

# 「心渡歷情」 預防雙重診斷教育輔導計劃 「Healthy transition」 - Preventive and educational program for substance abuser with mental health issues

2019-2022



香港青年協會  
the hongkong federation of youth groups

青年違法防治中心  
Youth Crime Prevention Centre

單位主任 林振華  
計劃社工 黃坤烽

16/01/2026



## 「心渡歷情」分享環節

1. 服務簡介
2. 服務內容
3. 服務成果及成效
4. 啟示與反思
5. Q & A

### 服務對象

**青少年**

「高危/曾經/現有吸毒」  
或/及  
受「精神/情緒困擾」10-35歲的青少年

**家人**

「高危吸毒」  
或/及  
受「情緒困擾」之青少年的家人

### 計劃簡介

香港青年協會青年違法防治中心得到禁毒基金資助，推行為期三年的「心渡歷情」- 預防雙重診斷教育輔導計劃。本計劃為「高危/曾經/現有吸毒」及受「精神/情緒困擾」的10-35歲青少年，以及其家人，提供識別和綜合評估和「優勢取向認知行為治療」。另亦透過「心理健康教育輔導」、「職業培訓及正向生活訓練」及「家庭為本心理治療及醫療支援」，協助雙重診斷之青少年處理吸食毒品和精神/情緒困擾問題，從而建立健康正向人生。

香港青年協會  
The Hongkong Federation of Youth Groups

預防雙重診斷教育輔導計劃

青年違法防治中心  
Youth Crime Prevention Centre

禁毒基金  
DRUGS FREE FUND

## 2. 服務內容

**01**

10-35 歲青少年吸毒  
及或情緒精神困擾

**02**

青少年心理健康與  
物質濫用風險評估

**03**

優勢取向  
認知行為治療

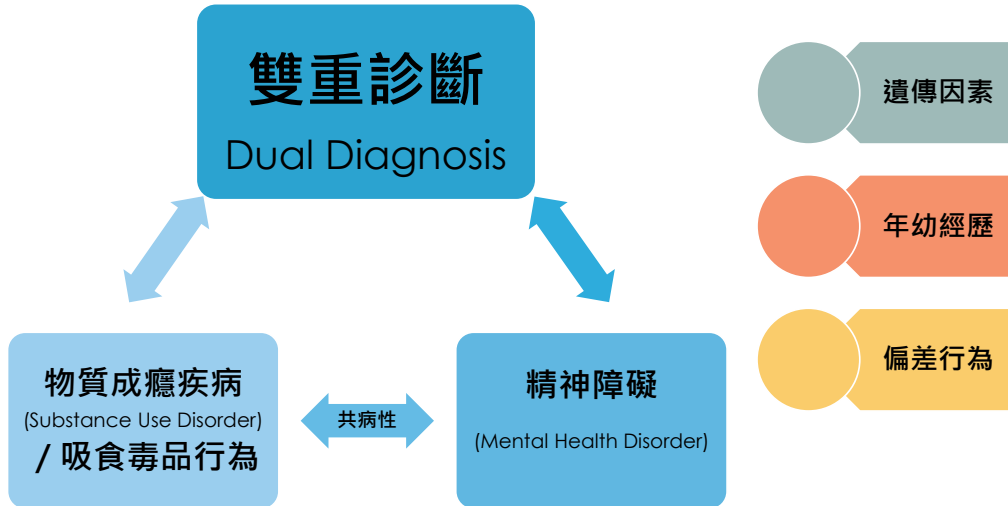
**04**

心理健康教育、職業培訓  
及或正向生活訓練

**05**

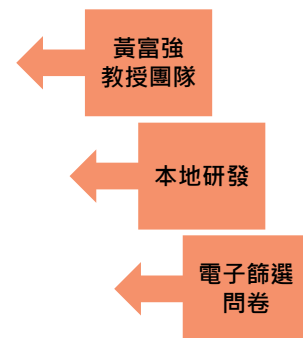
家庭為本心理治療  
及或醫療支援

## (1) 服務背景



## (2) 青少年心理健康與物質濫用風險評估

- 精神健康量表、濫用藥物的信念及態度問卷
- 生活質素和滿意度問卷、吸毒頻率量表
- 戒毒自我效能感量表、抗逆力量表





Department of Social Work and Social Administration  
The University of Hong Kong  
香港大學社會工作及社會行政學系

