聲、袁沛姿、滕琴子、陳思穎

印刷數量：1500份 印刷日期：2014年8月

