

以家庭為本之戒毒輔導手法 |

「雙重導向」評估與介入

以家庭為本之戒毒輔導手法 — 「雙重導向」評估與介入

出版／香港路德會社會服務處 路德會青怡中心

督印人／行政總裁 雷慧靈博士 JP

編著／張家年 胡永華

校對／羅燕雲 張明燕

封面設計／周曉嵐

美術設計／梁肇康

版次／2020年6月 第1版 第1次印刷

印刷數量／500本

國際標準書號 ISBN／978-988-74723-0-8

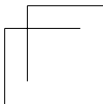
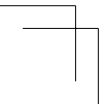
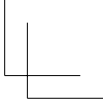
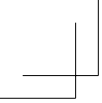
Print in Hong Kong

網址／<http://evergreen-ccpsa.hklss.hk/>

電郵／y08@hklss.hk

贊助／禁毒基金

版權所有，不得翻印





序

吳雪琴女士 服務總監
香港路德會社會服務處

隱蔽吸毒現象所帶來的各種挑戰已成為迫切需要正視的問題，及早辨識隱蔽吸毒者是禁毒工作的重要策略之一。面對吸毒隱蔽化問題，家人在辨識和介入方面擔當著重要的角色。因此，如何有效支援家人，將吸毒者由社區隱蔽狀態，連結至戒毒輔導服務，亦成為我們工作重點之一。

香港路德會社會服務處轄下的三間濫用精神藥物者輔導中心，過去均透過不同的服務計劃，協助隱蔽吸毒者及其家人。其中，路德會青怡中心一直致力於透過家人支援和介入，深化對隱蔽吸毒者的輔導工作，並積極發展本土化的「以吸毒者家庭為本」介入框架及輔導手法。為進一步回應吸毒隱蔽問題和發展此家庭為本介入手法，中心於2018-2020年推行由禁毒基金贊助

的『家添一步』——隱蔽吸毒者家庭及社區抗毒計劃。

本計劃引用「雙重導向」框架，以「戒毒導向」與「家庭導向」同步支援隱蔽吸毒者家人，透過強化、介入和鞏固三個層次作跟進，並發展出五項「家庭戒毒支援能力」作為評估和介入工具，這不單有助工作人員和家人評估戒毒計劃的方向和成效，更讓家人掌握吸毒者與家庭現時的處境，以及未來可行的方案。藉此提升隱蔽吸毒者家庭在面對家人毒品問題的應對能力及支援，並協助處理家人因吸毒問題而衍生的衝突及雙方的苦悶，從而增加隱蔽吸毒者願意進入戒毒服務的機會。

經過多年的吸毒者家人介入工作，中心總結了一些前線服務經驗，期望藉出版此書，與業界分享，促進戒毒同工彼此的交流與學習，共同面對戒毒工作的挑戰。

以家庭為本之戒毒輔導手法



	2 / 序
	6 / 第 1 章 引言
	家人求助
	12 / 第 2 章 認識以家庭為本之戒毒輔導手法
	雙重導向
	戒毒導向
	家庭導向
	56 / 第 3 章 吸毒者特質
	圍著毒品捉迷藏
	76 / 第 4 章 環境管理
	讓環境改變生活

目錄

92 / 第 5 章	轉化時刻
呼喚藏在毒品後的家人	
母親的改變 轉化時刻特寫	
協助家人創造轉變 轉化時刻特寫	
130 / 第 6 章	家人資源
重拾對自己的重視	
152 / 第 7 章	家庭關係
走出糾纏的關係	
無言夫妻的關係重建 家庭關係特寫	
182 / 第 8 章	專業協作
社工的角色	
輔導心理學家的角色	



第1章

引言



家人求助

張家年

在戒毒輔導的電話熱線裡，吸毒者自行求助只佔整體的35%。另外的57%，其實是親友發現身邊有人吸毒，而率先尋求協助（其餘的8%來電包括一些機構與不透露身份的查詢）。這些親友中，家人佔了大多數。戒毒服務中，在現有直接支援吸毒者的服務外，掌握如何支援求助的家人，促使家人發揮其重要角色，才能抓緊推動戒毒的先機。

