

抗毒 非凡之旅

Project of "*Marvellous Trip for Resisting drugs*" -
Professional Integrated Training Course

專業綜合培訓課程教材套

深造課程教牧篇



基督教巴拿巴愛心服務團



禁毒基金

目錄

1-2 序

3 編者的話

4-11 青少年次文化站

- 青少年次文化
- 從聖經角度看成癮行為

12-40 信仰輔導站

- 戒毒輔導——全人關顧模式
- 十二步驟——協助成癮者康復之工具
- 敘事治療——由複雜創傷出發

41 參考資料

42 鳴謝

序(一)

聖經歌羅西書第一章28節：「我們傳揚他、是用諸般的智慧、勸戒各人、教導各人，要把各人在基督裡完完全全的引到神面前。」

基督教巴拿巴愛心服務團是為女性而設的福音戒毒院舍，不論背景或信仰，只要有心戒除毒癮，我們都樂於接待，同度人生路上崎嶇的一段。

每一位吸毒者背後都有不同的經歷，可惜他們大都誤以為毒品是一種可駕馭的選擇，豈料卻越陷越深，更增添生命的傷痛！

要配合當事人不同的性情和需要，作出介入、挽回，是充滿挑戰的工作，然而，正如聖經所說，我們努力的背後，正是嘗試用不同的智慧和方法，讓當事人可以在基督的愛裏蛻變、重生。

這本教材套，正是集合了不同範疇的專業人員、導師、工作人員的經驗，連同家長、過來人的分享，再加上多位同工的心血而成，盼望能為業界提供多一份參考，為有需要的家庭送上鼓勵。

更願神讓這教材套，在黑暗的角落滲透亮光！

基督教巴拿巴愛心服務團
執行總監 梁燕珍

序(二)

君子以思患而豫防之。青少年吸毒的情況日益嚴重，而隱蔽性個案及強制性檢驗更在近期社會掀起熱烈討論，不過要根治問題的首要考慮，始終是如何防止青少年踏上吸毒之途。本人在教學及輔導工作期間留意到許多老師及社工均希望就如何教導學生遠離毒品、如何辨識有需要的學生、以及如何適時介入進行輔導獲得更有系統的培訓，可惜一般師訓或社工課程未能全面滿足這方面的需求。

本人與基督教巴拿巴愛心服務團已合作多年，十分欣賞她們在輔導及治療女性戒毒者方面所作出的貢獻，近年他們亦致力參與預防吸毒的教育工作，並設計出MTR計劃，正正填補了上述在培訓方面的空白。

MTR計劃是專門為那些經常接觸高危青少年和吸毒者的非禁毒專業界別人士（社工、朋輩輔導員、青少年團契導師等）而設的禁毒綜合培訓課程。透過完成一系列的專業培訓單元，讓學員能深入認識毒品問題及掌握實際處理吸毒行為的技巧。而計劃亦包括展覽活動及教材套製作以加強公眾人士對青少年吸毒問題的理解及對相關康復服務的認識。

這本「抗毒非凡之旅」專業綜合培訓課程教材套是MTR計劃首次全面推行後的總結，不單見證了計劃的成果，亦期望可以作引玉之磚，令社會更重視預防青少年吸毒的培訓工作。

香港中文大學教育心理學系
副教授 蕭鳳英

編者的話 — 「抗毒非凡之旅」的啟程

兩年前我們的團隊察覺到在禁毒專業培訓上的服務空隙——業界欠缺一些為經常接觸高危青少年的非禁毒專業界別人士（例如青少年服務的同工、教會的事奉人員等）而設立有系統的禁毒培訓，故此，我們期望能為這些人士設計有關最新吸毒趨勢，以及戒毒治療方法的綜合培訓課程。

還記得有一天當我下班時，正想著如何將這個計劃理念落實為有系統的培訓之際，見到車廂裡的路綫圖，腦海就浮起「**MTR**」這個計劃名稱及整個課程的規劃理念圖：當參加者開始報讀課程時，便開展了非凡的學習體驗之旅，透過完成一系列的專業培訓單元，於各站掌握基礎禁毒知識，再按自己的界別及需要轉乘至其他路線，深入認識毒品問題及掌握實際技巧，協助有這方面需要的青少年。承蒙香港中文大學教育心理學系副教授蕭鳳英博士與本機構合作，為課程內容提供寶貴的意見；此外，亦有賴當時的工作隊友陳家寶同工及王鴻玲同工，與我一起構思計劃內容，就此「**抗毒非凡之旅**」專業綜合培訓課程計劃 (Project of “Marvellous Trip for Resisting drugs”，簡稱「**MTR**計劃」)正式啟程。

此「**抗毒非凡之旅**」專業綜合培訓課程教材套正整合了「**MTR**」培訓課程的內容，並搜集多位講者（包括精神科醫生及護士、臨床心理學家、資深禁毒工作社工、各區警民關係組警長及禁毒達人等）的分享資料編製而成。在此衷心感激各位曾參與課程的主講嘉賓，透過他們的經驗分享，此教材套才得以順利完成。最後，特別向與我並肩作戰的編輯小組成員周文婷同工及謝秀怡同工表示謝意。

本教材套共有三冊，包括**基礎課程篇**、**深造課程社工篇**及**深造課程教牧篇**，並備有教材光碟，非禁毒專業界別人士、禁毒專業工作者、家長及教師也適合使用。

基督教巴拿巴愛心服務團
高級項目經理 冼家慧



青少年次文化站

- 青少年次文化
- 從聖經角度看成癮行為

青少年次文化

我們應如何看待青少年

談及青少年的特性，我們往往會研究不同的成長心理學理論了解他們的需要，如Erikson的成長八階理論。但真正了解青少年，除了參考不同的成長心理學理論，我們亦需要在實際層面上思考現時我們所面對的是一群在甚麼環境(context)下成長的青少年，而我們又是以什麼角度看待他們。惟有清楚了解這一代青少年所身處的環境以及他們的心態，才能令我們以更客觀的角度看待他們，並提供切合他們真正需要的服務。突破機構總幹事梁永泰博士曾分析看待青少年的不同角度：

- **青少年是失喪靈魂、等待拯救：**強調青少年「一代不如一代」，需要我們去打救，使其悔改認罪；
- **成長心理學：**每一代青少年都是一樣，所需要的改變不大。這角度沒有理會歷史、時代的變遷；
- **青少年是社會的產品：**青少年受社會風氣影響，因此要注意社會系統對他們的影響，包括媒介、家庭、學校、甚至教會制度；
- **青少年是受保護的動物：**心智未成熟的青少年要嚴加保護，以免他們受負面的媒介影響；
- **青少年是建設社會的力量：**重視青年的社會參與。

我們需要知道以上每一個角度或許都有其偏頗之處，故不應以單一的角度理解青少年問題，反而應該明白可從不同的角度著手，對青少年有更全面的了解。

這一代青少年身處的環境

任何關於青少年和青少年文化的討論都不能抽空於其身處的社會、文化、宗教、政治及經濟環境，而現今一代的青少年所處的環境氛圍已與上一代的截然不同。

青少年指的是十多歲至二十歲出頭的，他們所經歷的主要是過去二十年左右，即九十年代至今的社會氣氛。他們沒有經歷六四事件，但當時社會的不安及上一代對中國的愛恨卻或多或少影響著他們的身分認同；經歷九七回歸，他們於懂事與未懂事之間迎接香港於回歸後的轉變；見證沙士疫情中香港人的團結；近年更面對社會矛盾的加深，面對與內地的接觸和衝突，衝擊著他們思考自己「香港人」的身分。套用任志強博士的分析，這一代青少年就是在「身分浮動不定，對過去既眷戀又厭棄，對未來既渴望又恐懼，前景充滿變數，心理焦躁不安，極度欠缺安全感」的大環境下成長。這大環境下衍生出這一代青少年獨有的次文化及不能忽略的需要。

當代青少年次文化與吸毒趨勢的關係

青少年次文化涉及多方面的探討，由於篇幅所限，下文集中討論媒介影響下的青少年次文化。

1. 流行用語

九十年代至今，香港的流行文化隨著各種媒體的發展迅速普及。「潮語」是其中一種不斷創新的流行文化。青少年之間很多時候流行著其自創的用語，如部分青少年愛用「巴打/絲打」來稱呼討論區的用家；以「是咁的」作文章或講論的開端；用「認真你就輸了」來回應吃力不討好的行為，甚至表達嘲諷的意味。懂得正確使用這些用語，才表示大家是自己人，有著相類似的背景或特質。故青少年之間流行用語的使用往往帶有一些群體身份的象徵意義，同時自創的用語亦表達出他們重視個人對文化的理解。了解青少年使用的流行用語，或多或少可以藉此了解他們的特性以及心態。而在吸毒的青少年群體中，他們亦創造出屬於他們的一套用語，以致一使用這些語句，就知道對方是有共同習慣的一群（有關青少年吸毒者常用之術語，可參考本教材套《基礎課程篇》）。

2. 速食文化

多年來媒體的發展，其形式上的轉變亦造就了青少年不一樣的生活文化。電視、電腦以至智能電話，完全改變現今青少年的生活模式。人與人的溝通更多地依賴電腦、智能電話等網絡媒介。輕易從不同媒介最快取得資訊的他們已習慣追求視覺或影像資訊接收，他們追求及時行樂、即時感覺，例如他們生活上的大小事都慣於即時上載至Facebook或Youtube，喜歡在網絡上分享個人的感受。「半分鐘也不願等」正是現今青少年的心態，從現時吸毒青少年最常接觸的毒品種類亦可得知。K仔是現時最受吸毒青少年歡迎的毒品，除了價格較其他毒品便宜，這與K仔本身「方便」的吸食及儲存方法很有關係。吸嚟K仔的動作基本上可以於一秒之內完成，甚至有學生於課堂吸K亦不被教師察覺。青少年傾向選擇以最方便、快捷的方式去滿足自己的需要，吸毒行為也不例外，他們傾向選擇以最快的方法達到享受毒品的效果。

3. 網絡化的生活模式

除了上述生活模式的改變，網絡的發展亦促進了青少年在網絡層面對社會事件的關注，由「巴士阿叔」事件，到保衛菜園村、反高鐵，以致表達社會對內地旅客量承受程度的質疑，青少年開始於網絡平台不平則鳴，更會有延伸至在現實中表達意見的實質行動。互聯網成為青少年抒發情緒、揭發不合理的事情和表達對未來的詮釋之空間。現今網絡化的生活模式不單開放了平台讓青少年表達自我，青少年吸毒行為亦同時因快捷、方便的資訊傳遞趨隱蔽化。青少年從網上可獲得大量資訊，甚至在網上或使用手機進行毒品交易。他們整天待在自己或朋友家裡，透過網絡或電話，仍能保持與外界接觸並滿足到自己對毒品的需要，令青少年的吸毒行為更難以被察覺。

