

三、四級物質施用者簡短介入臨床指引討論

一次簡短介入時間約為十至十五分鐘左右，主要關心的是個案與物質的關係或個案目前最在意的事（個案最在意的事情不一定是藥癮、但最在意的事情/關係可能受到用藥事件的影響）。以下分為四個階段用以在三、四級裁罰講習時與來訪者建立關係並提供相關資源供來訪者需要時會想到嘉南療養院所可以提供的服務。

本院於 108 年 9 月 1 日至 109 年 11 月 30 日止，針對 191 名接受裁罰講習之參與者進行簡短介入之研究，經人口學變項統計發現，參與三、四級裁罰講習者以男性居多，約占 76%、已婚者占 39.8%、教育程度以高中職者最多，佔 48.7%、與他人同住者則佔 84.7%、有全職工作者佔 68.1%，其使用的物質依比例前三名由多至少分別為：**K 他命 (93%)**、搖頭丸、甲基安非他命。

K 他命短期使用可以快速的改善憂鬱症狀，但其效用的時間短，復發率也高（秦文鎮、蔡曉雯，2015）。使用時間愈長、劑量愈重，在心理層面會出現中度至重度的焦慮或憂鬱情緒，在生理層面則會出現泌尿道症狀（急尿、頻尿、排尿困難等），其中又以鼻黏膜吸食 K 他命（俗稱拉 K）者出現此困擾的比例較高，有 80% 的比例的 K 他命使用者會結合其他藥物使用，其心理、生理症狀也會更為嚴重（謝文菁等，2021）。

此外，K 他命容易出現耐受性，使用者會提高使用量與使用頻率（楊淑如，2017）。但使用三、四級毒品者常自認成癮性低且可以自行戒除（王紫瑄，2018），因此戒癮動機低，除了在簡短介入的過程中詢問參與者對於毒品的看法外，也可以關心參與者使用毒品後生活上出現的改變，特別是針對情緒、睡眠及生理上的變化，針對參與者生活上的困擾給予同理，並適時地進行衛教。

在簡短介入的過程中可能會遇到參與者表現抗拒、在短時間難以建立關係、對心癮瞭解不足、戒癮動機低等的挑戰，參與者的抗拒多是對體制與參與裁罰講習的不滿並非完全是針對個管師，因此當個管師遇到抗拒的參與者時可以想想參與者可能不滿的原因，但不必認為對方所有的不滿都是自己造成的。此外，個管師在進行介入時不宜過度暴露自己的私人資訊，避免偏離晤談的軸心，也減少自己暴露在淺在的風險中。

接受簡短介入的藥癮者，在之後進入到可提供治療戒癮的網絡時，其接受治療的意願與實際成功媒合的比例會更高（蔡震邦，2021）。雖然簡短介入難以看到立即的成效，但不代表此次的晤談是沒有意義的。因單次介入時間有

限，加上參與者的特性，實際上難以在一次晤談結束後就讓參與者決定戒癮，但透過在簡短介入的過程中與參與者建立關係，讓參與者知道本院的態度是友善且可接近的，並澄清參與者對於藥物使用的錯誤認知，在參與者心中留下一個印象，使參與者日後有需求時可以有更高的求助意願。

I. 欲達成目標：

1. 協助三、四級裁罰講習參與者釐清風險因子以及用藥的模糊認知或是誤解。
2. 讓三、四級裁罰講習參與者感受到嘉南療養院是友善的（不會被汙名化的感受）。
3. 讓三、四級裁罰講習參與者了解的嘉療可以提供的服務。
4. 吸引三、四級裁罰講習參與者接受戒癮治療。

II. 簡短介入流程

A. 簡短介入計畫總流程

在執行簡短介入計畫前個管師須熟悉簡短計畫之流程，並可透過本手冊的說明在三、四級裁罰講習中進行介入，並在介入結束後做摘要與紀錄。並於當次裁罰講習結束後與團隊討論執行時遇到的困難與收穫，以期流程更為完善。



B. 執行簡短介入計畫流程

在簡短介入計畫中，一次介入的時間約 10-15 分鐘，在進行介入的初期（前幾次去的時候），個管師可以將時間稍微再拉長一些，約 15-20 分鐘，藉以熟悉流程與了解個案樣態。