在家人求助的個案中，輔導員常見的迷思是如何取捨家人的個人需要，和推動戒毒。家人在懷疑或發現家中有吸毒問題時，會有各種的反應。有些家人會努力維持冷靜、理性，把情緒壓下。有些家人懷著擔心和恐懼，心中希望問題不要惡化，甚至默默忍受，期望事情不是真的、問題會自然好起來

等。亦有些家人的內心被心痛和憤怒佔據，難以平靜下來。事實上，大多數家人對吸毒問題的反應不會始終如一，而且輔導員要看到的，是家人的反應背後的動機和需要。

「我可以怎樣幫她戒毒？」「你們有甚麼方法幫她戒毒？」這些都是家人致電熱線時的常見提問。部分家人表明願意為著協助吸毒者而吞聲忍氣、傾家蕩產、折壽十年也在所不計。雖然如此，輔導員不能單靠家人的一、兩句提問，斷定家人的需要只是協助戒毒。

有些家人，在協助戒毒的過程中，帶著很多的擔心。例如：吸毒者會否對家庭成員作出身體或心理傷害、吸毒的問題根源會否是家人的罪責等。對某些家庭來說，尋求協助或者表達備受威脅，都因為有著羞恥和罪疚感，而



難以啟齒。部分家人會避免提及經歷的詳情，不斷提問如何處理。另外，亦有些家人認為照顧自己的需要和盡力協助戒毒是自相矛盾，因而只偏重了一方。故此，輔導員需要耐心了解家人的看法和體會。如果家人的看法有所偏重，輔導員可以提出關注，幫助家人說出需要。

導向

協助家人關注個人需要

例子

- 一日之中有甚麼時候，你不用擔心他／她吸毒？
- 你為了他／她想了很多、做了很多。甚麼時候，你是在為自己而生活？

這些提問都來自以家庭為本之戒毒輔導手法（後稱家庭為本手法）之中，兩個不同的導向。在下一章，我們會把手法稍作講解，而後續的數個章節，會以應用的實例作分享。

導向

協助家人關注戒毒

例子

- 他／她吸毒前是怎樣的一個人呢？還有甚麼時候你看到這影子呢？
- 發生了這麼多的事情，你在想像他／她真的這麼享受吸毒嗎？



第 2 章

認識以家庭為本之戒毒輔導手法



雙重導向

張家年

家人求助時的兩個主流方向，協助戒毒和家人個人需要，令發展初期的家庭為本手法被動地分割成回應家人需要或戒毒。然而在經驗累積中，我們不難發現很多時候，著重個人需要的家人，口中說要趕絕吸毒者，背後隱藏著不願放棄吸毒者的情結；亦有設法推動戒毒的家人，在過程之中逐漸體會自己陷人情緒的低點，亦難以有效支援吸毒者。這些情況都提醒我們導向的傾斜，可能令家人漸漸走進困境。這就像種植，只澆水、不施肥，長得高，卻長不大，更不會長久。

單純的戒毒方向，不少強硬的戒毒手法都快速地磨損家庭關係，往往耗用家人的內在資源。相似地，單單強化家人自身資源和家庭關係，卻不過問

第2章 | 認識以家庭為本之戒毒輔導手法

吸毒者的情況，不但可能容讓吸毒情況惡化，也引發家人的內疚。事實上，有一些家庭習慣了吸毒的存在，對於毒品引發的破壞啞忍不下十載。

理想的做法，或許是一直平衡上述兩大方向。Stroebe & Schrat

於1999年提出喪親的悲傷經歷中，人時常在失落 (Loss) 和重整

(restoration) 中徘徊。這種「來回又折返」的經歷在家人面對家中有毒品問題時有幾許相似。家人此一刻因應個人的心境，暫時放下協助戒毒的想法，開始重整生活。下一刻，卻不是毒品問題找上門，就是自覺不容放棄。這種徘徊，在摸不清時，只是困境和矛盾。其實，這是一種平衡的方法。真正的困境是當我們只容許和推動一個方向，不容許另一方向的出現。請想想，如果喪親者不能就其失去而哀悼，只能專注生活；又或只著重失落，停頓在沒有重整的生活，那會怎樣呢？



