

「香港青少年的心理健康與物質濫用」風險評估量表及「優勢取向認知行為治療」成效評估研究報告

研究報告摘要

近年，青少年的情緒及心理健康問題越趨嚴重，加上他們誤解了吸食毒品可以紓緩情緒困擾；墮入這惡性循環，反而加劇他們同時患上物質成癮疾病與精神疾病的「雙重診斷」危機。香港青年協會青年違法防治中心於 2019 年承蒙禁毒基金贊助，推行為期三年的「心渡歷情－預防雙重診斷教育輔導計劃」，本計劃與香港大學社會工作及社會行政學系黃富強教授團隊合作，研發一個適合香港文化、可評估青少年精神健康問題及吸毒風險的工具，以及「優勢取向認知行為治療模式」以幫助具有精神疾病及吸毒雙重診斷的青少年。本研究共有兩個目標，包括 1)發展及驗證一個青少年精神健康問題與吸毒問題的風險評估量表及其信度與有效度；2)檢視為有精神健康困擾和吸毒情況的青年提供「優勢取向認知行為治療」的介入輔導成效。

在建立「香港青少年的心理健康與物質濫用」風險評估量表及驗證其信度方面，本研究運用橫向調查研究設計，調查對象包括一個共 153 名 12 至 24 歲有吸毒史和心理健康問題青少年的量表發展組，以及一個共 304 名 12 至 24 歲沒有這兩個問題的青少年的比較組。評估工具由 Beck Depression Inventory (BDI)、Beck Anxiety Inventory (BAI)及 Beliefs and Attitudes of Substance Abuse Inventory (BASAI)組成，以篩查有抑鬱和焦慮症狀，以及衡量對藥物濫用的信念和態度。研究結果顯示，BDI 高於或等於 10，或 BAI 高於或等於 8，則青少年有心理健康問題的風險；BASAI 分數低於或等於 3.45，則表明濫用藥物的傾向很高；如果分數同時滿足這兩個標準，則該青少年面臨心理健康問題和藥物濫用問題的風險。

在檢視「優勢取向認知行為治療」的介入輔導成效方面，本研究採用隨機對照試驗，91 位年齡介乎 12 至 24 歲參加者被隨機分成實驗組(45 人)和常規治療對照組(46 人)，進行為期六個月的研究。實驗組在研究期間進行了八節優勢取向認知行為治療；對照組則接受八節支援輔導及就學或就業諮詢，並且不包含任何優勢取向認知行為介入。研究結果顯示，優勢取向認知行為治療能針對具精神健康困擾及高吸毒風險的青年的實際情況，有效地減低他們的焦慮和抑鬱症狀。優勢取向模式也能加強他們的生活品質及滿意度，令他們能擁有更積極、更滿足的生活。當這些青年的精神健康、生活質素、信念和態度都得以改善時，他們的戒毒自我效能感和抗逆力也能夠有所提升，以致他們能有力量去抵抗毒品的誘惑。在這些範疇，優勢取向認知行為治療的效果比常規治療更顯著。