在第一步先邀請參與者，將參與者邀請至攤位並說明簡短介入計畫，協助參與者填寫 DUDIT 藥物使用疾患檢量表、DTCQ-8 與基本資料，提醒參與者有問題都可以詢問（DTCQ-8 的敘述較困難，參與者常出現語意上的理解錯誤，個管師可是情況以詢問的方式協助填寫）。參與者量表填寫結束後，個管師

協助統計分數並說明參與者的成癮狀況，以動機式晤談協助個案了解自己的現況，討論藥物使用的情形，並找出參與者可能戒癮或是減少使用的動機。最後在結束會談時提醒參與者計畫人員將在一個月及三個月後進行關懷追蹤，請參與者留意相關訊息。



III. 以動機式晤談進行簡短介入

動機式晤談是一種以個案為中心的合作取向對話模式，在晤談的歷程中強化個案的動機及觸發個案去承諾作改變。動機式晤談包含四個晤談技術 (OARS)：多使用開放式問句 (open-ended questions)、給予肯定 (affirmation)、反映式傾聽 (reflective listening)、提供摘要 (summary)，在晤談的過程中需放下專家的角色，相信參與者才是解決自己問題的專家，仔細聆聽參與者的生命經驗，並從中找出參與者在環境中的生存優勢。

簡短介入則是透過參與者的風險程度給予不同的回應或是處遇，包含六大要素，取每個要素的字首合稱為 FRAMES：依評估結果給予個案回饋 (Feedback)、將改變責任 (Responsibility) 交還給個案、無評價的忠告與建議 (Advice)、提供多樣化處遇選擇 (Menus)、展現同理 (Empathic) 的對話、提升個案自我效能 (Self-effect)。

在三、四級裁罰講習中，能夠與參與者進行晤談的時間有限，故從與參與者見面的那刻起即開始建立關係，在整個與參與者接觸的過程中需對參與者的經驗保持好奇，且不批判，仔細聆聽參與者的需求。除了看見參與者成癮的問題外，更需看見參與者這個人，當看見問題背後的人時，有助於個管師建立同

理的橋樑，肯定參與者不容易的地方。在收集資料的過程中個管師需在心中形成初步的評估，並依照參與者的風險程度給予建議與回饋。個管師的工作是在參與者心中種下一顆種籽，即使參與者可能不會在當下就決定要接受戒癮治療，若日後參與者想要改變時可以想到嘉南療養院的服務，則這顆種籽就會長出他獨特的模樣了。

A. 準備開場：建立關係(1-2 分鐘，含邀請個案)

a. 接觸-介紹自己並與參與者建立關係。

走向三四級裁罰講習的座位區向參與者提出參與計畫的邀請，若個案有意願則可邀請至攤位進行簡短介入，若參與者沒有興趣也不用勉強。

個管師：您好，我是嘉南療養院的個管師 (名字) 。我們正在進行一個三四級物質使用者的協助計畫，不知道您方不方便來填個問卷、簡單的聊一聊，大概 10 分鐘左右，完成之後會有小禮物喔!

若參與者同意則帶領參與者走到攤位進行計畫說明。若參與者不同意則感謝參與者後遞給參與者衛教單張，並結束對話。以下為參與者不同意之說明。

個案：不用，我沒興趣！

個管師：謝謝您，我們今天到__點都會在那邊，如果有任何使用物質的疑問都可以過來詢問、或是改天有需求也可以撥打電話過來喔。(遞單張)

b.建立連結 - 讓參與者感受到你是親切、不具威脅的人。

在走去攤位的過程中簡單的對參與者噓寒問暖，簡單對話即可，不須談的太多。

個管師：你今天是怎麼來的？好停車嗎？或是簡單的讚賞個案身上的物件(特別可以適用於青少年，如果沒有覺得特別欣賞的也可以不用說)，像是：你的鞋子(可替換為任何東西)蠻好看的。

B. 聚焦：說明計畫、了解參與者物質使用狀況(3-5 分鐘)

a. 介紹計畫-讓參與者了解本計畫的目的與對參與者可能產生的幫助。

介紹本計畫，並說明此內容不會呈交給警政機關。

個管師：我們這個計畫主要是在了解三四集物質使用者的經驗，看看我們單位這邊也什麼樣的資源可以提供協助，所以你的經驗對我們很重要喔！這些資訊僅使用在藥癮示範中心的計畫，不會主動呈交給警察或司法機關。

b. 收集相關資訊-了解參與者接觸物質之原因。

邀請參與者填寫問卷，並簡單說明問卷的意涵。

個管師：這兩份問卷分別為了解你目前使用物質的狀態 (DUDIT) 以及在什麼樣的狀況下會特別想要使用物質，最後還有基本資料。在填寫的過程中如果有任何問題都可以問喔。.....(當參與者寫到 DTCQ-8 時)提醒您一下，這邊的分數阿，是指在什麼樣的狀況下你最有信心拒絕使用物質，分數愈高代表在這樣的狀況下你愈有信心不去使用，像是 2.睡眠極度不佳，您這邊寫的是 40 分，代表在睡不好的時候你有 40 分的信心不使用物質。