家庭狀況和推動戒毒往往有著複雜的連繫。在處理兩者上，亦有著相輔相成的關係。我們經驗累積而來的家庭為本手法，正是呼應家人需要和推動戒毒的關連，以「雙重導向」處理。家庭為本手法中「戒毒導向」和「家庭導向」是並存的概念，而不存在步驟先後之分。

手法的初心是透過家人支援吸毒者戒毒，所以手法中的其中一方面當然是戒毒導向。以個人為基礎的戒毒輔導一般會著眼在吸毒者使用毒品因素，包括生理特質、情緒特質、人生經歷、社交群體、生活環境、文化、吸毒的主觀體會等等。這個吸毒因素的探索，令戒毒的過程切合吸毒者個人的需要。另一方面，這裡說的家庭導向有別於一整套的家庭治療，而是針對家人當下所需以至調整家庭關係，建立出有利家庭發展以及處理毒品問題的家庭型態。

第2章 | 認識以家庭為本之戒毒輔導手法

這兩方面的導向其實是協助家人發揮正面的影響力，這和輔導員提供予吸毒者的戒毒輔導有幾分相似。戒毒導向猶如輔導員要和吸毒者共同處理毒品問題的過程。家庭導向之中的顧及個人需要和調整關係，就像輔導員需要平衡自身狀況和建立適切的輔導關係。

然而，家人和輔導員一般有不少的分別。一方面，家人和吸毒者之間有著非輔導的緊密關係，在介入之前，已擁有共同生活與成長經歷，建立了固有的印象，而且在平日生活，常有相處和牽連（第180頁的「圖1」）。另一方面，在自我的心理調適和戒毒輔導上，家人一般沒有相關的訓練和知識。取而代之，有些家人在經歷家中毒品問題，掌握到相關的實際經驗。在家庭為本手法之中，有多個層面強調家人資源、家庭關係，以及家人區分吸毒者本身和吸毒問題。

以家庭為本之戒毒輔導手法

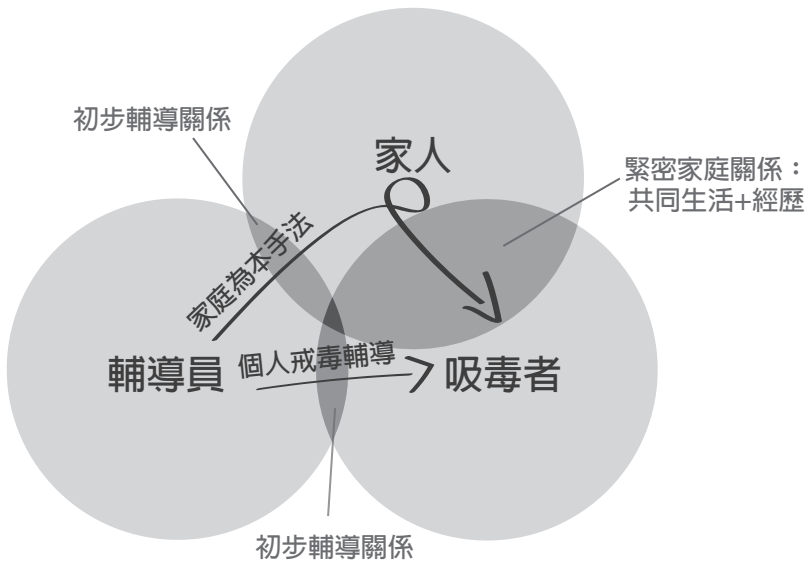


圖 1

第2章 | 認識以家庭為本之戒毒輔導手法

兩個導向共有五個層面（第20頁的「圖2」），各層面關係緊密，形成一個五角形。手法的目的就是透過考量各層面的程度，先把弱勢的層面提升，而且再平均地強化各層面。就如圖所示，當各層面提升，整體代表著支援戒毒能力的五角形面積亦會擴張，成為承載吸毒者改變的支援網。接下來兩節，會分別認識兩個導向的不同層面。