以上所述，媒體的發展似乎對青少年文化有很深的影響。普遍教會群體或者會認為青少年單純是媒體訊息的接收者，因而傾向判斷媒體訊息是否「健康」、「正面」，但任志強博士提醒其實「媒介的使用者會自行選取、傳借、挪用、甚至再詮釋媒體的訊息，來建構屬於自己的價值、信念、立場等等」，青少年經年累月接觸某些類型的電影或電視，可能會對色情、暴力、解決問題方法及俗語等有所模仿。但其實青少年於接收媒體訊息之餘，同時亦會從中建構出一套屬於自己的看法。就如一群青少年從媒體認知到國民教育科議題，發現其不可取之處，於是發動了一連串「反國教」的行動。故接觸青少年時，我們需要了解並尊重他們的意見，切忌單以「社會的產品」的角度來看待青少年。

不過面對資訊的泛濫、社會聲音的多樣，加上社會風氣趨向「凡事沒有絕對的對錯標準」，青少年的個人判斷少不免受到一定的限制與影響，有時游走於對與錯之間的灰色地帶。社會上亦有人認為「吸毒是個人自由，不應干預」，若青少年同樣採取以自由掛帥的態度，會影響他們如何看待毒品問題，故尊重青少年意見的同時，有時亦需要對他們作適當的引導。

青少年導師的回應

青少年以流行文化建立身份象徵和界定不同群體，但我們需要教導青少年不能為了「埋堆」而做出傷害自己的行為，包括不應為朋友而吸毒，因為吸毒後的身體狀況，是自己，而不是朋友能代為承受的。同時，在這速食文化的世代下，若我們能教導青少年延遲滿足自己的慾望，凡事三思，顧及後果，能有助他們面對毒品的引誘，以免一想得到毒品便行動。面對網絡文化，我們亦能灌輸正確使用網絡的態度，培養他們辨別資訊真偽的觸覺和敏感度。

另外，作為現今青少年的導師，面對一些道德底線，我們是不能讓步的，否則青少年會開始鬆懈。與青少年溝通的方式可以輕鬆，亦宜開放空間讓他們作思考。雖於現今世代，為信仰去持守道德底線並不容易，易惹來批判，但我們的道德底線卻一定要捉得緊，才能感染他們對道德的持守。當他們走得太快，越過道德警界線時，我們要作出提醒。若青少年因著崇尚自由，認為吸毒只會影響自己而不會損害他人，我們便應讓他們了解毒品的真相。

同時，我們亦宜放下「一代不如一代」的心態去看待青少年。正如黃月英牧師所言，若心裡老是記掛著我們所成長的社會環境，認為現今世代的青少年不及我們刻苦，我們便無法真正了解他們的心態，並考慮他們於此獨特社會環境下的困難。但願我們放下一貫對「八十後」、「九十後」的標籤，重新認識這一代的青少年。作為青少年導師，需要與時並進，要知道青少年的溝通或生活模式會隨時改變，現在宜多運用網絡來進入青少年的世界，察看隱蔽化的行為，亦要有心理準備，可能當我們熟習網絡溝通時，他們已發展出另一個溝通渠道。同時，我們內裡應保持謙卑的心，願意進到他們當中成為同行者。

從聖經角度看成癮行為

青少年的真正需要

很多時教會視青少年問題為洪水猛獸，同時認為青少年出現問題是因為他們未明白真理，只要他們明白到真理，問題自然不會存在。但在聖經裡，耶穌面對帶著不同**問題**的人時，祂並不是為他們祈禱，然後叫他們「平平安安的去吧！」就打發他們離去，亦沒有否定他們所面對的問題的真實性。讓我們透過聖經不同受助者的個案或故事學習耶穌和門徒如何對準人的**真正需要**，我們又可如何回應青少年的成癮行為背後的真實需要。

經文一：美門瘸腿的人

使徒行傳3章1-8節

申初禱告的時候，彼得、約翰上聖殿去。有一個人，生來是瘸腿的，天天被人抬來，放在殿的一個門口，那門名叫美門，要求進殿的人賙濟。他看見彼得、約翰將要進殿，就求他們賙濟。彼得約翰定睛看他；彼得說：「你看我們！」那人就留意看他們，指望得著什麼。彼得說：「金銀我都沒有，只把我所有的給你：我奉拿撒勒人耶穌基督的名，叫你起來行走！」於是拉著他的右手，扶他起來；他的腳和踝子骨立刻健壯了，就跳起來，站著，又行走，同他們進了殿，走著，跳著，讚美神。

很多聖經裡的故事主角多是向耶穌求(ask for)醫治，但這故事主角卻是求(ask for)錢。原因是他的心態(mentality)是已經感到沒有希望，因為在當時的猶太人社會，有病的猶太人不能融入社群。但彼得看到他的真正需要(real need)，不是錢而是醫治，於是施行大能醫治他。得醫治之後，他得著生命的改變，做出不同的動作及行為(actions)，站著、跳著、讚美神。因為經歷了多年患病，現在醒覺(awakening)，就滿心歡喜的去作見證。

經文二：雅各井旁的撒瑪利亞婦人

約翰福音4章6-15節

在那裡有雅各井；耶穌因走路困乏，就坐在井旁。那時約有午正。有一個撒瑪利亞的婦人來打水。耶穌對她說：「請你給我水喝。」（那時門徒進城買食物去了。）撒瑪利亞的婦人對他說：「你既是猶太人，怎麼向我一個撒瑪利亞婦人要水喝呢？」原來猶太人和撒瑪利亞人沒有來往。耶穌回答說：「你若知道神的恩賜，和對你說『給我水喝』的是誰，你必早求他，他也必早給了你活水。」婦人說：「先生，沒有打水的器具，井又深，你從哪裡得活水呢？我們的祖宗雅各將這井留給我們，他自己和兒子並牲畜也都喝這井裡的水，難道你比他還大嗎？」耶穌回答說：「凡喝這水的還要再渴；人若喝我所賜的水就永遠不渴。我所賜的水要在他裡頭成為泉源，直湧到永生。」婦人說：「先生，請把這水賜給我，叫我不渴，也不用來這麼遠打水。」

這位撒瑪利亞婦人正在打水，她希望獲得(ask for)的是井裡的水。當耶穌來到她跟前，她只知道猶太人和撒瑪利亞人各不相干，在她的心態(mentality)裡根本不知道自己需要甚麼。耶穌知道她的背景（約翰福音4章16-19節），也知道她的真正需要(real need)，因此告訴她應得著生命的活水，使她永遠不渴。其後婦人發現面前的就是救主耶穌基督(awakening)，就連水罐子都不要，進城裡告訴別人她遇見彌賽亞(actions)（約翰福音4章25-29節）。

原來一個人醒覺(awakening)之前是會經歷上述的階段。協助青少年時我們不能否定這些階段，但我們必須先看清他們的心態(mentality)和看到他們的真正需要(real need)。因為當有青少年向你或其他人有所要求(ask for)時，其真正需要(real need)未必如他們口中所說或其表面追求的東西，而他們自己也未必清楚自己的真正需要，因此我們要小心處理這些情況。下表就各人所追求的東西、心態和真正需要，將吸毒青少年與上述兩位聖經人物作了對比。

	美門瘸腿的人 (使3:1-8)	雅各井旁的 撒瑪利亞婦人 (約4:6-15)	吸毒青少年	戒毒青少年
所追求的東西 (Ask for)	金錢賙濟	井水	金錢	工作
心態 (Mentality)	絕望，不奢望自己 會康復	不知道自己要甚麼	買毒品，解決當天 生活	得到金錢
真正需要 (Real need)	被醫治	生命的活水	尋找聯繫（與上帝 聯繫，不用單打獨 鬥去面對問題）	工作技能及穩定的 新生活
醒覺 (Awakening)→認清自己的真正需要				
行動 (Action)	走著跳著，進到聖 殿裡讚美神	留下水罐子，進到 城裡告訴別人她遇 見彌賽亞	戒毒，悔改歸主	學習寫履歷表、面 試技巧、自我增值

青少年的真正問題

沉溺行為的形成，往往經過以下步驟：



成癮行為其實象徵著生命的失控，由人一開始想控制自己的生活，認為依靠自己就能掌管自己的生命，到不承認自己的罪，繼而不能停止犯罪，結果生命不受控制。成癮行為往往是因為人錯誤地將自己的價值建立於外在事物上，從外在事物滿足自我肯定的需要，但當發覺有問題時已經無法控制自己與該外在事物斷絕來往。聖經從創世記開始，已有記載人類犯罪，而於犯罪後沒有去處理真正問題(real problem)，以致罪帶來生命失控的後果。我們可從該隱與亞伯的例子，看到罪與成癮行為的關係。

該隱因神喜悅亞伯的禮物而不喜悅他獻的禮物，繼而犯罪殺了兄弟亞伯，之後當神問起時更不承認自己的行為，最後由神點出其真正問題，緣於他「行得不好」，繼續落入生命失控的境地。吸毒的青少年於戒毒過程中，同樣難以找到自己的真正問題，甚至有推卸責任的傾向。輔導員需引導他們面對自己的真正問題。

經文三：該隱殺亞伯

創世記4章3-12節

有一日，該隱拿地裡的出產為供物獻給耶和華；亞伯也將他羊群中頭生的和羊的脂油獻上。耶和華看中了亞伯和他的供物，只是看不中該隱和他的供物。該隱就大大地發怒，變了臉色。耶和華對該隱說：「你為什麼發怒呢？你為什麼變了臉色呢？你若行得好，豈不蒙悅納？你若行得不好，罪就伏在門前。他必戀慕你，你卻要制伏他。」該隱與他兄弟亞伯說話；二人正在田間。該隱起來打他兄弟亞伯，把他殺了。耶和華對該隱說：「你兄弟亞伯在哪裡？」他說：「我不知道！我豈是看守我兄弟的嗎？」耶和華說：「你做了什麼事呢？你兄弟的血有聲音從地裏向我哀告。地開了口，從你手裏接受你兄弟的血。現在你必從這地受咒詛。你種地，地不再給你效力；你必流離飄蕩在地上。」

	該隱	吸毒青少年
問題行為(problem behavior) / 罪(sin)	殺死了兄弟亞伯	吸毒或與毒品有關之罪行（如偷竊、販運毒品等）
推卸責任的傾向	歸咎為弟弟亞伯的問題，甚至是神的問題（神沒揀選他的禮物就大大發怒，變了臉色）	歸咎為家人的問題、朋友的問題、男朋友或女朋友的問題
生命失控	掩飾罪，不承認罪，逃避責任（當神問到亞伯在哪裡時，該隱說不知道，但其實是被他殺死了）	沉淪毒品，甚至份量和種類越來越多
真正問題(real problem)	行得不好（神對該隱說：「你若行得好，豈不蒙悅納？」）	錯誤將價值觀放在外在事物上（如用吸毒去維持朋友或伴侶關係）
輔導員的角色	/	教導案主需要為自己的行為負責（雖然身邊有不同環境因素影響，但始終是自己做出吸食毒品這行為的）

被忽略的成癮行為影響

成癮行為對當事人的影響，相信讀者都略知一二，但其影響實不只出現於當事人身上。成癮行為涉及當事人身邊的人，他們往往承受了不為人知的壓力。對於聖經裡浪子回頭的故事，很多基督徒都熟悉，但於父親慶祝小兒子回來時，大兒子的反應，則較少人提及。就讓我們嘗試再從這故事去了解吸毒者家人所面臨的情況。