當參與者填寫完問卷之後，個管師在當下統計完分數後向參與者分享分數的意義並結合來訪者的狀況進行訪談。

可直接詢問參與者使用什麼物質、是在什麼樣的情況下使用物質、第一次接觸的情境、使用物質對參與者的影響。在詢問的過程中除了增加對參與者的了解外，在心裡也可以開始形成初步的評估，思考參與者目前屬於哪個改變階段 (懵懂期、沉思期、準備期、行動期、維持期)。態度需抱持好奇、不批判。可參考以下的問題進行詢問：

- 請問你目前是因為哪一種藥物而來三四級講習的呢？
(評估參與者使用物質可能出現的身體症狀及成癮性等)
- 現在在什麼樣的狀況下繼續使用呢？
(評估參與者初次使用的情境和後續使用情境的異同，以及什麼樣的原因使參與者繼續使用；此外也可評估參與者對風險情境的辨識程度)
- 在使用時的感覺如何呢？
(評估物質對參與者的影響、是什麼原因使參與者依賴物質)
- 在什麼樣的狀況下會用比較多？

(評估參與者使用物質背後的需求，如：為了消除某些不舒服的情緒、滿足人際需求、顯示獨特性等)

- 你怎麼看這件事呢？

(評估參與者對物質使用的看法、對成癮風險的敏感度以及接受戒癮治療的可能性)

在詢問階段結束後，個案師可初步評估目前參與者使用物質的原因，以及物質使用對生活的影響，個案師可選擇一個參與者在敘述時可能引起改變的主題再進行深入一點的討論，並進入下一步-誘發的階段。

C. 誘發：意圖使參與者開始重視物質使用的問題(3-4 分鐘)

了解參與者的理想狀態與現實狀態的落差、給予正確知識與建議、肯定參與者的優勢、激起希望感。協助參與者多談一點他想要變成的樣子、期待的樣子，或是針對生活、用藥與理想狀態的落差與矛盾。引導參與者覺察自己的矛盾，並在下階段給予建議與回饋。

a. 誘發「改變對話」 - 非教導個案擁有動機，而是喚起個案心中原有的動機。

並非每個技巧都會使用到，還是要以實務現場遇到的狀況靈活運用。

- 回顧過去：引導個案說說曾經發生的好經驗，這些經驗是否還會在現在出現。
- 想像未來：如果目前的生活再繼續下去，未來會如何？(語速慢、引導參與者慢下來思考，可適時的沉默讓個案沉思)
- 正反考量：引導個案思考維持現狀、改變現狀的優缺。如果維持 (改變) 現狀對你的好處 (壞處) 會是什麼呢？
- 使用極致：如果都不改變最糟的狀況會是什麼呢？
- 量尺問句：你對目前的生活滿意嗎？如果 10 分是非常滿意、0 分是非常不滿意，你會落在幾分呢?(探索分數的意義)，可以做些什麼再多一分呢?(多問為什麼讓參與者多思考自己目前的處境以及可以改變的方式)

D. 發展計畫：將本次簡短介入之結果回饋給參與者(1-3min)

總結本次的談話，並予以正確的衛教與建議，並詢問參與者對戒癮治療的期待。

a. 總結談話-協助參與者看自己使用物質的脈絡。

個案師統整本次參與者所分享的經驗，並提醒參與者使用物質的風險為何，肯定參與者的優勢並講選擇權回歸給參與者。

b. 發展計畫-介紹白話的介紹嘉南療養院的資源，這些資源可以幫到參與者什麼

參與者可能在本次談話結束後仍沒有戒癮的想法，但從晤談的過程中可以看到參與者生活上的一些困擾(情緒、人際、家庭等)，可以透過跟參與者分享參與戒癮治療不僅可以改善物質的使用，節省金錢外，也可能可以間接改善參與者生活上所面臨的困擾。

