

「香港青少年的心理健康与物质滥用」风险评估量表及「优势取向认知行为治疗」成效评估研究报告

研究报告摘要

近年，青少年的情绪及精神健康问题越趋严重，加上他们误解了吸食毒品可以纾缓情绪困扰；堕入这恶性循环，反而加剧他们同时患上物质成瘾疾病与精神疾病的「双重诊断」危机。香港青年协会青年违法防治中心于 2019 年承蒙禁毒基金赞助，推行为期三年的「心渡历情—预防双重诊断教育辅导计划」，本计划与香港大学社会工作及社会行政学系黄富强教授团队合作，研发一个适合香港文化、可评估青少年精神健康问题及吸毒风险的工具，以及「优势取向认知行为治疗模式」以帮助具有精神疾病及吸毒双重诊断的青少年。本研究共有两个目标，包括 1)发展及验证一个青少年精神健康问题与吸毒问题的风险评估量表及其信度与有效度；2)检视为有精神健康困扰和吸毒情况的青年提供「优势取向认知行为治疗」的介入辅导成效。

在建立「香港青少年的心理健康与物质滥用」风险评估量表及验证其信度方面，本研究运用横向调查研究设计，调查对象包括一个共 153 名 12 至 24 岁有吸毒史和心理健康问题青少年的量表发展组，以及一个共 304 名 12 至 24 岁没有这两个问题的青少年的比较组。评估工具由 Beck Depression Inventory (BDI)、Beck Anxiety Inventory (BAI)及 Beliefs and Attitudes of Substance Abuse Inventory (BASAI)组成，以筛查有抑郁和焦虑症状，以及衡量对药物滥用的信念和态度。研究结果显示，BDI 高于或等于 10，或 BAI 高于或等于 8，则青少年有心理健康问题的风险；BASAI 分数低于或等于 3.45，则表明滥用药物的倾向很高；如果分数同时满足这两个标准，则该青少年面临心理健康问题和药物滥用问题的风险。

在检视「优势取向认知行为治疗」的介入辅导成效方面，本研究采用随机对照试验，91 位年龄介乎 12 至 24 岁参加者被随机分成实验组(45 人)和常规治疗对照组(46 人)，进行为期六个月的研究。实验组在研究期间进行了八节优势取向认知行为治疗；对照组则接受八节支援辅导及就学或就业咨询，并且不包含任何优势取向认知行为介入。研究结果显示，优势取向认知行为治疗能针对具精神健康困扰及高吸毒风险的青年的实际情况，有效地减低他们的焦虑和抑郁症状。优势取向模式也能加强他们的生活品质及满意度，令他们能拥有更积极、更满足的生活。当这些青年的精神健康、生活质素、信念和态度都得以改善时，他们的戒毒自我效能感和抗逆力也能够有所提升，以致他们能有力量去抵抗毒品的诱惑。在这些范畴，优势取向认知行为治疗的效果比常规治疗更显著。