

# HRS破解攻略

PS33 - 尖沙咀中心

夏民光先生

12/11/2010



香港基督教服務處 HONG KONG CHRISTIAN SERVICE

©2007 Hong Kong Christian Service

0

## 背景

- PS33一直採用認知行為預防重吸模式 (Cognitive-behavioral Relapse Prevention Model) (CBRP)
- 組織力(**Organization**)：  
回想及整理濫藥經驗，以探搜濫藥高危處境
- 想像力(**Imagination**)：  
想像自己置身於可能的高危處境，並找尋應對方法
- 表述能力(**Articulation**)：  
清楚形容自己的感覺及需要，以準確描述自己的經驗及狀況

12/11/2010



香港基督教服務處 HONG KONG CHRISTIAN SERVICE

©2007 Hong Kong Christian Service

1

## 計畫目標

製作一隻可強化濫藥青年處理HRS的輔導光碟

- 收集及組織本地濫藥者的戒藥經驗及智慧
- 透過影像化的仿真濫藥高危處境及對應技巧補足濫藥青年在**OIA**方面的不足
- 為業界提供有效的輔導工具

12/11/2010



香港基督教服務處 HONG KONG CHRISTIAN SERVICE

©2007 Hong Kong Christian Service

2

## CBRP 三個基本概念

- 濫藥者的毒癮發作與八種重吸的**高危處境** (High Risk Situations) 緊緊扣連：
 

1) 不開心的情緒；	2) 身體不舒服；
3) 開心的情緒；	4) 試試自己對藥物的控制能力；
5) 有濫藥的衝動；	6) 和別人有磨擦；
7) 朋輩的引誘/壓力；	8) 與朋友快樂地一起時
- 重吸是一個**過程**。戒藥者若能於「完全重吸」(full-blown relapse)前停下來便不會重吸：

