



締造健康人生 Create a Healthy Life BDF210048

1/4/2022-31/3/2025

香港晨曦會有限公司



計劃簡介

- 計劃旨在幫助本會戒毒女學員，特別是關顧吸食「冰毒」的女學員身心社靈，令他們全人回復健康。
- 計劃為期3年，除服務本會戒毒女學員外，還會幫助戒毒學員家長和畢業學員。預期將有36名女性戒毒學員，24名家人，及30名女性戒毒康復者受惠。



計劃內容

- 服務主要分為7個部分，包括：
- (1) 營養健康工作坊：讓戒毒學員透過工作坊，注意飲食習慣，提升體態美、精神健康及皮膚質素，從而提升自信心。
- (2) 興趣小組：透過音樂班及藝術課程，幫助學員舒緩壓力，以及適當抒發情緒。
- (3) 職業培訓課程：幫助學員獲得一技之長，從而讓他們更容易找到工作，以便將來投身社會。

計劃內容

- 服務主要分為7個部分，包括：
- (4) 個人輔導及情緒管理小組：幫助學員提升自身的能力處理問題，並學習用健康的方法舒緩情緒，從而增強戒毒的信心。
- (5) 戶外訓練活動：透過歷奇訓練，提升學員逆境自強，勇敢面對和處理問題，從而提升他們自尊感。

計劃內容

- 服務主要分為7個部分，包括：
- (6) 續顧服務：讓學員有戒毒支援，並幫助他們找到工作，讓他們能夠重投社會，締造健康美麗的人生。
- (7) 家長工作：提升家長對學員的支援能力，並幫助學員及其家人重建關係。

(1) 營養健康工作坊

- 透過營養健康工作坊，誇專業邀請營養師主講，讓學員從注意自己飲食和健康開始，加強他們意識到毒品對他們的禍害，影響他們的皮膚和身體，以致喚起他們戒毒的意識。



(2)興趣小組

- 本計劃提供4個興趣班，培養學員的興趣，幫助他們減壓，亦能夠對他們身心有益。興趣小組包括：點心製作班、和諧粉彩班、魔術訓練班、皮革製作班

(2)興趣小組

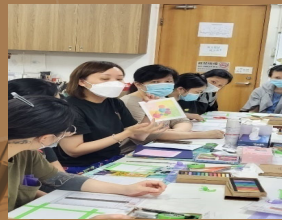
- 1. 點心製作班
旨在讓學員從製作點心的過程中，找到自己興趣，從而幫助他們疏導情緒、減輕壓力，及發揮個人潛能。



(2)興趣小組

● 2. 和諧粉彩班

旨在讓學員從藝術得到治癒效果。透過柔和的粉彩藝術，發現自己，並藉此表達自己的情感。



(2)興趣小組

● 3. 魔術訓練班

旨在增強學員說話技巧、克服恐懼、增進社交聯誼，以及增強自信心。



(2) 興趣小組

● 4. 皮革製作班

旨在讓學員在製作過程中得到成功感，從而培養他們的興趣



(3) 職業治療課程

- 計劃亦提供4個職業培訓課程，裝備學員有一技之長，以便他們將來重投社會。在課程中，燃起他們的工作方向，讓他們有清晰的目標，以致不再沉迷毒品。職業治療課程包括：專業美髮訓練課程、手語初階課程、插花課程、精神健康護理課程等。

(3) 職業治療課程

- 1. 專業美髮訓練課程
- 增加學員的美髮專業知識技能，從而讓他們獲得一門手藝。內容包括髮型設計及專業技巧、假髮、頭髮和頭皮深層護理、簡單剪髮技巧等。



(3) 職業治療課程

2. 手語初階課程

增加學員對手語的興趣，並讓學員掌握手語知識及技巧。內容包括：教授基本常用詞彙、簡短之日常語句及手語歌，透過觀察、遊戲及分組形式練習。



(3)職業治療課程

3.插花課程

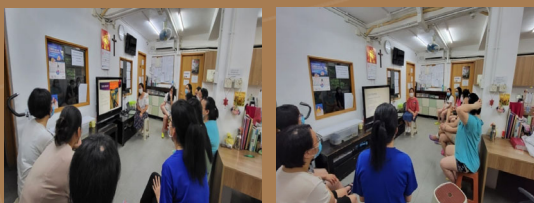
培養學員對花藝的興趣，從而令他們陶冶性情，並提供機會讓他們接觸花藝，讓他們日後能從事花藝行業。內容包括學習花束的螺旋腳排列法、圓形花束包裝、單面花束、韓式花束，花材的配色和形態的配搭等。



(3)職業治療課程

4. 精神健康護理課程

旨在讓學員提升他們的護理知識水平，增強他們從事護理的技能，幫助學員從事護理行業的發展。內容：護理實務、常用精神科藥物、精神科護理介入措施，以及溝通、輔導、觀察等技巧。



