



明愛青少年及社區服務

BDF 220023

Ease at Heart
心在。自在

計劃簡介

本計劃的目標是透過結合復元模式（Recovery Model）及內在家庭系統治療（Internal Family System - IFS），提升及改善吸毒者戒毒之成功率和預防重吸。另外，推動以朋輩主導的預防教育服務，提升青少年對毒品禍害的認識，並早識別高危吸毒青少年。具體目標是：

1. 提升服務對象對情緒狀態及精神病徵的覺察能力；
2. 提升服務對象對情緒狀態及精神病徵的自我管理的能力，提升自我效能感；
3. 協助吸毒對象減少吸毒或戒除毒癮；
4. 協助戒毒對象預防重吸；
5. 改善服務對象的就業技能；
6. 及早識別高危吸毒青少年，協助進入戒毒輔導；
7. 提升青少年對精神健康及毒品禍害的認識

計劃內容

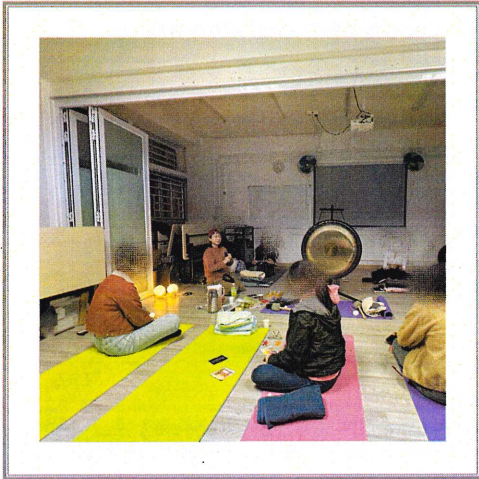
計劃透過復元模式推行以下5項活動：

- 復元模式及內在家庭系統治療法的個人輔導
- 與情緒及病徵共舞輔導小組
- 身體檢查及精神健康評估
- 朋輩輔導員訓練
- 社區外展心理教育活動



復元模式及內在家庭系統治療法的個人輔導

- 協助個案從覺察身體、情緒及病徵，從而展開「內在對話」，以非批判及關懷的態度看待內在那些令自己羞愧的情緒和病徵，推動個案發現情緒和病徵與吸毒行為的關係，發掘情緒和病徵所表達的需要及啟示。
- 個人輔導有助增加個案對情緒、病徵、創傷經歷及吸毒行為的相互關係的了解，從經驗中尋找意義，將患病視為人的一部分，而不是一個人的全部，從而建立自我管理的能力及自我效能感。

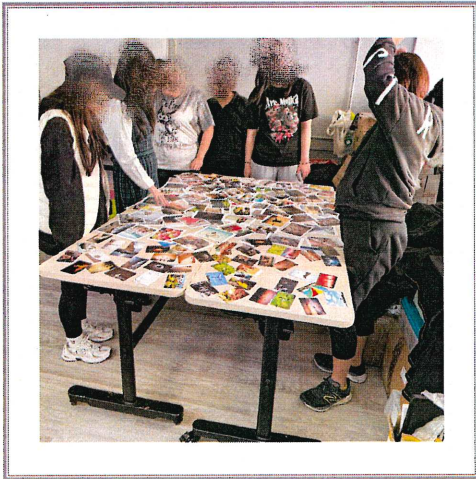


與情緒及病徵共舞 輔導小組

- 與情緒及病徵共舞作主題的治療小組讓參加者能分享獨特的病患經歷，過程中亦運用內在家庭系統治療法推動組員與情緒及病徵對話，以尊重及接納的態度去重新理解情緒和病徵，亦發掘病徵給他們的意義和啟示。
- 參加者能從臨床管理的被動角色轉為自我管理責任的主動角色，從而減低對毒品的依賴。

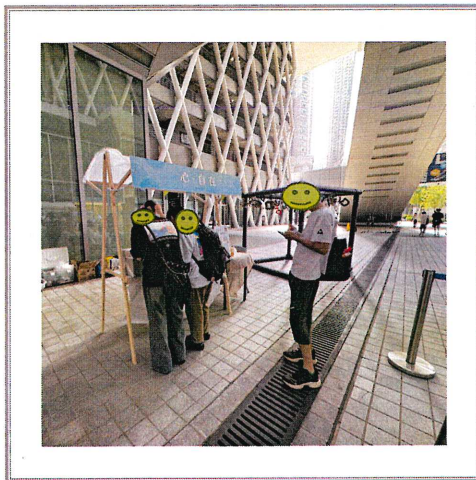
身體檢查及精神健康評估

- 身體檢查及精神健康評估，讓服務對象從臨床診斷了解毒品對情緒及精神狀態的影響，亦同時了解更多精神科藥物治療的知識及作用，拆解對藥物治療的誤解，明白對症下藥對精神健康的幫助。