c. 結束談話-強調選擇權在參與者身上，若日後有需求都可以來嘉療尋求協助。

感謝參與者本次的分享，強調參與者是可以做選擇的，但如果之後需要協助這會是一個可靠的資源，並給參與者嘉療戒癮治療的聯繫方式。

IV. 不同風險程度結合簡短介入與動機式晤談之舉例

A. 風險評估準則

風險評估是簡短介入中很重要的一環，依據風險提供個案不同程度的衛教與介入。風險評估可以用兩種層面來進行，一個是以 **DUDIT 進行測量，分數的評估與治療建議如下表**。除了量化的測量外，個管師也可自行評估參與者使用藥物的風險，像是使用頻率、使用量、使用情境、是否已影響生活、在健康、人際以及經濟等。

DUDIT 成癮程度評估標準 1

將 DUDIT 每一題相加總得分，依據下表參照治療建議		
分數	定義	治療建議
♂男性 5 分以下	低危險 使用者	目前您藥物使用的情形，屬於短期使用上不至於造成明顯傷害，但所有的成癮藥物在長期使用都容易造成身體與心理上的症狀與影響，建議您還是考量逐漸增加正向的休閒娛樂，減少會接觸這些藥物的場合，避免後續如健康、心理或司法上的後遺症。
♀女性 1 分以下		
♂男性 6-24 分	藥物 濫用	您已達到藥物濫用診斷，您使用藥物的狀況會導致您的身心健康、社會、心理、職業等功能產生傷害，建議您認真考慮停止這些藥物的使用，尋求專業的醫療人員協助，重拾健康的生活。
♀女性 2-24 分		
♂♀男/女性 ≥25 分	藥物 依賴	您已達到藥物依賴診斷，有藥物成癮的現象，除了目前可能已產生後遺症，持續使用將對您的身心健康造成重大的損傷，請您務必停止這些藥物的使用，並尋求專業人員的協助，並考慮運用藥物與心理治療處理身癮與心癮的問題，重拾健康的生活。

B. 不同風險程度對應之工作目標

在簡短介入中不同的風險程度會對應到不同的工作目標、晤談方向及處遇建議。以下為不同風險樣態之簡短處遇內容 (蔡震邦, 2021)。

風險程度	目標
偶發性的輕度使用 (低危險使用者)	協助參與者正視使用的劑量與頻率，因藥物使用衍生的生理、心理、社會、法律、人際等問題。
具風險性使用 (藥物濫用)	讓參與者看見因使用物質對生理、心理與社會已造成的影響，以及對對情緒、身體造成的損害，協助參與者描繪出自己是如何進展到這個地步，與參與者討論減量、戒除的可行性，並鼓勵參與者付諸行動。
物質依賴 (藥物依賴)	關切使用者因濫用物質所造成的危害與功能的損壞，協助參與者理解藥物濫用的影響、提醒參與者在物質使用時當身體出現難以控制的狀況時應尋求協助；強調戒癮治療方案的多元性以及接受戒癮治療的好處。

C. 不同風險程度之簡短介入與動機式晤談舉例

以下針對不同風險程度的參與者使用簡短介入與動機式晤談之舉例。

- **偶發性的輕度使用情境舉例：**
 - | 參與者：男性、25 歲、職業:餐廳內場。個案自述僅使用一次，且之後未再使用。
- 策略：澄清物質使用的風險，協助參與者辨識風險，強化拒絕再次使用物質的決心。

對話範例

個管師：請問你目前是因為哪一種藥物而來三四級講習的呢？

參與者：就跟朋友聚會的時候，朋友拿 K 菸給我抽拉。我也只用這一次，之後就沒再用了。用這個又沒什麼感覺。

個管師：你剛剛提到是朋友找你一起使用的，通常都是在哪種情境下朋友會找你一起用呢？

參與者：就大家一起出去玩的時候啊，酒店、舞廳很多人在用啦。

個管師：跟朋友在一起的時候會不會有那種沒有用就好像過不去的感覺呢？

參與者：他們是不會強迫我啦，但是齁，阿就去了就會用啊～

個管師：那你怎麼看這件事呢？

參與者：其實吸那個也不會怎麼樣，又不是在吸很重的毒，只是要來參加這個很麻煩啦。而且我是用抽的用不是用吸的，包尿布什麼的，不會啦！

個管師：聽起來好像你對使用K菸有一些認識耶，也知道其實那是對身體有一些危害的東西，但其實吸K長久下來也會對膀胱造成影響，膀胱會變小，可能會頻尿、尿急等問題，嚴重的話整個膀胱都要重建喔！