(4)個人輔導及情緒管理

- 透過社工提供的個人輔導和情緒小組，讓學員面對自己的問題，幫助他們提升自身的能力，並學習用健康的方法舒緩情緒，不要再用毒品來逃避問題，不單無助解決困難，而且令問題越來越嚴重。

(4)個人輔導及情緒管理

● 個人輔導

旨在提高學員情緒控制，增加他們面對逆境的能力，並幫助他們抒發內心感受，處理兩性關係等問題，藉此減低他們重吸機會。內容：社工與學員面談，包括了解吸毒原因，情緒管理、兩性關係、與家人關係、提升逆境的能力、溝通技巧等

(4) 個人輔導及情緒管理

● 情緒管理小組

旨在提升學員管理自己情緒，幫助他們尋找適當宣洩情緒的渠道，從而增加處理壓力和人際關係等問題。小組內容包括認識自己心理情況、提升情緒管理、疏導情緒方法、改善人際關係及溝通技巧等



(5) 「燃點生命」戶外訓練活動

- 在讓學員走出安舒區，面對野外環境，鍛鍊學員的意志，從而增強戒毒的決心。另外，在團體活動中，提升學員溝通技巧，團結精神，從而發揮他們的能力。



(6) 「重尋精彩人生」支援小組

- 提供一個支援平台予學員，讓他們能得到鼓勵和支持，令他們可以繼續持守戒毒。支援小組內容包括：提升抗逆力、如何處理壓力、疏導情緒、預防重吸等。



(7) 「有你同行」續顧活動

- 旨在讓離開學員能夠一齊同行，藉著戶外活動，能夠增進彼此感情，建立正確宣洩情緒的渠道，又能舒暢心靈，讓自己從新得力，可以面對日常生活的挑戰。



(8) 「向理想出發」人生規劃輔導

- 旨在幫助離開學員規劃人生，讓他們知道自已的方向，重而讓他們提升自我效能感。
- 內容：職業導向、性向測試、規劃人生方向等。

(9) 工作轉介服務

- 旨在轉介合適工作予離開學員，幫助他們重投社會，建立穩定的生命。

(10) 學員家人面談服務

- 旨在了解家人面對的難處，從而幫助他們疏導情緒；及讓他們了解學員的情況，從而幫助他們修補關係。內容包括關心家人近況，疏導家人情緒、讓家人了解學員、幫助學員與家人溝通及化解學員和家人之間的問題。

(11) 「愛團圓」家聚活動

- 旨在提供機會讓學員與家人溝通，從而讓他們能修補關係，讓家人繼續支持學員，令學員戒毒的成功機會增加。在學員與家人相聚前，會舉行聚會分享訊息，讓他們獲取資訊，從而更懂得溝通和相愛。



成果評估

- 成果評估方法：
從參加者的出席記錄中檢索資料

成效評估

- 成效評估方法：
 1. 學員在戒毒動機上有所提升
(70%參加者於計劃後有改善)
 2. 離開學員過往一個月的吸毒頻
(70%於計劃後減少吸毒或停止吸毒)
 3. 離開學員的重吸意向
(配對樣本t檢定顯示統計上有顯著改善或70%參加者於計劃後有改善)
 4. 學員家人對吸毒學員支援的能力
(配對樣本t檢定顯示統計上有顯著改善或70%參加者於計劃後有改善)

成果指標及評估結果

	預期成果	達到成果
成果指標 1	為36名姊妹之家的學員提供30節營養健康工作坊，當中不少於70%(或26名)的學員參加，學員平均出席率達70%或以上 * 每節1.5小時(每年10節)	為36位姊妹之家的學員提供30節營養工作坊，有36名學員參加，學員平均出席率達83%
成果指標 2A	為36名姊妹之家戒毒學員提供12個興趣課程，每個課程均有70%(或26名)的學員參加，學員平均出席率達70%或以上	為40位姊妹之家戒毒學員提供12個興趣課程，學員平均出席率達86%或以上
成果指標 2B	為36位姊妹之家的學員提供12個職業培訓課程，其中不少於70%(或26名)女性戒毒學員參加最少1個課程，學員平均出席率達70%或以上	為43位姊妹之家的學員提供12個職業培訓課程，所有女性戒毒學員參加最少1個課程，學員平均出席率達85%

成果指標及評估結果

	預期成果	達到成果
成果指標 3A	為18名離開女性戒毒學員提供1次職業輔導，其中不少於70%(或13名)女性戒毒學員參與最少1次職業輔導	為19名離開女性戒毒學員提供1次職業輔導，所有參加女性戒毒學員參與最少1次職業輔導
成果指標 3B	為18名離開女性戒毒學員提供1次工作轉介，其中不少於70%(或13名)女性戒毒學員參與最少1次工作轉介	為18名離開女性戒毒學員提供1次工作轉介，所有女性戒毒學員參與最少1次工作轉介
成果指標 4A	為24位離開姊妹之家的戒毒學員提供合共60節支援小組，當中70%(或17位)的出席率達60%(即12節) * 每節1.5小時	為24位離開姊妹之家的戒毒學員提供合共60節支援小組，22位學員出席率達60%(即12節)