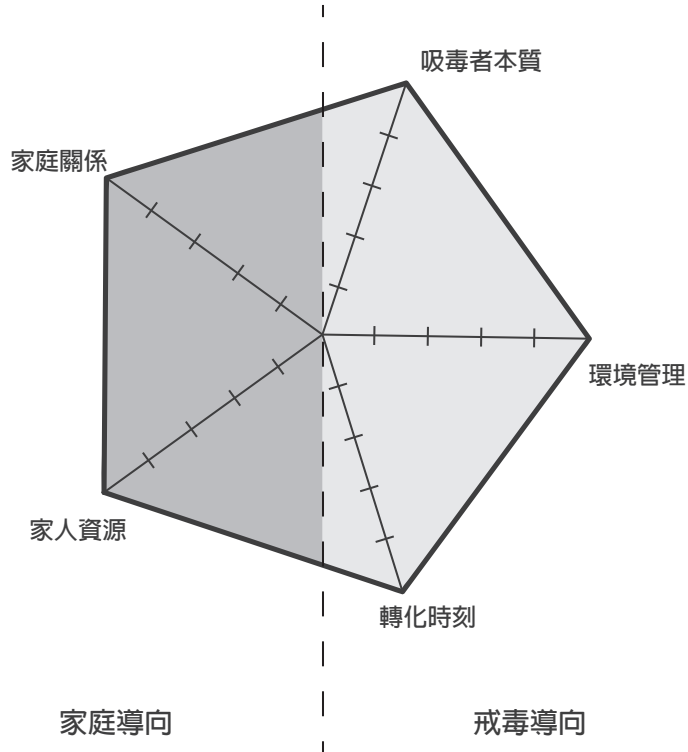


圖 2

戒毒導向

張家年

戒毒導向分為三個層面：吸毒者本質、環境管理和轉化時刻。這個導向以戒毒輔導為基礎，主動了解和創造戒毒的契機。這個導向要了解吸毒者使用毒品的因素和習慣，包括生理特質、情緒特質、人生經歷、社交群體、生活環境、文化、吸毒的主觀體會等等。透過如此的探索，令戒毒的過程切合吸毒者個人的需要。這個導向又會了解毒品對吸毒者的影響（例如吸毒滿足了甚麼需要，如何達到目標），以及吸毒者如何應對毒品。手法中這些探索會由家人和輔導員合作處理。

不少家人求助時，都疑惑有甚麼直接的方法停止吸毒行為。對他們來說，他們渴望透過一些環境上的安排去杜絕所有吸毒的機會。他們可能在家



中安裝額外的門鎖、長時間「人釘人」陪伴吸毒者，亦有計劃報警尋求強制戒毒。另一方面，部分家人又會聚焦於如何一下子令吸毒者即時戒毒。他們有的聽說某人一夜就戒了毒，「神化」了輔導員家訪接觸吸毒者，把它看成輔導員會用「特異功能」令吸毒者頓然改變。有些頓然改變的情況中，其實是呈現一直推動戒毒的結果。戒毒導向的手法，正是以三大層面幫助家人有方向地推動戒毒。

吸毒者本質

家人把吸毒者和吸毒問題分開，並看清楚兩者的關係，是協助吸毒者戒毒的重要基礎。然而，這個基礎一般需要刻意建立。家人發現吸毒的情況，可能心存懷疑，又擔心進一步了解會令吸毒者有負面的反應，或者自己也不想知那麼多。但是，越是不熟識的事情，人就越容易有刻板印象。有時，家人一再抱怨「為何他／她要吸毒？」，卻非進一步認識吸毒的情況和原由。

第2章 | 認識以家庭為本之戒毒輔導手法

其實就是在吸毒者本質的層面停滯。家人可能未有心理準備去投入處理毒品問題（這方面可以參考另一層面：家人資源），也可能沒有意識到自己把毒品問題和吸毒者等同了。

家人把吸毒者和毒品問題等同的情況，影響卻往往不止家人的想法和心情。這很可能引發自我應驗預言：吸毒者或把自己等同問題。吸毒者有時出現「我無得救」等的無奈和無助，正是需要家人的明白和支持。

家人需要將毒品問題外化，把它和吸毒者本人分開，避免以吸毒行為來標籤他／她的人生（第24頁的「圖3」）。事實上，家人要驅逐的不是吸毒者，而是毒品以及背後引發吸毒的問題。家人的同盟是吸毒者的理智和本質。吸毒者自己往往在吸毒上體會內在矛盾，但擔心被指責和令家人失