參與者：是喔！

個管師：對阿！那是什麼讓你選擇之後不再使用呢？

參與者：其實那個K齁，是朋友的朋友的啦！就那一次臨檢被抓到後就沒再跟那個朋友聯絡了！遇到這件事我也覺得很麻煩啦！我家人知道後罵死我耶！

個管師：好像吸K這件事帶給你蠻多的困擾的，但同時我也好奇如果又遇到相似的情境的話，你會怎麼做呢？

參與者：就不會跟他們見面了啦！

個管師：你會怎麼少跟他們見面呢？你會對他們說些什麼或是做些什麼嗎？（強化個案對於拒絕的想像）

參與者：就說我要工作啊！不然就不要出門！

個管師：這好像是一種方式，但這樣會不會影響到你的人際關係呢？

參與者：不知道耶！

個管師：可以請您幫我排列目前生活中你跟朋友在一起常做的娛樂嗎？

參與者：吃飯、喝酒、去舞廳、釣蝦

個管師：在這幾個活動中，當你們在做些什麼時是比較不會接觸到毒品的呢？

參與者：在外面吃飯或是一起去釣蝦的時候吧！

個管師：你幫我評估看看喔！剛剛你提到來這邊讓你滿困擾的！如果你想要減少在遇到這一類的困擾，但又可以和朋友保持連結，你覺得可以多做哪些事、或是少做哪些事嗎？

參與者：可能少去舞廳或是喝酒吧！

個管師：如果少去這些地方你會用什麼樣的方式來打發時間呢？

參與者：可能在家裡待著吧！

個管師：所以如果可以少去這些地方，改成在家待著，似乎可以讓你減少在碰到 K 的機會，但同時你也可以選擇去較少接觸到 K 的場合與朋友聚會。若之後都沒碰到 K 的話，那你對未來有什麼樣的想像或是規劃嗎？

參與者：目前可能繼續現在的工作吧，希望有天可以開自己的餐車。

個管師：你想要開什麼樣的餐車呢？

參與者：我想要開沙威瑪的餐車。

個管師：在你的想像中，那台車會長得什麼樣子、會是什麼樣的顏色呢？

參與者：可能會像是一般的小貨車、可能是藍色的。

個管師：會是藍色的小貨車。那時候在賣沙威瑪的你會是什麼樣子的呢？

參與者：這個我倒是沒想過，但可能會蠻開心、但有點辛苦吧！

個管師：那個開心會像是什麼呢？

參與者：像是終於有自己的店了吧！可以自己當老闆

個管師：聽起來有點像可以掌握自己的生活了、不用受制於其他人。

參與者：可能吧

個管師：那要怎麼做才可以在未來有一天有自己的餐車甚至是掌握自己的生活呢？

參與者：可能要多存錢吧！還有練一些煮東西的技術

個管師：這些都是很具體的想法，我也覺得有這樣具體的期待很不容易。相信有一天你可以實踐這樣的計畫。這邊也提醒你若之後遇到可能會使用到毒品的情境時，記得我們剛剛提到的因應方式，像是少去這樣的場所，或是再遇到有人要那給你的時候，想想你對未來的期待，如果不小心使用，可能會又面臨需要來裁罰講習的困擾，也會花費滿多錢的。

參與者：好！

個管師：如果之後有關於毒品或是物質使用上的疑問或是困擾，都可以到我們醫院進行諮詢，我們都很願意協助您。之後我們會再一個月和三個月後打電話連繫您進行追蹤，也關心一下你之後的狀況。

參與者：好

個管師：那最後你有什麼樣的疑問想要問問看的嗎？

參與者：沒有

個管師：好的！那今天謝謝你的分享，你的經驗對我們來說是非常寶貴的

參與者：哈哈，沒有拉！

個管師：謝謝你囉，如果有想到什麼樣的問題都可以來問喔。

參與者：好

個管師：謝謝。掰掰

參與者：掰掰。

- 具風險性使用情境舉例：
| 參與者：女性、21 歲、職業：舞廳小姐、使用物質：K 他命。頻率：
每天使用長達 1 年；DUDIT 分數：19 分。
- 策略：說明物質對身心影響的實際情形、表達對使用物質後各方面的關切、分析戒除物質的益處、持續使用可能會造成的影響，鼓勵參與者保持生活中的正向資源。