成果指標及評估結果

	預期成果	達到成果
成果指標 4B	為30位戒毒學員提供合共12次續顧服務，當中70%(或21位)學員參與最少1次續顧服務	為29位姊妹之家戒毒學員提供合共12次續顧服務，所有學員參與最少1次續顧服務
成果指標 5A	為36位姊妹之家的學員每人提供10節個人輔導，其中不少於70%(或26名)的女性戒毒學員參加，學員平均出席率達70%或以上 * 每節45分鐘	為35位姊妹之家學員提供10節個人輔導，所有女性戒毒學員參加，學員平均出席率達92%

成果指標及評估結果

	預期成果	達到成果
成果指標 5B	為36位姊妹之家的學員提供36小時的情緒管理小組，其中不少於70%(或26名)女性戒毒學員參加，每位學員平均出席率達70%或以上 * 每節1.5小時(每年8節，即12小時)	為36位姊妹之家學員提供36小時的情緒管理小組，所有女性戒毒學員參加，學員平均出席率達91.3%
成果指標 5C	為36位姊妹之家的學員提供合共9次戶外訓練活動，當中每位學員參與最少1次戶外訓練活動，最少有70%(或76人次)參加	為37位姊妹之家學員提供9次戶外訓練活動，每位學員參與最少1次戶外訓練活動，有94人次參加

成果指標及評估結果

	預期結果	達到成果
成果指標 6	為24名戒毒學員家人提供合共48次面談服務，其中65%(16名)的參加者能完成最少一次的面談*服務 *每次30分鐘，每人2次	為24位戒毒學員家人提供48次面談服務，所有參加者(24位)完成最少一次面談服務

成效指標及評估結果

	預期成效	達到成效
成效指標 1	學員在戒毒動機上有所提升(70%參加者於治療後有改善)	收回44份前測和後測問卷，72.7%戒毒學員的戒毒動機有顯著提升
成效指標 2	離開學員過往一個月的吸毒頻次(70%於計劃後減少吸毒或停止吸毒)	收回29份前測和29份後測問卷，75%離開學員於計劃後減少吸毒
成效指標 3	離開學員的重吸意向(配對樣本t檢定顯示統計上有顯著改善或70%參加者於計劃後有改善)	收回29份前測和後測問卷，89.7%離開學員吸毒的重吸意向有所改善
成效指標 4	學員家人對吸毒學員支援的能力(配對樣本t檢定顯示統計上有顯著改善或70%參加者於計劃後有改善)	收回26份前測和後測問卷，84.6%家長的支援能力均有提升

經驗獲得

● 成功背後原因

1. 計劃能適切學員的需要

- 此計劃包含了一系列的內容，讓學員透過個人輔導、成長工作坊、興趣小組和職業培訓課程等，幫助學員處理個人問題，讓他們全人得到康復及成長。

2. 續顧服務讓學員生命能持續穩定

- 學員畢業後面對家人、工作、生活等方面的挑戰，有一定困難，續顧服務讓他們感受到同行，並幫助他們找到目標方向，投入社會，以致能持續穩定。

經驗獲得

● 成功背後原因

3. 支援家人工作

- 吸毒家人讓家人面對很大壓力，家長工作能支援家人需要，減輕他們壓力，並讓他們了解吸毒家人的需要，從而支持他們戒毒。

4. 工作人員的鼓勵得以推動服務使用者參加服務

- 使用者往往未能穩定地出席活動，有賴工作人員不斷鼓勵，才能讓他們投入參與。

總結

- 本計劃旨在針對服食「冰」毒的學員，讓他們接受一系列服務後，能夠戒除毒癮，全人康復。
- 計劃除了幫助他們修補與家人的關係，並讓他們能獲得一技之長，將來能重新融入社會；而且續顧服務，亦讓他們減少重吸意向，以致達到全人康復。另外，家人接受服務後，得到支援，從而有能力與吸毒家人同行。

計劃發展及展望

- 學員畢業後回家生活，家人是他們改變的動力，但需要時間修補關係；有見及此，工作人員可家期安排家訪工作，幫助他們有效地溝通，從而讓他們關係得到改善。
- 學員完成職業訓練課程後，可以安排實習機會，協助他們重投社會。

活動建議及展望

- 學員畢業後，要站立得穩並不容易。當工作員轉介工作後，可以定期幫助畢業學員驗尿，讓他們有警醒的心，並令他們可以持續工作，對他們復康有幫助。

~完~