經文四：浪子回頭

路加福音15章25-30節

那時，大兒子正在田裏。他回來，離家不遠，聽見作樂跳舞的聲音，便叫過一個僕人來，問是甚麼事。僕人說：『你兄弟來了；你父親因為得他無災無病地回來，把肥牛犢宰了。』大兒子卻生氣，不肯進去；他父親就出來勸他。他對父親說：『我服事你這多年，從來沒有違背過你的命，你並沒有給我一隻山羊羔，叫我和朋友一同快樂。但你這個兒子和娼妓吞盡了你的產業，他一來了，你倒為他宰了肥牛犢。』

小兒子把錢花光後回家謙卑向父親認錯，父親感到失而復得，因此大肆慶祝，此舉卻令大兒子不悅。我們或會認為大兒子小器，小兒子難得浪子回頭，不是很寶貴嗎？竟要在這時候耍脾氣？但若我們代入大兒子的處境，他一直聽從父親的命令和侍奉父親（包括小兒子在外揮霍的時間），小兒子獨取了產業去玩樂的行為對大兒子來說已不公平，當小兒子回來時父親卻把所有焦點、資源放在小兒子身上，令大兒子感到被忽略，他表達不滿亦無可厚非。我們需注意大兒子的情况也可能出現在很多戒毒青少年的家庭裡。家庭投放了很多資源幫助青少年戒毒，包括戒毒住宿費用、醫療費用等，當然也有時間及心力上的付出。當案主離開戒毒村回家，願意支持的家人通常會給予很好的照顧（不論是否出於彌補過往的忽略），這時亦必須要照顧到案主兄弟姊妹的感受，以免家人一下子將焦點移向案主時，其他家庭成員感到被忽略。

聖經告訴我們，人的價值是從上帝而來，我們在上帝眼中都是寶貴的，而且只有神才能滿足到我們內心深處的需要，因此當我們協助青少年（尤其是有成癮行為的青少年）時，直接供應他們所要求的東西，未必一定最能幫助他們。我們要細心地體察其真實需要，引導其醒覺，同時不應只著重於青少年的問題行為，而應協助他們尋找其真正問題，不是代替他們去解決，而是與他們共同面對，並嘗試從聖經中找出方法，靠著上帝的恩典去解決困難。



信仰輔導站

- 戒毒輔導——全人關顧模式
- 十二步驟——協助成癮者康復之工具
- 敘事治療——由複雜創傷出發

戒毒輔導——全人關顧模式

全人關顧的理念

戒毒服務最令人感到挑戰的是戒毒者接受戒毒服務後能否持守，遠離毒品、不再重吸。而有研究顯示，75%重吸者於戒毒後遇到負面經歷時，因為承受不到挫折，情緒受影響，又未能應付壓力等原因而重吸。吸毒是行為，而非原因，吸毒者之所以吸毒很大可能是因為其生命中的不同問題所引致。因此，單單處理毒癮，未必能夠完全解決案主的問題。

就上述挑戰，謝永齡教授點出了戒毒服務的重點：「事實上，協助戒毒康復者達至全人的康復是非常重要的，預防復發的第一步，除了要教導他們認識、預防和處理引致復發的高危情況，亦要讓他們學習處理壓力、控制情緒及人際溝通等技巧。當然他們需要持續的輔導、職業訓練和就業機會，以致更容易融入社會。」謝教授點出了全人關顧於戒毒服務中的重要性，提醒各社工及輔導人員要關顧案主生命中各方面的需要。

所謂**全人關顧**，即要顧及一個人的**身、心、靈**，全面地照顧戒毒康復者。過去有不少戒毒人士都是依靠信仰戒除毒癮，就是因為他們於戒毒時身、心、靈方面都得到關顧，使他們能經歷整個生命的改變。全人關顧模式有四個重點步驟：

全人關顧模式：

1. 醫治
2. 支持
3. 修復
4. 引導

以下部份將會引用基督教巴拿巴愛心服務團的「支援醫院濫藥人士康復計劃」¹為例，解釋如何將全人關顧模式的理念應用於戒毒服務當中。



¹「支援醫院濫藥人士康復計劃」（簡稱「支援計劃」）主要是為各間醫院的物質誤用診所及精神科的戒藥人士（院友），提供適切的康復支援及轉介服務，當中包括小組活動（如預防重吸小組、藝術治療小組、生活技能小組、互助同行小組等）、個人輔導、工作培訓及體驗、戶外活動、同行者計劃（即培訓社會人士成為同行者義工，以師友計劃的方式與戒毒者同行）等服務。

1. 醫治

指幫助戒毒康復者克服某些弱點和邁向整全，醫治的行動同時包括肉體和靈性的醫治。

例子：

- 身：由醫護人員為院友提供醫療服務，著力為戒毒康復者戒除身癮及醫治毒品對身體帶來的不適（包括膀胱及泌尿科問題、鼻腔受損等）
- 心：由「支援計劃」社工透過個案輔導及小組活動，協助戒毒康復者治療在心理和成長上的傷害（如生命線工具、敘事治療、藝術治療等）
- 靈：透過福音活動，幫助戒毒康復者探索個人靈性上的需要（如查經小組、祈禱、見證影片等）

2. 支持

指幫助戒毒康復者忍受和超越一些無法挽回的境況。

例子：

- 透過個案輔導向戒毒康復者提供支援，協助其有勇氣面對過去和未來（如生涯規劃）
- 透過「支援計劃」裡的小組活動，促進戒毒康復者的互相支持及聯繫（特別是由過來人恆常參與的互助小組），協助他們有正面聯繫

3. 修復

指致力使人重修破裂的關係，包括與自己、與別人、與神及與社會的關係。

與自己的關係：

自己能原諒自己，接納自己（戒毒者內裡不夠自信時，往往外表裝作剛強，想讓別人覺得自己沒問題，但其實可能有很多未能接納自己的地方）

例子：

可透過輔導提升戒毒康復者的自我認識和自我價值，事實上在耶穌的眼中，他們都是寶貴而有價值的。輔導員亦會於輔導過程中與院友一同祈禱，讓他們學習去愛自己。因為一個人若不愛自己，就很難勇往直前，所以需要修補與自己的關係。

與別人的關係：

戒毒康復者過往可能做了一些事情嚴重地破壞了他們與家人的關係，家人或許因其吸毒行為而失去信任。這可能會形成惡性循環，戒毒康復者因家人不再信任而感到失望或挫敗，繼而放棄堅持戒毒的決心。因此輔導員需教導他們不應自暴自棄，反而更應去做好自己來證明給所愛的人知道，他們已經改變。

例子：

透過社工提供的個案輔導協助戒毒康復者修復與家人的關係，教導他們學習如何重新與身邊的人相處。

與神的關係：

戒毒康復者可能會因為過往所做的事而感到自己不配親近一位完全的神，以為神不會原諒自己，但其實只要他們願意認罪悔改，因著神的愛，這些過犯都能被塗抹。

例子：

「支援計劃」會定期與院友舉辦查經小組，協助他們以聖經的真理為生活原則，重新與神建立關係。

與社會的關係：

帶戒毒康復者走出社區，參與社區活動，修補他們與社會的關係，更可讓他們有貢獻社會的機會，修復與社區人士的關係。

例子：

帶院友參與義工活動，增加他們與社會的接觸，如他們不介意可讓服務對象知道他們的身份，促進社會接納戒毒康復人士。



4. 引導：

指幫助戒毒康復者作出明智的抉擇，藉此邁向成熟的靈性。

例子：

很多戒毒者會怕悶，同時忍受挫折的能力亦較弱，當生活太過缺乏變化或當遇到困境時，會容易導致他們重吸來麻醉自己。所以透過「支援計劃」當中的「同行者計劃」培訓社會的有心人成為院友的生命導師，而生命導師可帶他們到教會，引導他們走有意義的人生路，成為康復路上的支持（包括一同參與外出活動、小組活動、定期關顧）

∞ 十二步驟——協助成癮者康復之工具 ∞

十二步驟的起源

十二步驟起源自William Wilson和Robert Smith於1935年在美國創辦的**匿名戒酒會 (Alcoholics Anonymous, 簡稱A. A.)**，此會為全球最大的戒酒協會，約有兩百多萬名會員，旨在以互助小組(mutual support group)形式，讓有酗酒問題的人分享個人經驗，在互相協助之下尋求方法解決大家共同遭遇的困難，繼而進一步幫助他人從酗酒狀態中復元。A. A.於1939年出版了A. A. Big Book一書，依據書中的**十二步驟**進行規劃，為酗酒者提供一種不需依賴酒精，就能發展充實生活的方法。

十二步驟的簡介

由於十二步驟起源於美國的A. A.組織，因此任何譯本應以英文版（附錄一）為依據。十二步驟可套用於其他成癮行為，如毒品、賭博等。因此，步驟中「酒精」一詞可以其他成癮行為代替。十二步驟是包含認知行為模式的一項介入手法，第一至三步是有關理念、思想(cognitive)方面的步驟，而第四至十二步則是行為(behavior)及行動(action)方面的步驟。各步驟重點如下：

步驟	重點
1-3	處理思想上的改變（能在這幾步上打穩，才能進行以下行為方面的步驟）
4-5	關於自己以往所做的事，甚至是一些傷痛
6	關於自己人格上的改變
7	清理了自己的罪和人格上的問題後，就以行動去改變
8-9	與別人復和
10-12	繼續建立與神的關係，堅固戒毒的決心

案主完成了一次「十二步驟」後並不代表他們就完結戒癮的過程，不用再做這些步驟，而是需於每一天的生活、每一個環節、每一個時期，都不斷重複地做，因為「十二步驟」不單是應付酗酒或毒品，更可以針對性地改變日常不同的壞習慣，任何想改變壞習慣的人都可運用「十二步驟」來幫助自己。

而A. A.的參加者通常在使用十二步驟後，經過約一年的清醒時間(sober)，才可成為別人的「幫助者(sponsor)」。但輔導員需注意，不同步驟所需要的時間不同，總括而言，十二步驟很難於短時間（如一個月）內完成，部份個案甚至需花三個月至半年時間去完成第一至三步。

十二步驟的調整

面對不同需要的受助者，輔導員需要在十二步驟中作出一定調整。除了上述「酒精」一詞可以其他成癮行為代替外，十二步驟中「天主」或「神」等詞彙，亦需因應受助者的宗教背景而作調整。「天主」出現於天主教譯本，後來的譯本改為「外在能力(higher power)」，因為A. A.的參加者來自不同宗派或不同宗教，或是無神論者，所以「外在能力」不一定代表基督教信仰，如第三步對一些案主來說可以是「將意志和生活交給妻子」，或其他案主相信有外在能力的人或事物。當然，對基督徒而言就是「將意志和生活交給神」。

簡而言之，匿名戒酒會的參加者必須遵守以下五點：

1. 找一個幫助者(sponsor)
2. 與「外在能力」(higher power)結聯（這「外在能力」可因應當事人的理解而定）
3. 讀A. A. Big Book
4. 實行十二步驟
5. 出席聚會或小組