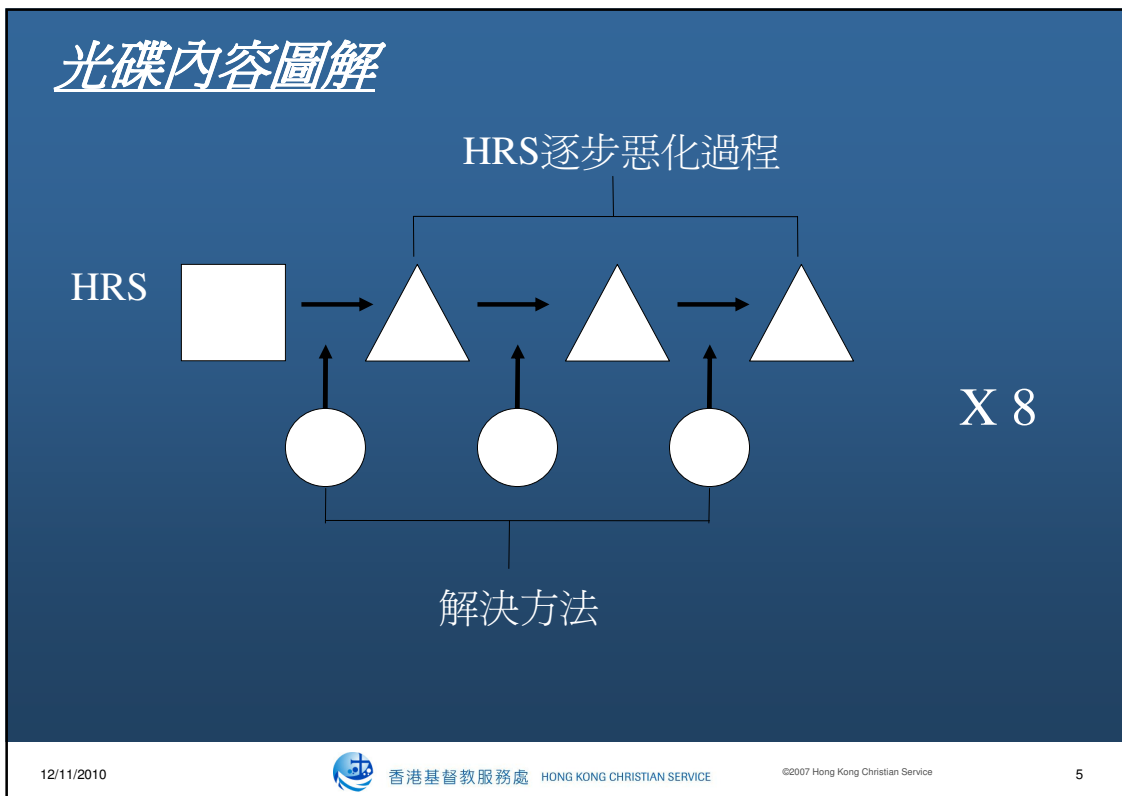
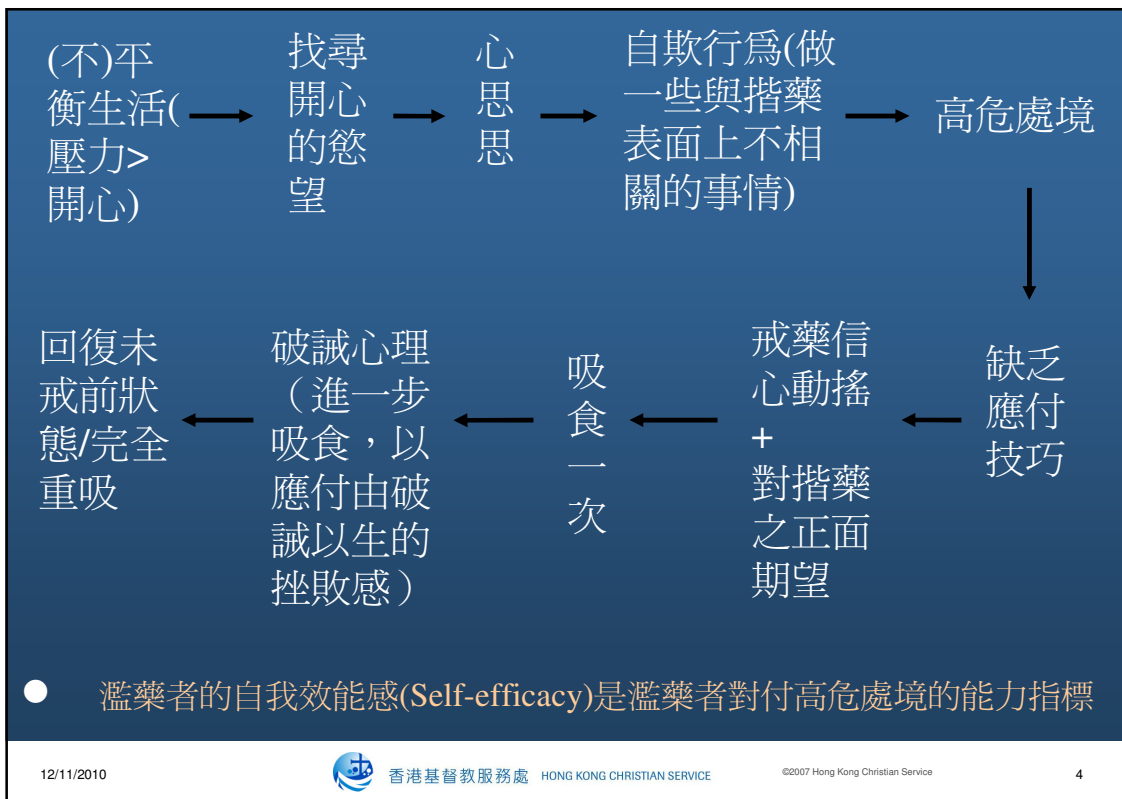
12/11/2010



香港基督教服務處 HONG KONG CHRISTIAN SERVICE

©2007 Hong Kong Christian Service

3





謝謝

12/11/2010



香港基督教服務處 HONG KONG CHRISTIAN SERVICE

©2007 Hong Kong Christian Service

8