對話範例

個管師：從量表的結果來看，好像使用好一段時間了耶！

參與者：對阿

個管師：通常都是在什麼樣的情形下用的呢？

參與者：上班阿

個管師：請問您的工作是？

參與者：我在 X X 舞廳上班。

個管師：使用的目的是什麼呢？

參與者：就客人拿給我抽阿，你在工作能不抽嗎？

個管師：聽起來好像有一點生氣？

參與者：對阿！你以為我很喜歡喔？！阿就是要工作啊

個管師：好像在那樣的工作場合中，即使不喜歡也好難拒絕。

參與者：對阿！

個管師：除了工作的場合外，平常也會使用嗎？

參與者：有時候拉

個管師：通常是什麼時候呢？

參與者：睡不著或是心情不好的時候。

個管師：常常睡不好嗎？

參與者：恩

個管師：通常都怎麼睡不好呢？

參與者：就睡不著阿、很阿雜

個管師：很阿雜的時候通常會想到什麼嗎？

參與者：工作啊、錢啊

個管師：目前經濟壓力很大嗎？

參與者：對阿

個管師：在經濟上遇到什麼樣的困難呢？

參與者：養小孩啊！房租阿！還有一些債.....

個管師：什麼樣的債務呢？

參與者：前男友用我的名義去借錢，小孩生下來他就跑了

個管師：在生活上有很多壓力讓你覺得很阿雜、壓力很大。小孩多大了？

參與者：3歲

個管師：多是誰在照顧呢？

參與者：早上都是我在顧，晚上給我媽

個管師：聽起來真的不容易，早上要帶小孩、晚上要上班，對21歲的你來說真的不是輕鬆的事。

參與者：哀～其實也還好啦，習慣了就好

個管師：除了在上課難以拒絕使用K他命外，剛剛你也提到心情不好、睡不好也會用，但其實使用K他命短期可能暫時會讓心情好一點，但長期其實會讓焦慮、憂鬱的狀況增加耶！你知道這個嗎？

參與者：是喔！我不知道。

個管師：那你知道K他命還有哪些影響嗎？

參與者：我目前用起來也還好，有時候無聊會想用這樣，其實跟抽菸差不多吧。

個管師：的確像是抽菸，但比起抽菸，K菸長期下來對膀胱功能也會有影響，像是會頻尿、急尿等。我有點擔心繼續使用下去會對你的生活造成負擔。如果再繼續使用下去你覺得會怎麼樣呢？

參與者：其實我也不敢想，我也想換工作啊！

個管師：你想換什麼樣的工作呢？

參與者：我也不知道，可能把債還完就會換工作了吧！

個管師：換工作的目的是什麼呢？

參與者：總不能讓小孩懂事之後，知道媽媽在做這個吧！

個管師：小孩似乎對你很重要，但如果繼續使用 K 他命你覺得對小孩的影響會是什麼呢？

參與者：我都會躲起來抽，不會在他面前抽。

個管師：妳為了小孩在抽 K 上面也蠻小心的，但有時候還是會有二手 K 殘留，可能長期下來對年紀這麼小的小孩在發育上會有影響。

參與者：會這樣喔？！

個管師：這是很有可能發生的。如果不停用你覺得會有什麼好處呢？

參與者：就像現在這樣吧，可以在上班的時候跟著抽，避免一些麻煩。有時候抽完會比較放鬆。

個管師：好像可你讓你更容易地融入環境。但不改變的代價是什麼呢？

參與者：不改變，可能生活會繼續這樣吧

個管師：可能會維持目前的生活外，似乎也會影響自己跟小孩的健康。

參與者：是.....

個管師：所以似乎不改變的好處是可以維持原本的生活、在工作上會少一些麻煩，但會對身體造成傷害、也會對孩子的健康有所影響，從你剛剛的分享中可以感覺到你很重視女兒。在生活中除了抽 K 菸外，還有什麼是可以讓你覺得放鬆或是做起來開心的呢？