十二步驟與基督教信仰

戒癮從來都是沒有捷徑的，並不是吃一顆藥就可戒掉的，也有不少人戒癮後仍有機會復發(relapse)。戒癮是需要針對成癮的原因，很多時成癮者因生命先出現扭曲，繼而落入沉溺行為，該行為又再影響其生命，兩者相互惡化，成癮行為變得不受控。如果在康復的過程當中沒有針對根源的問題，停癮後也會有機會復發，所以協助吸毒者時需要看到案主生命中根源的問題。其次，案主必須謙卑地承認對自己的問題無能為力，並需依靠外在能力——「上帝」或「神」。**因此戒癮與基督教信仰很有關係，因為信仰能改變人的生命。**當人將生命交給神，由神幫助他去控制自己，人可靠著神的大能和恩典從沉溺中走出來。人在面對成癮行為時往往軟弱無助，正如保羅於羅馬書所提到人面對罪的無助：「因為，立志為善由得我，只是行出來由不得我。故此，我所願意的善，我反不做；我所不願意的惡，我倒去做。若我去做所不願意做的，就不是我做的，乃是住在我裡頭的罪做的……我真是苦啊！誰能救我脫離這取死的身體呢？」（羅馬書7:18下-20, 24）

聖經提到，罪在人的生命裡控制著我們，撒旦用罪來捆綁我們。戒毒者要真正地康復，需要停止使用毒品之餘，更需要神的話語讓其生命繼續改變，正如聖經所記「你的話是我腳前的燈，是我路上的光。」（詩篇119:105）。若戒毒者能謹記神的話，當他們想重吸時，可立即記得神的話，並用神的話去抵擋毒品的引誘。就像面對魔鬼的試探時，耶穌以「**經上記著說…**」去回應魔鬼的引誘（馬太福音4:1-11、路加福音4:1-13）。

十二步驟著重「**一次面對一天**」(one day at a time)的理念，通常教導案主**今天**如何可過得更好、**今天**如何可拒絕毒品向你招手，一天一天地去處理當天的誘惑或問題。就像聖經所言：「所以，不要為明天憂慮，因為明天自有明天的憂慮；一天的難處一天當就夠了。」（馬太福音6:34）過多的憂慮讓人無法平靜下來處理問題，因此十二步驟教導戒毒康復者著重每天的生活，而不要因為思想明天、後天、下月或下年的事而過份憂慮。

(步驟中「酒精」一詞由「毒品」代替，「天主」由「上帝」或「神」代替)

第一步

1. 我們坦承，在面對酒精時，我們束手無策——我們的生活變得不可控制。

原則：洞察力、誠實

理念：

承認我們的無能及無助：承認我們對罪無能為力，我們的生活亦因此變得不受控制。

操練：

坦誠地檢視我們生命的核心（如：思想、欲念、生活目標等），特別是我們本性中的陰暗面。

輔導員的注意事項：

- 動機(motivation)的確認，增強案主動機
- 讓案主減少否認(denial)、自欺
- 案主越想控制用藥越不可能，常以為自己可以一邊用藥，一邊顧好家庭與工作

經驗分享：

第一步是相當重要但困難的，因為做不到這步驟就不能進行第二步及往後的步驟，但要成癮者承認自己無能為力是不容易的。很多時吸毒者未必因為覺得自己無能為力而來求助（可能配偶提出離婚，而案主本身不想離婚，所以才去求助）。遇到這種情況，輔導員需先引導案主去**承認**問題是出於自己身上，而非出於他人身上。案主或會對「無能為力」一詞感到抗拒，因為他們可能會認為自己仍然有能力控制到自己的生活、工作和賺錢，怎會無能為力呢？輔導員需解釋此「無能為力」是面對毒品時感到無助，而非指案主是個無能的人（參考例子1）。

如果這一個步驟案主不能成功的話，我們就要繼續用其他方法，幫助他承認自己面對毒品時的無能為力，再進而踏入第二步驟。所以第一步可能需要很長的時間，並非一次傾談就能完成。若案主願意坦誠面對自己和面對神，不需要輔導員去強迫他，他都會做出改變的行動（參考例子2）。

相關經文：

耶穌聽見，就對他們說：「康健的人用不著醫生，有病的人才用得著。我來本不是召義人，乃是召罪人。」（可2:17）

信仰層面：

人面對罪（包括思想、行為上的罪）是無能為力、很軟弱(vulnerable)的。罪在生命裡轄制我們，使我們的生命變得不受控制。吸毒者的生命亦同樣被毒品轄制著，毫無辦法取回主導權。

但我們相信神的能力，若案主能坦誠地面對神，與神合作，他就可開始作出改變。而案主的付出與配合都是重要的，並非坐著等神去改變。

例子1：

輔導員：「其實很多事情你都做得到，如上班、照顧家庭等，但似乎面對毒品問題，你就無能為力，以致自己在毒品的深淵中打滾多年。」

這樣案主就可能感受得到：「是的，在面對毒品這方面，我沒能力去控制。」

例子2：

當案主拿著手機，發現自己很容易撥電話去再接觸毒販，對此無力抵抗，若他坦誠面對自己及神，就會自動刪除毒販的聯絡電話。

第二步

2. 我們必須相信，唯有藉更強大的助力才可能戰勝毒品。

原則：希望、信心

理念：

開始信任較高層次的力量：逐漸去相信那比我們更大的力量（上帝）能促使我們恢復身心靈的健全。

操練：

檢視及更新我們的信仰生活，可透過讀聖經學習向神的恩典開放及堅信神對我們的愛；開始除去一些負面的思想及嘗試與一些積極和熱愛上帝的人交往。

輔導員的注意事項：

- 打破「自我可以控制一切」的迷思(myth)
- 可與案主參與冥想和肌肉放鬆等訓練，以停止內心吵雜的聲音（有安靜的心才能與神親近）
- 讓案主重新拾回「感覺」

經驗分享：

這步驟案主開始將生命的主權移交，輔導員須教導案主放開他所擁有的。

成癮的人空閒時就會左思右想，所以輔導員可盡量用一些健康的行為去佔據案主的時間（參考例子3）。輔導員可建議案主買一些金句咭，帶數張在身上，或下載有聖經金句的手機程式，閒來無事也可拿出來讀，學習將生命交予神。

輔導員宜於這一步協助案主建立與神的溝通相交，學習將自己的信任交予神，透過神的話語將心意時常更新。

相關經文：

我將這些事告訴你們，是要叫你們在我裡面有平安。在世上，你們有苦難；但你們可以放心，我已經勝了世界。（約 16:33）

信仰層面：

若我們很捉緊一些事情，不願放手，神很難在我們身上工作。因此戒毒康復者也要信任上帝，他們願意放手，並不是迎接失去，而是神工作的開端。

就如經文所言：「不要效法這個世界，只要心意更新而變化，叫你們察驗何為 神的善良、純全、可喜悅的旨意。」（羅12:2）

我們都靠著天天讀神的話語，讓神的道更新我們的心。

例子3：

案主可能是非常清醒地坐車，但在車上沒其他事情做的時候，就可能開始胡思亂想：「經過那條路可免費取到氯胺酮，純度很高…」。

若他在此情況可即時作出簡單的行動，如取金句卡出來看，背誦聖經金句，可有助阻止他們胡思亂想。

第三步

3. 我們了解上帝之後，我們下定決心把我們的意志和生活交給上帝。

原則：決定、接納、行動

理念：

回轉並將生命交付上帝：下決心使我們的意向和生活轉移並從此歸向那愛我們的上帝。

操練：

心甘情願地從自我支配移向以神為中心，求神顯示祂的心意，並學習放下自我意向去順服神的引導；過程中或有挫折，但不要灰心，學習放開自己所不能控制的事。

輔導員的注意事項：

- 教導案主以開放的態度接受目前的狀態
- 讓案主學習做有「行為、態度」改變的決定，而非單是思考上的決定

經驗分享：

經過第一步——我們**坦誠**面對神(honesty)，第二步——放手去**相信**神(trust)，到了第三步則要將我們本身的主權**交託**給神(surrender)。

我們需要經常被神的話語去提醒，叫我們時刻都過著以基督為中心的生活。輔導員會教案主運用寧靜禱文(serenity prayer)，幫助案主接受不能改變的事，並依靠神去面對每天的生活（參考附錄二）。

相關經文：

耶穌說：「你若願意作完全人，可去變賣你所有的，分給窮人，就必有財寶在天上；你還要來跟從我。」（太19:21）

信仰元素：

一個人認罪悔改，決志信主，成為基督徒，並不只是他相信歷史上真的有耶穌這個人，而這個人曾經釘十字架，更大挑戰的是要他願意接納耶穌基督為**救主**和**生命的主**。所以，一個人決志信主是需要由本來自己坐著的生命寶座上退下來，放棄自己掌管生命，轉為讓耶穌基督去掌管生命。

這是由以自我為中心(self-centered)的生命轉變成以基督為中心(Christ-centered)的生命。基督徒於信主後有機會跌倒，不知不覺又取回生命的主權，自己重做生命的掌舵人。戒毒者有機會回到以往的慣性（因為這畢竟是案主多年來的生活模式），輔導員就要重新與案主進行第三步，甚至第一至二步驟。

「所以，弟兄們，我以神的慈悲勸你們，將身體獻上，當作活祭，是聖潔的，是神所喜悅的；你們如此事奉乃是理所當然的。」（羅12:1）

第四步

4. 我們必須以坦然無懼的態度做自我反省。

原則：自我檢驗、自我接納

理念：

坦然無懼地認識我們自己：因神無條件的愛，我們獲得勇氣坦誠地真正認識自己，並詳細搜列自己的道德價值和德行清單。

操練：

心靈大掃除：運用聖經的美德目錄及罪惡清單省察自己，並寫下這些審查的結果。過程中會感痛苦，但切勿放棄。

輔導員的注意事項：

- 運用行為檢核表讓案主開始瞭解自己
- 讓案主明瞭自己的行為、認知與情緒是互相牽動的
- 讓案主在瞭解自己是怎樣的人以後，即使知道自己過去壞事做盡，依舊能接受自己

經驗分享：

這一步需要案主非常坦誠地面對自己，人面對自己的陰暗面時會感到恐懼，這是正常的狀況。坦誠面對自己是容易但必須要經歷的事。做不到這步，一個人難以成長。

此步驟可能需要用上一至兩星期來進行，因為案主進到自我檢視的某個階段時，可能會承受不到所面對的傷害，情緒因而出現波動。輔導員需要留意案主的情緒反應，最好在這段時間案主有可以傾訴的支援對象。