朋輩輔導員訓練

- 朋輩輔導員訓練肯定了復元者親身經驗的價值，轉化「吸毒」及「精神病」經歷所帶來的意義。
- 朋輩支援工作員能夠為其他康復者付出，這是很重要的治癒元素。同時，自我管理技巧及與工作相關的技能也得以鞏固。
- 訓練內容包括：心理教育訓練（psychoeducation），參加者需要認識吸毒行為、情緒及精神病的相互關係及相關知識，從中亦整理自身的經驗。第二部分為生命故事整理，轉化「吸毒」、「精神病」、「情緒困擾」經歷所帶來的意義，在吸毒者以外發展一個正面的身份，由他們決定個人所重視的身份。



社區外展心理教育活動

- 由朋輩為主導的外展服務，能有助及早識別隱蔽的年輕吸毒者，接觸朋輩輔導員能更易產生共鳴感，減少之間的距離，使他們更願意投入於服務。
- 朋輩亦提供一個可見的復元榜樣，也提升了求助動機。透過於大專院校、中學、院舍及高危群組舉辦心理教育工作坊讓青少年認識「吸毒」、「精神病」、「情緒困擾」的相互關係。
- 朋輩輔導員分享心理教育知識及自身的復元經驗，有助提升青少年對精神健康及毒品影響的認識。

成果評估總結

	預期成果	實際成果
成果指標 1	提供48節的社區外展心理教育工作坊給予600名*外展青少年/中學生/大專生/潛在於社區的吸毒青少年	提供54節(125%)的社區外展心理教育工作坊給予848名(141.3%)*外展青少年/中學生/大專生/潛在於社區的吸毒青少年，當中有208名參加者為大專生
成果指標 2	招收100名曾吸毒/現時吸毒者參加1600節復元模式及內在家庭系統治療法的個人輔導，當中70名(或70%)參加者完成16節個人輔導	招收184名(184%)曾吸毒/現時吸毒者參加2,088節(130.5%)復元模式及內在家庭系統治療法的個人輔導，當中72名(102.8%)參加者完成16節個人輔導
成果指標 3	招收54名曾吸毒/現時吸毒者參加55節*與情緒病徵共舞的小組輔導，當中38名(或70%)參加者完成5節小組輔導	招收83名(153.7%)曾吸毒/現時吸毒者參加94節(170.9%)*與情緒病徵共舞的小組輔導，當中73名(192.1%)參加者完成5節小組輔導
成果指標 4	招收40名曾吸毒/現時吸毒者*提供共24節(共4組、每組6節)的朋輩輔導員小組訓練，其中不少於28名參加者完成6節小組訓練	招收40名(100%)曾吸毒/現時吸毒者*提供共75節(312.5%)的朋輩輔導員小組訓練，其中有31名(110.7%)參加者完成6節小組訓練
成果指標 5	招收14名曾吸毒/現時吸毒者提供20節的朋輩輔導員實習計劃，其中不少於10名參加者完成20節實習	招收21名(150%)曾吸毒/現時吸毒者提供40節的朋輩輔導員實習計劃，其中10名(100%)參加者完成20節實習

成效評估總結

	預期成果	實際成果
成效指標 1	參加者的自我效能感有所提升 (配對樣本t 檢定(paired t-test) 顯示參加者的自我效能感有顯著提升 / 70%參加者的自我效能感有所提升)	收回184份前測問卷及91份後測問卷，當中78% (71/91)參加者的自我效能感有所提升
成效指標 2	參加者的就業準備能力有所提升 (配對樣本t 檢定(paired t-test) 顯示參加者的就業準備能力有顯著提升 / 70%參加者的就業準備能力有所提升)	收回45份前測問卷及27份後測問卷，當中74.1% (20/27)參加者的就業準備能力有所提升
成效指標 3	吸毒者於完成治療三個月後吸毒頻次有所減少 (70%吸毒者於完成治療三個月後吸毒頻次有所減少或停止吸毒)	收回119份前測問卷及70份後測問卷，當中81.4% (57/70)參加者於完成治療三個月後吸毒頻次有所減少
成效指標 4	復康人士中出現的重吸現象 (70%復康人士中沒有出現的重吸現象)	收回65份前測問卷及39份後測問卷，當中97.4% (38/39) 復康人士沒有出現重吸現象
成效指標 5	外展心理教育工作坊參加者的吸毒風險意識有所提升 (配對樣本t 檢定(paired t-test) 顯示參加者的吸毒風險意識有顯著提升 / 70%參加者的吸毒風險意識有所提升)	收回450份前測問卷，及149份後測問卷，當中70.5% (105/149)參加者的吸毒風險意識有顯著提升

計劃總結

- 本計劃希望透過復元模式及內在家庭系統治療法的介入模式提升了對象對情緒及精神病患的覺察、接納及尊重
- 復元模式將服務對象視為解決方法主體，相信人他們有能力為自己的生命負責
- 服務的方向不再是教導他們如何停止吸毒行為，而是如何引導他們自己決定停止那些行為，並能主導地打破「吸毒」、「精神病」、「情緒困擾」的共生關係