### 香港青少年的心理健康與物質濫用

#### 調查問卷 (研究二)

指示：本研究旨在檢驗青少年毒品相關問題行為風險評估問卷的有效性。您將完成以下五部分的問卷。第一部分為本研究編制的青少年精神健康及安穩問題風險評估量表；第二部分為過往三個月內的安穩頻率量表；第三部分為戒煙自我效能感量表；第四部分為抗壓力量表；第五部分為基本資料收集。您將花大概三十分鐘完成本問卷。請仔細閱讀每個部分開始時的指示，並完成所有問答。答案能分對錯，請和實作答。

HT 風險專用	
填寫日期	
向導單位	
研究編號	
填寫時間點	pre / post
	SCI
	BAI
治療分組 (前測到後測)	BASAI (對照與 兩位)
Treatment (SBCBT) / TAU	T / TAU

#### 三、生活質素和滿意度問卷

本部份的目的是想了解你在過去一個月，以下的感覺及行為有多頻密地出現在你的身上？請選擇一個合適數字回答所有題目。

	完全沒有	很少	間中	很多	經常
1. 感到自己處於非常好的身體狀態？	1	2	3	4	5
2. 對你的身體健康沒有任何憂慮？	1	2	3	4	5
3. 身體感覺良好？	1	2	3	4	5
4. 感到活力充沛？	1	2	3	4	5
5. 對生活感到滿足？	1	2	3	4	5
6. 感到開心快樂？	1	2	3	4	5
7. 能夠跟別人溝通？	1	2	3	4	5
8. 如有需要的話，可以自由地往別處去 (例如步行或使用交通工具)？	1	2	3	4	5
9. 能夠照顧自己？	1	2	3	4	5
10. 你有多常享受閒餘時間的活動？	1	2	3	4	5
11. 你有多常花精力和專注於那些困難活動？	1	2	3	4	5
12. 當你在閒暇活動時出現問題，你有多能夠在沒有過多的壓力情況下解決和處理它們？	1	2	3	4	5
13. 期待跟朋友/親屬相聚？	1	2	3	4	5
14. 享受跟同事或鄰居傾談？	1	2	3	4	5
15. 感到喜歡某人 (或某些人)？	1	2	3	4	5
16. 跟別人說笑或一同歡笑？	1	2	3	4	5
17. 感到自己滿足到朋友或親屬的需要？	1	2	3	4	5
18. 對於自己所服用的任何藥物治療，你有多滿意？	1	2	3	4	5

(如沒有接受任何藥物治療，請加上 ✓ 號；然後留空此題。)

## (3) 優勢取向認知行為治療

### Strength-based Cognitive Behavioural Therapy (SBCBT)

由黃富強教授主理

青少年精神健康與  
吸毒問題研究計劃

社工專業訓練及督  
導



香港青年協會  
The Hong Kong Federation of Youth Groups

Department of Social Work and Social Administration  
The University of Hong Kong  
香港大學社會工作及社會行政學系