案主若承受不到這個狀態時，可能會出現重吸的情況，但這一步是必須要經過的，經過到這一步，案主能變得更堅強。

相關經文：

我告訴你們，你們的義若不勝於文士和法利賽人的義，斷不能進天國。（太5:20）

信仰禱告：

可將這一步想像為打開心底裡的溝渠，看看下面有些甚麼，甚至要伸手下去拾起來。

這就像是基督徒去向神認罪時，若只擺統地求神「饒恕我今天的過犯」，其實並沒有認真地面對罪。當基督徒真正地、具體地去承認自己的罪，才是真正的面對自己和面對神。

「神啊，求你鑒察我，知道我的心思，試煉我，知道我的意念，看在我裡面有甚麼惡行沒有，引導我走永生的道路。」
（詩139:23-24）

第五步

5. 我們向神，向我們自己，向另外一個人承認我們錯誤的真正性質是什麼。

原則：信賴、個人美德

理念：

具體地確認我們的過錯：藉著向神、向人、向自己認罪，開放自己的生命去尋找無條件的愛和接納；當然，聆聽我們認罪的人宜有接納及不判斷的態度。

操練：

找機會向神（祈禱）及向人（傾談）分享自己在第四步的省察結果，嘗試坦誠並不企圖隱藏甚麼；最初總會緊張，但隨之而來如釋重負的感覺亦會越來越明顯。

輔導員的注意事項：

- 讓案主願意將自己最坦承的一面向他人訴說
- 讓案主學習「自我一致」、不需要隱藏、不被人質疑、不需要害怕被道德批判

經驗分享：

案主可找一位幫助者(sponsor)及一位牧者，將第四步所寫下的認罪，分別坦誠地述說給他們聽，但過程需要親口向對方說，不可只是寫在紙上然後遞給對方看。

這段對話可能很長，未必是1小時內能處理的，可能需時2-3小時，甚至更長時間。甚至可完成後隔一兩個星期再說一次。述說的次數越多，案主的進步亦會越來越多。

相關經文：

那稅吏遠遠的站著，連舉目望天也不敢，只捶著胸說：『神啊，開恩可憐我這個罪人！』我告訴你們，這人回家去比那人倒算為義了；因為，凡自高的，必降為卑；自卑的，必升為高。（路18:13-14）

信仰元素：

作為聆聽的人，聆聽的同時也需要留意案主的情緒反應，若發現案主的情緒反應不穩定時，就不要迫案主繼續說下去，先停一停，與他禱告。

然後再重覆提醒案主第一至三步驟。如案主能繼續說下去便可繼續這步，否則可擇日再談，可能案主下次傾談時會有不同反應。經驗中，案主進行這一步的次數越多，人會越開放(openness)地分享自己，而其情緒反應亦會隨之而來，神亦會慢慢改變案主。

6. 我們必須為神所提供的幫助做好準備。

原則：準備欣然改變

理念：

讓神消除性格上的缺點：逐漸解除了情緒上的痛苦後（經過第一至五步後），我們現在要準備好自己讓神開始消除我們性格上的缺點（即引起痛苦情緒的根源）。

操練：

細察自己是否有想控制一切、想別人讚賞自己、想自己能達到完美及想自己不再需要其他人等錯誤思想，且負責任地靠主去改變及擺脫這些捆綁。

輔導員的注意事項：

- 「欣然的改變」對案主而言其實是相當困難的，事實上必須面臨相當大的阻力與挑戰，因此需要再度澄清：要改變的是什麼？阻力是什麼？
- 案主需明白改變是為了自己而不為他人，找到支撐自己改變的理由，以及維持自己持續改變的動力來源（與第二步驟要相互呼應）

經驗分享：

吸毒者較多會於情緒、人格(personality)上有扭曲，輔導員可透過輔導學的層面，讓案主了解他是如何看待自己。根據經驗，吸毒者的自我形象都較負面，如輔導員請案主在紙上列出他的長處與短處，所寫之短處可能遠多於長處，因為案主可能因吸毒的過程和連帶的經歷感到很自卑，例如在過往因為吸毒而失去工作、被家人埋怨等。輔導員需要幫案主重拾自信，引導他適當地檢視自己。

相關經文：

耶穌對他說：「你若能信，在信的人，凡事都能。」孩子的父親立時喊著說：「我信！但我信不足，求主幫助。」（可9:23-24）

信仰元素：

有時案主會有「不想別人知道自己的問題，以為自己能處理」的觀念，結果又重覆地重吸。

這一步讓案主明白到人是需要別人幫助的，而案主自己也可以幫助別人，但必需要先幫助自己。

「兩個人總比一個人好，因為二人勞碌同得美好的果效。若是跌倒，這人可以扶起他的同伴；若是孤身跌倒，沒有別人扶起他來，這人就有的禍了。」（傳4:9-10）

恩典與人分享能加倍，困難與人分擔能減半。

7. 我們必須誠摯地要求萬能的神幫助我們。

原則：對自己負責、致力改變、勇氣、謙虛、自我管教

理念：

放手讓主消除我們的缺點：我們要下定決心努力戒除缺點，但同時要承認許多事非我們所能控制，故要謙卑地祈求主的幫助與介入。

操練：

擺脫上述的虛假需要後，我們要靠主找出並滿足自己的真正需要，如：我們不能控制事物，但卻能控制對其的態度，明白神無條件的接納與讚賞及明白尋找人的幫助是沒有問題的。

輔導員的注意事項：

- 引導案主增加好的習慣、減少壞的習慣，最好是有明確的行為計畫與描述(plan and action)
- 對案主的改變給予鼓勵，並教導個案持續改變才是「自我意志力」的訓練

經驗分享：

當案主於以上步驟清理了自己的罪和人格上的問題後，就要找東西去填滿這空位，這時就應將被神充滿的生命放上去。很多時輔導員會著重於幫案主清除生命的問題，但忽略了協助案主去填補這空虛，這樣撒旦就會趁這機會去填滿。

輔導員不單要顧及案主的靈性需要，同時亦要顧及其基本需要，因為有些案主在吸毒期間傾家蕩產，變得孤苦伶仃。當輔導員能協助案主於基本生活需要上得到滿足，案主自然會更容易走向神，但當一個人經常要為生活憂慮，踏入重吸的機會就較大。

相關經文：

我們若說自己無罪，便是自欺，真理不在我們心裡了。我們若認自己的罪，神是信實的，是公義的，必要赦免我們的罪，洗淨我們一切的不義。
(約壹1:8-9)

信仰見證：

第五至六步於案主的身上抽走不少阻礙改變的東西，第七步就要將神的安穩及人的幫助灌注進去。否則也未能夠幫助案主重過新生活，路加福音11章也有這樣的例子：

一個被鬼附的人，耶穌將鬼趕了出去，那人的心就被清潔了，但沒有填滿那個心，於是鬼經過見到這麼乾淨的心，就多帶了七個鬼來。

聖經也有提醒我們應當將憂慮交予神，案主的靈性需要是重要，但神同時關顧人的肉體需要。耶穌看見門徒的時候，並非第一時間問他們祈禱了沒有、靈修了沒有，而是問他們吃了東西沒有。

「耶穌就對他們說：『小子！你們有吃的沒有？』他們回答說：『沒有。』」（約21:5）

因此我們需要關顧案主屬靈需要及基本的肉體需要。

第八步

8. 列出曾經受過毒品傷害的人的名單，並和他們攜手一同改正。

原則：慈悲、個人的美德

理念：

決心維持和平人際關係：檢查自己的思想、感受、記憶和經驗，並著意處理那些引起罪疚、羞恥及抗拒情緒的人際關係。

操練：

徹底、坦誠及詳盡地列出我們傷害過及傷害過我們的所有人名及那些相關的事情，並下定決心與這些人修和。

輔導員的注意事項：

- 處理案主的情緒（傷害他人：罪惡感、愧疚感等；被人傷害：憤怒、生氣、復仇等）
- 教導案主原諒別人是為了善待自己
- 讓案主思考自己傷害自己：如何補償？如何原諒？還是都不用去想？（not to forget but to forgive）

經驗分享：

這步與第四步相似，但這次不單是認罪，而是請案主列出吸毒時曾經傷害過誰，包括親近的、不親近的（如家庭中的配偶）。

相關經文：

你們願意人怎樣待你們，你們也要怎樣待人。你們若單愛那愛你們的人，有甚麼可酬謝的呢？就是罪人也愛那愛他們的人。（路6:31-32）

信仰元素：

饒恕別人有多難，相信真正被人傷害過的人就知道。雖然是很難，但這亦是主耶穌要我們做的。

「那時，彼得進前來，對耶穌說：『主啊，我弟兄得罪我，我當饒恕他幾次呢？到七次可以嗎？』耶穌說：『我對你說，不是到七次，乃是到七十個七次。』」（太18:21-22）

明白饒恕別人的困難，就明白要別人原諒自己有多難。輔導員可多注意案主會否為此感到灰心，並鼓勵案主：神的恩典必夠用，並且神喜悅我們先去盡力與人復和，再去與他親近和獻祭。

第九步

9. 和他們攜手共進的同時，向他們提出任何有助於改過遷善，但又不會對他們造成傷害的建議。

原則：改變、誠實與責任、原諒

理念：

靠神恩典去補救及寬恕：決心糾正問題且盡可能直接向所得罪的人補過（除非這樣做會傷害他們或其他人），同時亦願意去原諒那些開罪過我們的人（藉此消除自己內心的憤怒及不滿）。

操練：

鼓起勇氣去補過及寬恕。

輔導員的注意事項：

- 補償的意義是願意改變自己的態度與行為，並願意長久的維持下去。
- 案主多會表示以後不吸毒就是對家人最好的補償，這句話只說對了一半！

經驗分享：

來到第九步，要去行動了，而且是要面對面地，直接地進行。這一步同樣是需要時間的，不宜太快地完成。

根據經驗，名單上的第一位人物很可能是妻子或丈夫，輔導員通常不建議案主先找這些「頭號人物」去處理，因為這些重要人物可能會為案主帶來很大的情緒起伏，他在這階段未必能夠應付此等關係，因此適宜先處理名單中最後的人物，讓案主較易經歷成功。可能案主過往吸毒時也試過被背叛，或家人因為案主的行為而和他斷絕關係，案主因而感到受傷害，所以這步驟讓案主學習寬恕。

如果案主或輔導員知道對名單上某些對象的復和行動不單不能達到復和，更大可能是加深彼此的傷害，就不要去做。輔導員於判斷過程中同時能協助案主建立責任感及做決定的能力。

相關經文：

所以，你在祭壇上獻禮物的時候，若想起弟兄向你懷怨，就把禮物留在壇前，先去同弟兄和好，然後來獻禮物。（太5:23-24）

信仰元素：

原諒別人是困難的，但靠著神的恩典，我們也能慢慢學習。

「他對我說：『我的恩典夠你用的，因為我的能力是在人的軟弱上顯得完全。』所以，我更喜歡誇自己的軟弱，好叫基督的能力覆庇我。我為基督的緣故，就以軟弱、凌辱、急難、逼迫、困苦為可喜樂的；因我甚麼時候軟弱，甚麼時候就剛強了。」（林後12:9-10）

第十步

10. 我們繼續做我們個人的自省，一旦發覺偏失，
能坦然承認錯誤。(Ten at ten)

原則：堅忍、美德

理念：

重新立志去活好每一天：去除了案主自我縱容的習慣及處理了其所造成的後果（首九步）後，現在要開始維持每日生活的心靈健康，不讓小問題再演變成大問題。這第十步其實是上述第四步（道德清單）、第五步（承認過錯）、第八步（補償清單）及第九步（補過及寬恕）的簡要整合過程。