參與者：..... 可能是滑手機、看一些 IG 或是小紅書之類的吧！有時候我也會煮一些東西。

個管師：做那些事情會讓你稍微放鬆一點，但當你一個人的時候，會覺得特別難獨處嗎？

參與者：有一點吧！無聊的時候，我就會吸 K 菸。

個管師：有時候要獨處也不是那麼容易。但維持這樣的生活聽起來也不是這麼的滿意。

參與者：恩恩

個管師：我們單位有提供一些資源，可以提供一些在獨處時可以感覺好一點、也可以減少使用物質的服務。

參與者：是喔！

個管師：像是我們醫院有開一些戒癮團體，可以再你獨處想要使用毒品時，可以有一些空檔讓你可以稍微停下來，增加自己獨處的能力也減少 K 他命的使用。

參與者：恩恩，要錢嗎？

個管師：是需要負擔費用的，但這政府在這部分挹注蠻多資源的，如果後續您有決定要參與，細節可以再談。工作的部分可能有時候很難避免，但如果可以在生活上減少用量或許會對您的情緒、健康、還有女兒的發育都會有幫助。有興趣的話這邊可以幫您留資料，或是你也可以之後來掛號，掛我們的成癮特別門診就可以囉！

參與者：我再考慮看看。

個管師：好的，如果之後有需要都可以聯繫我們，如果決定要參與可以跟我們說一下，因為你今天參與我們的計畫，之後自行戒癮的話可以領取禮卷 400 元喔！

參與者：好

個管師：我們今天就到這裡囉，謝謝您，掰掰！

● 物質依賴情境舉例：

 | 參與者：男性、28 歲、**職業：務農**。使用物質：K 他命、安非他命。
 頻率：每天使用長達 3 年；DUDIT 分數：30 分。

- 策略：關切使用者因濫用物質所造成的危害與功能的損壞、協助參與者理解藥物濫用的影響、提醒參與者在物質使用時當身體出現難以控制的狀況時應尋求協助；強調戒癮治療方案的多元性以及接受戒癮治療的好處。

對話範例

個管師：從量表上面看，目前物質的使用情形已經到藥物依賴的程度了，而且同時兩個物質，分別是安非他命跟 K 他命，你都在什麼樣的情境下使用這兩個物質的呢？

參與者：K 他命比較多是跟朋友一起用，安非他命比較多是要提神的時候在用。

個管師：目前哪一種藥物用比較多呢？

參與者：K 他命吧！

個管師：是什麼讓你使用 K 他命長達 3 年呢？

參與者：就都是因為朋友的關係啦，就大家一起抽菸阿，其實那個也還好啦！

個管師：這麼長時間使用會不會對身體造成影響呢？像是長期抽 K 煙會產生焦慮或是憂鬱的情緒，膀胱功能也會受影響，像是急尿、頻尿，長期使用安非他命也會對大腦造成傷害，可能會情緒不穩、出現幻覺或是睡不著之類的。你有類似的狀況出現嗎？

參與者：可能有一點吧！我常常會覺得很阿雜，不知道這樣算不算，也會睡不好。

個管師：這也有可能是因為藥物使用引起的，你願意多說一點你目前觀察到的身體或是心理的變化，我們一起來看看藥物對你身體造成的負擔，不然我有點擔心繼續這樣下去你的身體會出現難以挽救的傷害。

參與者：阿就常常覺得很煩，很煩有時候就會去找朋友，就會一起吸 K 菸，其實我也沒有很喜歡抽 K 菸，但就是大家聚在一起就會抽。

個管師：好像想要解決那個煩，你所做的是去找朋友，那找完朋友通常會有什麼樣的不一樣嗎？

參與者：就當下會好一點，但之後還是會很煩。

個管師：那除了很煩你的身體會有什麼樣的不一樣嗎？

參與者：我覺得最近尿尿的次數好像有變多，但我也覺得不太敢去想這個。

個管師：怎麼說不太敢去想這個？

參與者：之前有聽說吸這個膀胱會有影響，但是之前覺得沒那麼嚴重。

個管師：現在好像有一些症狀出現了耶，如果放任不管的話可能會對膀胱有嚴重的影響，再拖下去嚴重的話可能整個膀胱都要重建。

參與者：會這麼嚴重喔?!

個管師：這是有可能的，你這麼年輕，有沒有想過繼續下去的話會你的人生會是什麼樣子呢?

參與者：沒有想過，但可能跟你講得一樣會不太好吧。

個管師：那如果生病的話有人會照顧你嗎?

參與者：應該沒有，我自己的事都自己處理。

個管師：你身邊沒有比較親近的家人或朋友嗎?

參與者：跟家人比較少聯絡，朋友就那些。

個管師：你的家人或朋友知道你目前身體出現頻尿或是心情阿雜的狀況嗎?