# 心渡 歷劫 HEALTHY... TRANSITION

預防雙重診斷教育輔導計劃  
PREVENTIVE AND EDUCATIONAL PROGRAM FOR  
SUBSTANCE ABUSER WITH MENTAL HEALTH ISSUES

優勢取向認知行為治療輔導手冊  
STRENGTH-BASED COGNITIVE BEHAVIOURAL THERAPY PROTOCOL

青年違法防治中心  
YOUTH CRIME PREVENTION CENTRE

「優勢取向認知行為治療」  
工具篇

工具一：評估現況

輔導目標：

利用以下的問題紙，了解個案現時面對的困難，利用動機式訪談，提升其改變動機。

你現在面對的困難／挑戰是什麼？

這個困難／挑戰何時開始？

如果0分代表完全沒有影響，10分代表影響最大，這些困難／挑戰對你的影響程度是幾多分？

自從這個困難／挑戰出現，你會嘗試哪些解決的辦法？效果怎樣？

請舉出一次成功解決這個困難／挑戰的例子

還有再繼續採用那些解決方法的按壓是？

工具二：均衡生活自省篇

輔導目標：

透過對理想生活規劃及現實生活實際經驗的對比，讓個案了解自己在哪些層面可以提升發展的空間，增加改變動機。

假若你現時有100萬元，請你以理想生活模式填寫「理想投資額」，並以現時生活狀況作為填寫「實際投資額」。

項目	理想投資額	實際投資額
工作	萬	萬
配偶或男女朋友相處	萬	萬
與家人相處（父母、子女、兄弟姐妹）	萬	萬
與朋友相處	萬	萬
休息	萬	萬
娛樂	萬	萬
獨處	萬	萬
健體活動	萬	萬
發展個人興趣	萬	萬
進修學業	萬	萬
認識社會潮流及新事物	萬	萬
參加宗教活動	萬	萬
總共：	萬	萬

工具三：個人能力評估表（簡化版）

輔導目標：

透過由工作人員和個案，從生活各方面作出期望及寄望，尋找個案的動力來源、個人能力及資源等，重整個案的能力，讓個案明白自己的期望及未來計劃。

居住環境

現時的情況

個人要求與志向

個人和社交資源  
(過去曾作出的嘗試)

交通、流動性

現時的情況

個人要求與志向

個人和社交資源  
(過去曾作出的嘗試)

經濟、保險

現時的情況

個人要求與志向

個人和社交資源  
(過去曾作出的嘗試)

工作、教育

現時的情況

個人要求與志向

個人和社交資源  
(過去曾作出的嘗試)

### 工具五：重整生活目標

**輔導目標：**  
透過生活目標大追擊，讓個案重整目標，設立具體計劃、成效指標等，並作出合理的完成時間，為自己提供適當的自我獎勵，增加改變的成功機會。

生活目標大追擊

▶ 我實踐長期目標的具體計劃

	長期目標	具體計劃	成效指標	完成時限	自我獎勵
1					
2					

\* 心遠神馳，情動難禁，難免有無計劃。

PAGE 56

### 工具六：行為驗證方法

**輔導目標：**  
工作員和個案可自己堅持相信的規條作驗證，除了收集自己的生活經驗，也可以訪問朋友或者尋找其他媒體資訊，用作驗證個人規條的想法，打破舊有規條限制。

範疇	具體的規條內容
家庭方面	
人際關係	
工作/學業	

今次想驗證的規條

驗證時，已收集的證據

	內容	對比我所想的，有什麼不同？
證據1		
證據2		
證據3		

\* 心遠神馳，情動難禁，難免有無計劃。

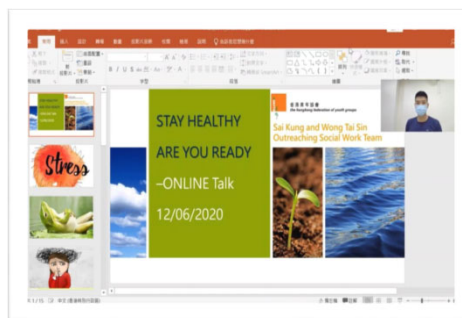
PAGE 57

## (3) 優勢取向認知行為治療

- 服務使用者在過程中**發掘優點**，興趣與人生目標，改變思維及價值觀
- 介入的重點是為他們建立人生的目標和幫助他們**發掘興趣**，讓自己的人生變得有意義和有滿足感
- 服務使用者的問題不再是**唯一重點**介入的部分
- 在過程中，他們少不免會面對一些內在及外在的阻力，使他們無法完成目標。遇到這些情況，我們會鼓勵服務使用者運用**內在能力**和**外在資源**來排除所面對的阻力
- 在完成整個輔導後，我們希望服務使用者不單能達成他們的渴望和需要，還可以**肯定自己的能力**

## ( 4 ) 心理健康教育

- 靜觀覺察
- 情緒管理
- 人際關係



## ( 4 ) 職業培訓及或正向生活訓練

- 解難、決策
- 情感、壓力
- 職業培訓
- 人際關係
- 健康生活模式



## (5) 家庭為本心理治療及醫療支援



家庭支援

中西醫牙醫

臨床心理學家

精神科醫生

## 3. 服務成果及成效 - 介入模式的成效研究



### 研究目的

此研究目的是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(Strength-based Cognitive Behaviour Therapy; SB-CBT)介入並檢視該成效。