操練：

為自己保持一份良好的記錄，繼續列出道德及補償清單，並持續認罪、補過和寬恕。

輔導員的注意事項：

- 再次提醒案主習慣的改變不能操之過急
- 教導案主學習如何監督自己的心情、情緒、想法
- 教導案主壓力適應、情緒管理等技巧

經驗分享：

這步被稱為Ten at Ten，即案主於每晚十時都反省和檢視自己當天的生活，思想、聆聽、記憶和寫下：

有沒有開罪誰？有沒有誰開罪了我？我可有甚麼復和的行動？會否去原諒誰？我有沒有因為何事而影響情緒？我有沒有以自卑的眼光看自己、自怨自艾？

這些反省可以成為案主的屬靈日記(spiritual journal)，記錄他的靈性歷程。

這步不應太快完成，最少也需要15分鐘去完成。

相關經文：

所以，凡聽見我這話就去行的，好比一個聰明人，把房子蓋在磐石上；雨淋，水沖，風吹，撞著那房子，房子總不倒塌，因為根基立在磐石上。
(太7:24-25)

信仰元素：

這個每晚十五分鐘的反省步驟也是一個屬靈操練，因為於現代人繁忙的生活中，很少會每天有15分鐘停下來的禱告或思想時間。

如果案主有罪則認罪，當天無罪便感謝主讓他這天能靠著神度過。第十步並非每次進行也需要認罪，也不是每次有罪才做的。若當天真的沒有犯罪，案主不需要強認罪。

「我若心裡注重罪孽，主必不聽。」(詩66:18)一個人若只注重罪孽，主就不聽其禱告。

11. 經由祈禱和靜坐與神保持溝通，
祈求祂賜給我們戰勝毒品所需的知識、勇氣和毅力。

原則： 開放自我、與生命和精神資源結合

理念：

藉祈禱和默想去經歷神：用心和用時間親近神，務必要與主建立愛的關係。這樣，我們的生活就會持續地經歷轉化及茁壯成長。

操練：

實踐各祈禱及默想的屬靈操練，藉此加深與主的聯繫。

輔導員的注意事項：

- 教導案主複習自我覺察的習慣和感覺
- 教導案主重新感受生活，尋找快樂
- 教導案主學習照顧自己與接納自己
- 教導案主活在當下、注重此時此刻(one day at a time)
- 教導案主肯定性的宣言、自我增強的方法

經驗分享：

讓案主慢慢培養出凡事禱告，每天與神親近的習慣，就像初信者建立靈修習慣一樣。

相關經文：

你們親近神，神就必親近你們。有罪的人哪，要潔淨你們的手！心懷二意的人哪，要清潔你們的心！（雅4:8）

信仰禱告：

除了上一步第十步，教導案主也在生活有禱告安靜的時間，等候神和與神親近。

「應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告、祈求，和感謝，將你們所要的告訴神。」（腓4:6）

第十二步

12. 我們不僅使用上述的方法戰勝毒品，
更要將它們運用於任何對我們有害的習性上。

原則：承諾、為人服務

理念：

幫助別人體驗十二步驟：透過十二步驟體驗了這種更深切和更完整的人生經歷後，我們開始向外伸出援手幫助人及邀請其他人經歷這個被轉化的過程。

操練：

持續在生活中實踐這十二步驟的原則並藉此法幫助身邊任何有這需要的人。

輔導員的注意事項：

- 讓成員練習「教」新的成員十二步驟是什麼，因為練習的結果讓自己更清楚自己的問題，也更清楚十二步驟的內涵
- 十二步驟就是一種新的生活方式

經驗分享：

案主不單成為「受助者」，更成為一名「幫助者」(sponsor)，而成為「幫助者」的同時，十二步驟仍然繼續運作。

能夠運用自己的力量幫助別人，有助案主重獲自信，並繼續努力實踐十二步驟，讓神在其生命繼續作出改變。

相關經文：

弟兄們，若有人偶然被過犯所勝，你們屬靈的人就當用溫柔的心把他挽回過來；又當自己小心，恐怕也被引誘。（加 6:1）

信仰元素：

經歷過十二步驟的人，運用他的經歷來幫助背景相似的人。

「但我已經為你祈求，叫你不至於失了信心。你回頭以後，要堅固你的弟兄。」（路 22:32）

十二步驟英文原文及經文參考

12 Steps of Alcoholics Anonymous & Biblical References

12 Steps	Biblical References
1. We admitted we were powerless over alcohol that our lives had become unmanageable.	"I know that nothing good lives in me, that is, in my sinful nature. For I have the desire to do what is good, but I cannot carry it out." (Romans 7:18)
2. Came to believe that a Power greater than ourselves could restore us to sanity.	"... my grace is sufficient for you, for my POWER is made perfect in weakness." (2 Corinthians 12:9) "...for it God Who works in you to will and act according to His good purpose..." (Philipianns 2:13)
3. Made a decision to turn our will and our lives over to the care of GOD as we understood Him.	"... If anyone would come after me, he must deny himself and take up his cross daily and follow me." (Luke 9:23**)
4. Made a searching and fearless moral inventory of ourselves.	"Let us examine our ways and test them, and let us return to the Lord." (Lamentations 3:40)
5. Admitted to GOD, to ourselves and to another human being the exact nature of our wrongs.	"Therefore confess your sins to each other and pray for each other so that you may be healed." (James 5:16)
6. Were entirely ready to have GOD remove all these defects of character.	"If you are willing and obedient, you will eat the best from the land." (Isaiah 1:19)
7. Humbly asked Him to remove our shortcomings.	"Humble yourselves before the Lord, and He will lift you up." (James 4:10)
8. Made a list of all persons we had harmed and became willing to make amends to them all.	"Therefore, if you are offering your gift at the altar and there remember that your brother has something against you, leave your gift there in front of the altar. First go and be reconciled to your brother; then come and offer your gift." (Matthew 5:23, 24**)
9. Made direct amends to such people whenever possible, except when to do so would injure them or others.	"Give and it shall be given you. A good measure, pressed down, shaken together and running over, will be poured into your lap. For with the measure you use, it will be measured to you." (Luke 6:38**)
10. Continued to take personal inventory and when we were wrong promptly admitted it.	"For by the grace given me I say to every one of you: Do not think of yourself more highly than you ought, but rather think of yourself with sober judgment, in accordance with the measure of faith GOD has given you." (Romans 12:3)
11. Sought through prayer and meditation to improve our conscious contact with GOD, praying only for knowledge of His will for us and the power to carry that out.	"May the words of my mouth and the meditation of my heart be pleasing in your sight, O Lord, my Rock and my Redeemer." (Psalm 19:14) "Let the word of Christ dwell in you richly..." (Colossians 3:16)
12. Having had a spiritual awakening as the result of these steps we tried to carry this message to alcoholics and to practice these principles in all our affairs.	"Brothers, if someone is caught in a sin, you who are spiritual should restore him gently. But watch yourself, or you also may be tempted. Carry each other's burdens, and in this way you will fulfill the law of Christ." (Galatians 6:1-2)

**The words of Christ (主耶穌的說話)

寧靜禱文英文原文及中文翻譯

Serenity prayer

God grant me the serenity to accept the things I cannot change,
 courage to change the things I can,
 and the wisdom to know the difference.
 Living one day at a time,
 Enjoying one moment at a time,
 Accepting hardship as a pathway to peace,
 Taking, as Jesus did,
 This sinful world as it is, not as I would have it,
 Trusting that You will make all things right,
 If I surrender to Your will,
 So that I may be reasonably happy in this life,
 And supremely happy with You forever in the next.
 Amen.

寧靜禱文

神啊，求祢賜給我平靜的心，去接受我無法改變的事，
 賜給我勇氣，去做我能改變的事；
 賜給我智慧，去分辨這兩者的不同。
 一天一天地過日子，
 一時一刻地欣賞生命，
 接納艱苦是通往平安之路，
 能夠效法耶穌，
 接納這罪孽深重的世界的本相，而非自己所期望那個世界，
 堅信祢必會把萬事變為美好，
 若我順服祢的旨意，
 好叫我此生能快樂地生活，
 並在永世裡得享與祢永遠同在的大喜樂。阿們。

敘事治療——由複雜創傷出發

不少戒毒專業的同工都會運用敘事治療(Narrative Therapy)與青少年吸毒者進行戒毒輔導。若運用得當，敘事治療可以是非常有效的介入手法，但輔導員自身對於吸毒問題或吸毒者的看法都會直接影響輔導的治療作用。本篇將會帶領輔導員從複雜創傷的角度理解青少年的行為問題，並探討如何運用敘事治療，融合基督教信仰，幫助青少年戒毒。

何謂複雜創傷？

創傷有很多種，包括一次性的（如大地震）及持續在每天發生的創傷。而根據經驗，後者較前者更難處理。複雜創傷（Complex Trauma或Developmental Trauma）多發生在童年時期，其成因包括虐待（身體上、心理或情緒上、性虐待）、長期目睹家庭暴力、嚴重的疏忽照顧或遺棄，甚至成長過程中經歷黑白顛倒的情況。黑白顛倒可以造成很大的傷痛，例如案主一向認為家人很疼錫自己，當長大後回想家人如何疼錫他的事例，竟發現這些是家人對他的虐待、擺佈或蒙蔽，這刻會令人難以接受，因而可能會出現抑鬱的徵兆。

至於長期被疏忽照顧，對小孩來說就像整個世界沒有人知道其需要，於是便尋找一些未必最合適的方法滿足自己的需要。因為人是有想幫助自己的本能，當我們嘗試了一項可帶來舒適、輕鬆的活動，就很想再去做。若青少年所嘗試的活動是吸毒，之後容易繼續運用毒品幫助自己，即使這並非合宜的方法。

若輔導員於開始進行輔導之前，能先了解吸毒青少年成長階段有可能經歷以上的複雜創傷，以及複雜創傷對其所造成之影響（包括生理、行為、認知及思想、情感、自我概念、依附關係等方面），有助輔導員定立治療的方向。

讓案主相信自己在上帝眼中是有價值、是被珍惜的，這對他來說很困難。因為通常帶給他創傷的人就是他成長時天天接觸並負責照顧他的人，如父母、祖父母、家傭。

介入重點

基於戒毒者可能曾面對複雜創傷，輔導員在進行敘事治療時，可注意以下重點：

- 提供內在和外在的安全環境
- 建立安全和帶來成長的關係（輔導員與戒毒者的關係）
- 培養正向情感（如戒毒者較易經驗和明白「舒服」的感覺）
- 增強各方面功能的自我調節能力
- 學習日常生活經驗的分析、整理、計劃和決定
- 提昇案主的自我效能感

戒毒者對毒品的立場

輔導員除了要清楚自己對吸毒行為的態度外，亦需要先找出當事人對於毒品的立場。如案主在良好的狀態，他們大多會同意毒品帶來很多負面的影響，但他們身不由己，彷彿已沒其他出路，所以要先了解他們的動機和對毒品的立場，才可以定立治療的方向，還要時常給予鼓勵，讓他們覺得自己是做得到的。這過程的確是很困難，案主也可能會有反覆的情況。