參與者：這個比較不會去聊。

個管師：是朋友或是家人表現比較脆弱的那一面似乎不是容易的事嗎?

參與者：對阿，不要造成別人的負擔嘛

個管師：你很擔心自己會讓別人有負擔。那你都是在什麼時候使用安非他命呢?

參與者：不一定耶，有時候比較忙要提神才會使用。

個管師：通常在什麼時候會比較忙然後會去使用呢?

參與者：就是工作比較多的時候，有時候要收成的時候。

個管師：整個工作都是你一個人負責的嗎?

參與者：沒有，是我外婆家的田，舅舅也會一起來做，但主要都是我在用。

個管師：大概多久會用一次安非他命呢?

參與者：這個比較少可能三四個月一次吧。

個管師：雖然安非他命使用的頻率比較少，但多重藥物使用對身體的危害是很大的。嚴重的話可能會致死。

參與者：這樣喔.....

個管師：對啊!如果繼續使用下去，當身體出現不舒服或是不對勁十時，

還是要尋求專業醫療的協助。而且雖然你很多時候都是用 K 去解決情緒問題，但聽起來只能得到短暫的緩和，效用結束後還是會心情不好，而且即使用 K 可以跟朋友有個在一起聚會的媒介，但回到一個人的時候還是要面對那些情緒，會不會有時候覺得有點孤單呢？

參與者：……有時候會這樣覺得

個管師：聽起來獨處時的感受常常讓你難以忍受。

參與者：對

個管師：如果你願意的話，其實我們單位有很多資源可以協助你處理自己的情緒，如果可以少一點阿雜的感覺，你覺得會有什麼不同嗎？

參與者：我可能就會比較少去找朋友吧！

個管師：比較少找朋友會影響到你的用藥嗎？

參與者：會吧！我比較多是心情不好才會去找朋友。

個管師：在我們的單位有一些戒癮的團體或是課程，雖然名稱是戒癮，但其實都是幫助我們更了解自己，像是知道自己阿雜的原因，如何跟這個阿雜好好相處。我想目前你身體已經出現一些用藥的症狀，如果從現在開始做一些調整，可能可以降低出現嚴重身體損壞的情形，就像你提到的如果不想最後麻煩別人，或許現在是一個好的時間點，學習讓自己的狀況不要變差。

參與者：恩恩。我想想。

個管師：這部分你可以認真考慮一下，要改變用藥習慣跟面對不喜歡的情緒不是容易的事情，其實你可以不用一個人面對，這邊有些單張你可以回去看一下，如果有需要或是疑問可以跟我們聯繫。

參與者：好

個管師：我們今天就到這裡囉，謝謝您，掰掰！

參與者：掰掰

V. 常見問題

i. 當參與者抗拒時 - 思考抗拒背後的可能性。

參與者可能因僅使用一次就被發現、使用多次不想承認或是覺得這是一件沒什麼大不了的事情，但卻被懲罰，因此感到不愉快，想要否定司法制度或專業介入。當參與者出現抗拒時，個管師可以簡單摘要參與者感到不愉快的因素並同理參與者的情緒。(* 同理情緒並非認同個案的行為)。

個管師：請問第一次接觸到物質時是在什麼樣的情境呢？

參與者：就朋友拿給我啊！我好奇吸一口就被抓到了！來這邊有夠浪費時間，我還要請假，工作沒了怎麼辦！

個管師：只用一次就被發現、又要請假過來讓你覺得很衰、很不爽。那你當下使用的感覺怎麼樣啊？

參與者：其實也沒什麼感覺啊，就跟著大家一起用！

個管師：那朋友拿給你的時候，你會有什麼樣的擔心嗎？

參與者：他們就都在用，那時候想說應該不會怎麼樣，但就這麼剛好被抓到了。

個管師：其實長期使用還是會對身體有影響.....(開始衛教)

當參與者除了對要來三四級裁罰講習感到不滿外，甚至開始攻擊個管師，個管師可以視情況以上述的方式同理參與者，或是情況向參與者確認是否繼續評估。參與者的憤怒很多時候不見得是針對個管師，而是對於體制的的不滿、不想來參與裁罰講習、生活上的委屈無處宣洩或是僵化的人際互動模式等，而當遇到這樣的狀況時須先保護自己，選擇結束評估也是一種方式，並於裁罰講習後提出討論。