參加者需符合以下所有條件：

- (1) 於篩選期處於12-24歲；
- (2) 能理解中文（廣東話）；
- (3) 於篩選期有抑鬱症狀（貝克抑鬱量表得分 $\geq 10$ ）或焦慮症狀（貝克焦慮量表得分 $\geq 8$ ）；
- (4) 對吸毒擁有高風險的信念和態度（吸毒信念及態度問卷得分 $\leq 3.45$ ）；
- (5) 能獨自完成問卷；
- (6) 於篩選期及整個研究期間都沒有思覺失調症狀、其他嚴重精神疾病或自殺念頭。

### 3. 服務成果及成效

#### - 介入模式的成效研究



#### 研究方法

研究採用隨機對照試驗(Randomized controlled trials)。

91位參加者被隨機分成實驗組(Experimental Group, 45人)和常規治療(Treatment-as-usual; TAU)對照組(Control Group, 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。

### 3. 服務成果及成效

#### - 介入模式的成效研究



#### 研究方法

- 是次研究總共提供了372節(實驗組)及383節(對照組)介入服務，且所有節數均由註冊社會工作者(註冊社工)提供。
- 實驗組社工均需接受三階段共21節社工專業培訓，以及5節進階專業督導的優勢取向認知行為治療訓練，而對照組社工則接受常規的社工督導。參加者於介入前及完成介入後需填寫評估問卷，以作為本研究的評估數據。

## 研究過程



- 實驗組：八節優勢取向認知行為治療
- 對照組：八節支援輔導、正向生活訓練及就學或就業諮詢
- 共372節(實驗組)及383節(對照組)，由註冊社工提供

## 研究結果



- 介入前，T檢驗和卡方檢驗顯示實驗組和對照組之間沒有基線差異
  - 年約20歲
  - 50%至60%參與者為男性
  - 超過80%在香港出生
  - 約30%有初中教育程度，20%有專上非學位或以上程度，其餘大多數為高中程度
  - 約60%居住在公屋，20%居於私人樓宇
  - 約70-80%與家人同住

## 研究結果

- 實驗組於以下範疇比對照組有更大改善

- 抑鬱症狀
- 焦慮症狀
- 吸毒的信念和態度
- 休閒活動的生活品質
- 戒毒自我效能感
- 抗逆力

	<時間 x 小組> 交互作用 變異數分析	效應值 淨eta平方( $\eta^2$ )
抑鬱徵狀	14.16***	.14
焦慮徵狀	7.61**	.08
濫用藥物信念及態度	4.82*	.05
信念	4.60*	.05
態度	3.88	.04
生活質素和滿意度		
身體健康	1.87	.02
主觀感受	2.05	.02
休閒活動	6.18*	.07
社交關係	.60	.01
藥物治療	.95	.03
戒毒自我效能感	10.83**	.11
抗逆力	7.24**	.08
過往三個月內吸毒頻率	1.51	.02

註：\* p<.05, \*\* p<.01, \*\*\* p<.001  
t-檢驗效應值：中 = Cohen's d ≥ .5、大 = Cohen's d ≥ .8  
交互作用變異數分析效應值：中 = 淨eta平方( $\eta^2$ ) ≥ .06、大 = 淨eta平方( $\eta^2$ ) ≥ .14  
生活質素和滿意度：只有34人(實驗組)及32人(對照組)有藥物治療

## 4. 啟示與反思



1. 「雙重診斷」概念可以考慮於本地個案研究及輔導服務上廣泛應用，尤其以物質成癮及精神困擾為對象的服務；
2. 「優勢取向認知行為」治療可以考慮於本地抗毒預防及戒毒輔導中應用，有助青少年發展及肯定自身能力和優勢，逐步增強青少年的自信心；
3. 青少年吸食毒品及精神健康困擾影響長遠，服務提供者適宜進行及早識別、及早介入，尋找及發揮青少年內在優勢，配合外在資源，全面開發青少年潛能。



**聯絡我們**

香港青年協會  
青年違法防治中心

2701 8866

將軍澳寶林邨寶寧樓320-322室



**謝謝**

**Q & A**