就如每個人踏上信仰的路途時，也會反反覆覆、跌跌碰碰，所以要預計戒毒人士的反覆會更大；因此要幫助戒毒人士，**若沒有從神而來的能力，是很難成功的**。他們每次反覆都是學習的過程，而過程中最重要的是他們心有所屬，屬向耶穌。

過往毒品就是他們最信任的知己，若要他們放棄知己去跟輔導員做朋友，是很難的事。輔導員需要付出，讓案主在過程中經驗到真實的愛，從而透過你看見上帝。經歷複雜創傷的戒毒者，父母或會承認是曾經傷害過小孩，但到他們想彌補時又過份關心(over-do)。所以戒毒者需要愛，但過度介入可能誘發抗拒，或加劇抵銷行為。戒毒輔導之複雜，並不是單憑愛心就足夠的，若單是用愛心，很快會令人耗盡(burnt out)，因為戒毒者的情況會不斷反覆。唯有藉著基督的愛，才有助重建戒毒者對於自己和親密關係的信任。

「愛裏沒有懼怕；愛既完全，就把懼怕除去。因為懼怕裏含著刑罰，懼怕的人在愛裏未得完全。我們愛，因為神先愛我們。」（約翰一書4:18-19）

敘事治療

進行敘事治療，**雙重聆聽(double-listening)**的技巧是很重要的，因為敘事治療相信案主的生命除了問題充斥的事件之外，同時擁有努力的故事。但複雜創傷把個人(**personhood**)縮小，如吸毒者認為很多事情自己都做不到，感到自己沒用，結果連本來做到的事都無法做到，繼而放縱自己去吸毒。敘事治療的輔導員就是要運用雙重聆聽為戒毒者的生命建構出另選故事及另選身份(**alternative story / identity**)。

輔導員亦應時常提醒自己看待案主問題的態度。敘事治療把人和問題的距離拉開，人是人，問題是問題，人不是問題，人只是有問題而已。若過分著重問題，把問題放於面前，會令人感到很大壓力和未能對問題進行分析，若擴闊人和問題的距離，便可以有空間思考如何應付問題。

輔導員可藉著雙重聆聽重新發掘案主有價值但被忽略的一面，與信仰連繫起來。過往案主及別人所關注的可能是案主被問題覆蓋的片段，如能從中發掘出案主被忽略的獨特事件(**unique outcome**)，再進一步豐厚(**thicken**)這經驗，能有助案主找出一個自己喜歡的身份(**preferred identity**)。敘事治療拆毀攔阻案主改變的失敗形象(**deconstruction**)，建構他獨特的一面。

配合上述之技巧及運用敘事治療的態度，輔導員可按以下「敘事治療的進路」與案主展開對話：

1. 故事敘述(Telling)

透過對話重寫另選身份(**Alternative identity**)。

1.1 把問題命名和外化(**Naming and externalization of problem**)

將吸毒問題與當事人抽開，因為當事人不等於毒品，而是有吸毒行為的人。

1.2 重寫生命故事(**Re-authoring conversation**)

透過案主過往的生命故事中的特殊事件發掘案主被人忽略而正面的另一面，從而重寫其另選故事或另選身份。

1.3 豐厚另選故事及另選身份(**Thickening alternative story / identity**)

藉著重組會員對話(**Re-membering conversations**)，案主於群體定義儀式(**Definitional ceremonies**)中向由重要他人組成的社員見證會(**Outsider witness group**)表達其另選身份，例如向朋友或家人表現其正面的身份面貌，以進一步確肯(**acknowledge**)和豐厚其重寫故事。

2. 故事重敘(Re-telling)

聽完案主的重寫故事後，由社員見證會說出此故事觸動自己的迴響(Embodiment)及對當事人的期望，顯示案主不單重寫自己的生命故事，更同時豐厚了他人的生命故事。

3. 故事重敘再重敘(Re-telling of re-telling)

當時人反省及評估以上迴響對自己最有幫助的部分，並思考將來自己的可能性。

4. 解構(Deconstruction)

輔導員與案主暫時放下輔導員和案主的身分，不分地位高低，坦誠地分享、討論和澄清於對話過程中不明白、特別重要及觸動的地方。

對話例子

故事敘述為敘事治療當中最著重於輔導員及案主關係的部分，需要輔導員運用恰當的提問技巧重構案主的另選身分，因此以下特別收錄了此進路中「把問題命名和外化」及「重寫生命故事」部分中的建議及對話例子以供讀者參考：

1.1 把問題命名和外化(Naming and externalization of problem)

把問題外化並非要開脫責任，而是把問題拉遠至可以檢視的距離，讓案主看清自己在吸毒行為中想尋找甚麼、行為的動機(intention)是甚麼，繼而有空間看待和使用案主的資源。

運用外化對話，需要從案主的吸毒行為找出其動機才有助案主尋回被忽略而有價值的個人身份結論。以教會活動為例，一個人願意到教會聚會，總有其動機。人願意回教會，大概是因為人生中有些經驗教我們知道神的重要性，在我們遇到挑戰時神會與我們同在。如一個人遇到問題，可選擇與上帝聯繫，希望不用單打獨鬥；但同時一個人亦有機會選擇與毒品聯繫，逃避問題。因此去教會或吸毒的動機都可能是尋找聯繫，以至於困難時不用孤軍作戰。雖然吸毒行為為案主帶來很多麻煩，但案主想「尋找聯繫」的動機並不是壞的。

1.1.1 外化對話例子

以下的對話中：輔導員＝輔；案主＝案

對話重點

了解案主參與面談是甚麼動機？

反映案主此刻想把毒品放在甚麼位置？

- 當案主坐在我們面前時，已表示他想與毒品保持一定距離，但又不能假設他想完全脫離毒品，若立即叫他放棄毒品，可能會引起其反感

起初毒品怎樣闖進案主的生活，那段日子案主在找尋甚麼？

所尋找的東西有何重要，有甚麼故事把這東西和案主所珍惜和渴望的生命連繫起來？

- 慢慢拆解案主所尋找的細項，幫助案主看清對自己生命的期望

對話例子

輔：「有甚麼原因令你來與我見面？」

案：「（某某）迫我來的，我都不想來。」

輔：「雖然你不想來，但結果還是來了，或許你亦帶著一些期望來，我們可以藉此探討一下。」

輔：「你當初怎樣接觸到毒品？」

案：「朋友帶我去party，去了朋友家，他邀請說好好玩，便試了。」

輔：「當時朋友告訴你很好玩，叫你試，但其實很多學校也做了些禁毒教育活動，當你在學校時，有沒有聽過這些？」

案：「都知道一點。」

輔：「但結果你也試了毒品，其實你是不是真的想試？你是否相信你的朋友說那是很開心、很好玩？」

案：「朋友當然相信。」（或）

「當時一大班朋友在一起，都想一齊做，覺得朋友不會害自己。」

（發現案主原來想尋找與朋友的聯繫）

輔：「似乎你很信任你的朋友，為什麼你會對朋友這樣信任呢？」

輔：「朋友對你而言有多重要？」

案：「很重要，沒有朋友我的生活會很孤單。」

輔：「這是否反映你渴望有人陪伴你？」

對話重點

所珍惜和渴望的生命遠景是怎樣的？

- 使用帶有使命感的字眼，可有助帶動案主思考

毒品問題把案主和其珍惜和渴望的生命拉近還是拉遠了？

- 因為當一個人不喜歡某件事，才會令他想到改變

甚麼時候問題不能肆虐？

- 建議這階段不直接問「毒品何時不能肆虐」，因為對戒毒者來說可能跳得太快，當「毒品」一詞進入話題，案主就會自我縮小，我們要嘗試幫案主建構其自我價值

以往有沒有一些案主能抵抗問題的情景？

- 尋找案主的特殊事件(unique outcome)，而這些特殊事件是來自案主過去的經歷
- 幫他從回憶中拿這些東西出來，像尋寶（那些事是他們自己已經有的，我們是幫他們尋找出來）

經過以上傾談，你發現案主做了甚麼跟平常不一樣的事？

- 案主可以被毒品影響至不能自我控制（問題身份，problem saturated identity），但同時他亦可以是一個想自己被人信任及曾經被人信任的人（另選身份，alternative identity）
- 他/她喜歡這樣嗎？為甚麼喜歡或不喜歡？

對話例子

輔：「你希望自己成為一個怎樣的人？毒品是幫你走向這**方向**，或帶你**朝著**這個**目標**前進？還是使你遠離了這**方向**？」

輔：「其實毒品令你出現一些不良狀況（可舉例），你明明想達到剛提及的目標，毒品卻令你做不到，把你與那方向的距離拉遠了，其實你喜歡這樣嗎？」

輔：「綜合上述情況，你發現是甚麼影響你時常重蹈覆轍？」

案：「我認為是『孤獨』和『羞愧』阻礙我堅持下去。」

輔：「甚麼時候『孤獨』和『羞愧』的能力較弱？」

輔：「有沒有試過有些時候想返回你想走的方向、想做一個別人可信任的人？你試過做一些甚麼東西讓你回到這方向？」（或）

「那麼有沒有在兒時做過一些讓人信任你的事？是甚麼事？」

輔：「你兒時已經懂得這樣想，你怎樣會這麼懂事？」

案：「曾經去過教會有位導師這樣做。」

（有不少案主表示兒時到教會所聽到的，原來對他們有很深的印象和影響，這往往是輔導員沒有想像到的）

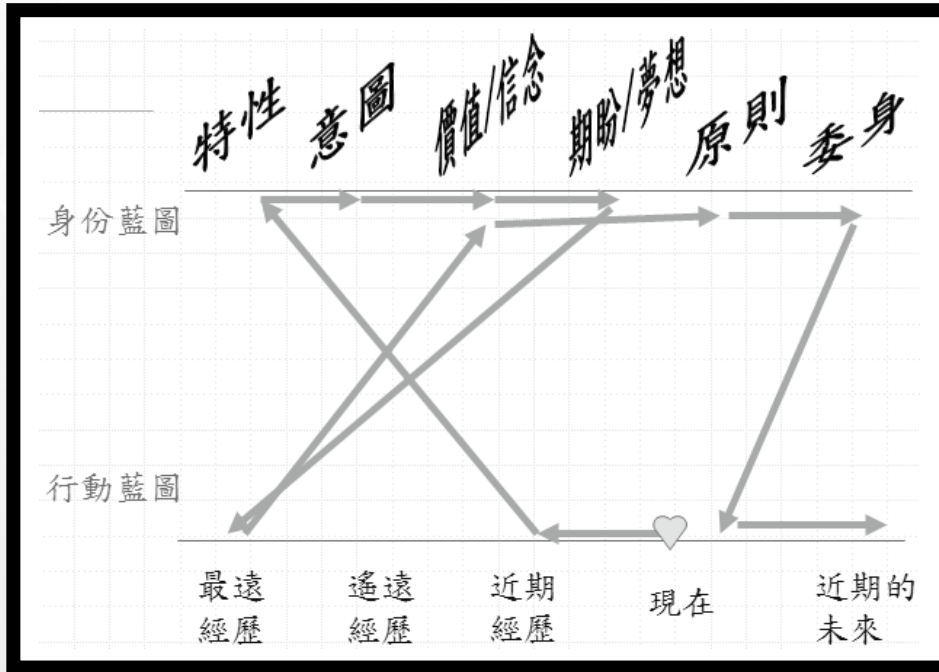
輔：「原來這些別人看起來不顯眼的事情，你會懂得用來提醒自己？」

輔：「為什麼你喜歡剛剛所講的這個你（另選身份）多於以往的你（問題身份）？」

1.2 重寫生命故事(Re-authoring conversation)

輔導員藉著雙重聆聽發掘與問題故事(problem story)不相符的特殊事件(unique outcome)，以行動藍圖(landscape of action)尋找案主過往的生活部份，從中整理出這些例外事件所隱含的堅持、抵抗和技巧，從而建構出身份藍圖(landscape of identity)，藉著重寫對話，找出被忽略而有價值的個人身份結論。

1.2.1 重寫對話地圖



圖一：節錄自黃孟嬌譯（2008）。敘事治療的工作地圖。Michael White著。台灣：張老師文化。

運用行動藍圖和身份藍圖的交錯描述（而不是只問其中一方藍圖），立體地刻劃出另選身份。

1.2.2 行動藍圖

輔導員與案主討論他由近期至遠期，不同時候的特殊事件，再仔細與案主重溫當中的細節，著重過往所發生的特殊事件之來龍去脈、不同的行動和對話。行動藍圖要夠詳細實在，才能建構出上方的身份藍圖。

1.2.3 身份藍圖

捉緊行動藍圖中的細節，運用重寫對話問句，幫案主找到一個他想成為的特選身分(preferred identity)，繼而以這特選身分為他帶來動力，為自己踏上將來的路 and 勇於面對毒品的引誘。

特選身分的作用是，若案主單為自己而作出改變是難的，但當他知道改變後不只自己受惠，而是能發揮到更大的好處和影響，就能推動案主改變。

1.2.4 重寫對話

身份藍圖	對話問句	例子
<p>特性(Quality) 敘事治療相信人的特性是後天培養出來的（基督徒則傾向相信除了先天或後天培養外，還有另一項因素，就是上帝賦予的恩賜(gift)和塑造(shaping)）。教會可以因著不同事奉機會成為讓人看到自己的特性和恩賜的場所。</p>	<p>「以上的回顧，反映案主是個怎樣的人？」</p> <p>「案主在抗衡問題方面有甚麼心得？」</p>	<p>案主清醒時可能是個很會關心人、有負責任、衝動，或令別人信任的人</p>
<p>意圖(Intention)</p>	<p>「這顯示案主對於生命有甚麼意圖？」</p>	<p>可能是因為自己喜歡做、想做；亦可能是因為看到需要而去做</p>
<p>價值、信念(Value and belief)</p>	<p>「案主有甚麼信念和價值觀？」</p>	<p>在我有能力的情況下幫助別人 / 不做傷害別人的事 / 做神喜悅的事</p>
<p>期盼、夢想(Expectation and hope)</p>	<p>案主抱持甚麼期盼和夢想？</p>	<p>我很想自己能幫助他們 / 盼望對方能經歷神</p>
<p>原則(Principles)</p>	<p>當中隱含案主哪些做人的原則？這些原則的基礎是從哪裏來的？有甚麼故事讓輔導員看見這基礎？</p>	<p>不可絆倒人</p>
<p>委身(Commitment)</p>	<p>回憶這故事片段，讓案主想怎樣委身於自己以上所抱持的原則？有甚麼具體的行動？</p>	<p>活出基督</p>

參考資料：

部分內容資料來自基督教巴拿巴愛心服務團高級項目經理冼家慧女士、楊可嘉傳道、香港專業戒癮輔導學會林偉倫博士及註冊心理學家蕭麗霞女士在本計劃課程之分享內容。

Bill, W. (2001). *Alcoholics Anonymous* (4th ed.). New York: Alcoholics Anonymous World Services.

Borman, P. D., & Dixon, D. N. (1998). Spirituality and the 12 steps of substance abuse recovery. *Journal of Psychology & Theology* 26 (3): 287–291.

Crnkovic, A. E., DelCampo, R. L. (1998). A Systems Approach to the Treatment of Chemical Addiction. *Contemporary Family Therapy* 20 (1): 25–36.

Ferrini, P. (1991). *The Twelve Steps of Forgiveness*. Greenfield, MA: Heartways Press.

Marlatt, G.A., Barrett, K., & Daley, D. C. (1999). Relapse prevention. In M. Galanter & H. D. Kleber (Eds), *Textbook of substance abuse treatment. (2nd ed.)*. Washington, DC: American Psychiatric Press.

Friends in Recovery (1994). *The Twelve Steps: A Spiritual Journey (Revised Edition)*. San Diego: RPI Publishing.

Usher, D. (2013). *Twelve Steps to Spiritual Health*. London: The Lindsey Press.

William, C. & Charles, J. (1964). *Pastoral Care in Historical Perspective*. New York: Aronson.

任志強（2011）。關於香港普及文化與香港青少年的十條命題。再思青少年牧養：現況、理念與策略。李耀全編。香港：崇基學院神學院。

貝內爾著、尹妙珍譯（2004）。*心靈關顧*。香港：基道出版社。

陳一華（1996）。*全人醫治*。香港：基督教文藝出版社。

梁永泰（2011）。普及文化缺席與青少年牧養逃兵：香港教會的文化使命重尋。再思青少年牧養：現況、理念與策略。李耀全編。香港：崇基學院神學院。

黃月英（2011）。牧養職青的態度與具體策略。再思青少年牧養：現況、理念與策略。李耀全編。香港：崇基學院神學院。

黃孟嬌譯（2008）。*敘事治療的工作地圖*，Michael White著。台灣：張老師文化。

蕭麗霞（2006）。從基督徒角度看敘事治療。*教牧期刊*，21。2006年11月。

謝永齡（2003）。*青少年心理問題*。香港：中文大學出版社。

羅邁著（1999）。*邁向全人靈修的十二步驟*。香港：公教真理學會。

鳴謝

本教材套能夠順利出版，特別鳴謝禁毒基金的贊助。另外，實端賴多位課程的主講嘉賓熱心支持「抗毒非凡之旅」專業綜合培訓課程計劃，他們除了擔任課程的分享嘉賓，部分人士更為本教材套撰文，在此衷心感謝（排名不分先後）：

註冊心理學家蕭麗霞女士
 明愛朗天計劃臨床心理學家李志強先生
 香港專業戒癮輔導學會臨床心理學家林偉倫博士
 香港專業戒癮輔導學會輔導心理學家唐弘智博士
 臨床心理學家江嘉偉先生
 資深臨床心理學家吳桂生博士
 資深社會工作員黎子中先生
 香港路德會社會服務處路德會青欣中心主任鄧國禧先生
 香港聖公會福利協會新念坊社工李芳姑娘
 東華三院越峰成長中心社會工作員黎定女士
 東華三院越峰成長中心社會工作員滕琴子先生
 東華三院越峰成長中心社會工作員李智仁先生
 家庭與學校合作事宜委員會副主席曾永強先生
 基督教正生書院陳兆焯校長
 基督教新生協會鄭振華牧師
 東區尤德夫人那打素醫院藥物誤用診所精神科資深護師魏基雄先生
 北區醫院精神科專科陳虎醫生
 泌尿外科專科黃國田醫生
 正方中醫診療所註冊中醫師田皓瑤女士
 康德堂中醫診所歐卓榮醫師
 元朗警區警民關係組學校聯絡主任王學信警長
 元朗警區特別職務隊袁偉靈警長
 大埔警區警民關係組學校聯絡主任梁文麟警長
 大埔警區警民關係組學校聯絡主任關德忠警長
 大埔警區警民關係組學校聯絡主任伍永昌警長
 大埔警區警民關係組學校聯絡主任賴俊文警長
 葵青警區警民關係組學校聯絡主任康家亮警長
 葵青警區警民關係組學校聯絡主任鄧慧明警長
 中區警區警民關係組學校聯絡主任郭思偉警長

基督教巴拿巴愛心服務團簡介

本機構於1981年成立，由一群基督徒組成，並以聖經人物巴拿巴為榜樣，學效他接納弱勢、無私奉獻的精神去服務受眾。

我們主要的服務對象是女性吸毒者，以「福音戒毒」的治療模式協助她們戒除毒癮，同時幫助她們改善家庭關係，並透過「同行者計劃」、「試工計劃」等服務，帶動社會人士關顧這群體的需要。現時有三個戒毒康復服務單位，分別為南丫島訓練之家、馬鞍山中途宿舍及馬鞍山短期院舍。

除院舍服務外，巴拿巴也發展不同項目，包括社區及學校的禁毒教育。自2008年至今，一直獲得保安局禁毒處委託為高小學生推行禁毒教育活動計劃。另外我們亦有安排資深社工到醫院為吸毒人士提供輔導及多元化的支援服務。

編輯小組

冼家慧 周文婷 謝秀怡

出版日期

2014年4月

印刷數量

1500本（版權所有，不得翻印）

出版者

基督教巴拿巴愛心服務團有限公司

地址：新界馬鞍山利安邨利華樓地下A及B翼

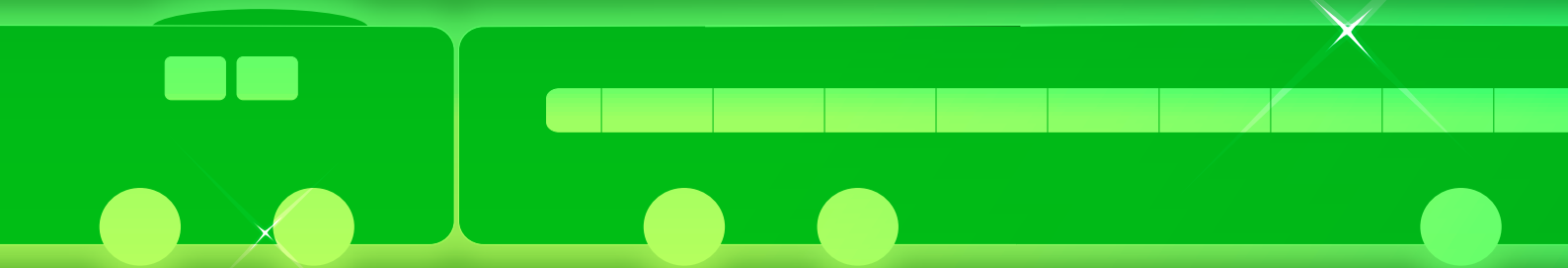
電話：2640 1683

傳真：2640 0391

網址：<http://www.barnabas.org.hk/>

電郵：mos-office@barnabas.org.hk

本冊內經文取自《新標點和合本聖經》，版權屬香港聖公會所有，蒙允准使用



編輯小組

冼家慧 周文婷 謝秀怡

出版日期

2014年4月

印刷數量

1500本（版權所有，不得翻印）

出版者

基督教巴拿巴愛心服務團有限公司

地址：新界馬鞍山利安邨利華樓地下A及B翼

電話：2640 1683

傳真：2640 0391

網址：<http://www.barnabas.org.hk/>

電郵：mos-office@barnabas.org.hk