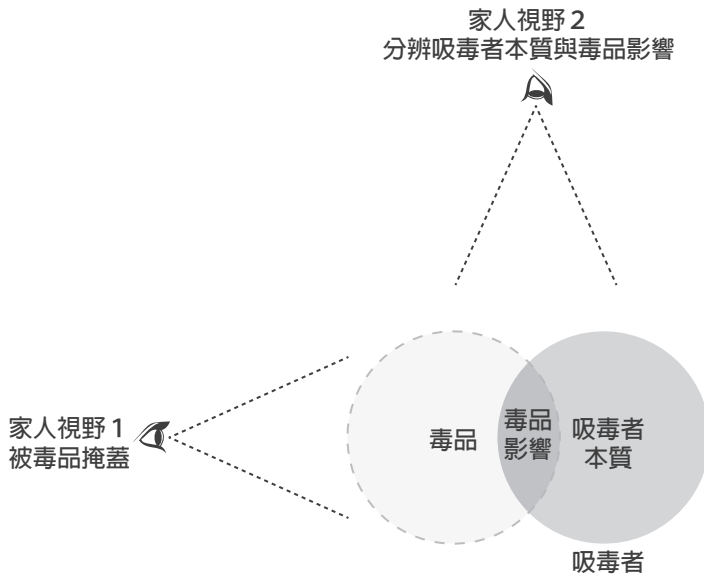


圖 3

第2章 | 認識以家庭為本之戒毒輔導手法

望的罪疚感，往往啟動了吸毒者的自我保護。這些自我保護，有時變成了和家人的對抗。若家人能分開吸毒者的本質和毒品問題，他們可以同理吸毒者，察覺毒品和吸毒者本質之間的互相影響。例如：吸毒者以吸毒行為嘗試填補空虛。若家人明白到吸毒者的需要，不少吸毒者都會戰戰兢兢地嘗試表達他們的需要和人性的脆弱面。這種情況一般能強化家人支援動力。這個層面的手法上，有時會用上輔助工具，包括辯證行為治療的鏈鎖分析（chain analysis）和 community reinforcement and family training 中的功能分析（functional analysis）。

這些分析把吸毒的因素和影響，由吸毒者的常態分開，有助計劃和實行改變。當眼前不再只是吸毒問題，而是發掘和體會到吸毒者本質的線索，家人大多會有更大動力去協助戒毒和改善與吸毒者關係。相反，若家人一直只看見毒品問題，忽略了吸毒者本身，輔導員很容易體會到家人好像只是在執



行任務，或者把吸毒者交托予輔導員。

另外，輔導員可以和家人透過回顧生活瑣事和經歷，進一步發掘吸毒者的個人特質，特別是長處，還原吸毒者在家人心目中的完整性。

然而，當家人看見分開了吸毒者的本質和毒品問題，就會更清晰看見吸毒者內心的脆弱、痛苦和掙扎，亦可能質疑自己以往對吸毒者的不理解、誤會。對家人來說，這是珍貴卻沉重的體會。家人可能在承受內心的矛盾和不穩時，傾向尋找快速的出口，逃離現實中的沉重。有時家人會期望有一下子就完成的處理方法；有時家人會作出簡單的歸因和結論，把問題以及嘗試改變的責任指向自己或他人。例如：「只有他／她自己才救到自己」、「是我和他／她爭執，令他／她離家出走就學壞了」、「吸了毒就沒救了」。然

而，在複雜的事情上，單純的期望和簡單的結論所發揮的作用一般只是減少了沉重感，卻限制了家人實際發揮影響力的彈性和動力。所以在發揮戒毒導向的同時，亦要顧及家庭導向，加強家人資源，保持家人的承載能力，發揮相輔相成的作用。

環境管理

在環境層面上，輔導員會進一步和家人商討，如何發揮家人的影響力。家人在其他層面的能力，特別是吸毒者本質層面的能力，其實都有助環境管理的執行。例如：在吸毒者本質上，家人分割吸毒者的本質和毒品問題，將有助環境管理中，仔細辨別吸毒者不同的狀態，採取切合情況的行動。或者，在家庭關係上減少糾結，亦可以令環境管理更為有效。家人的資源，包括心理韌性，也是考慮的重點。輔導員可以和家人一同預期可能出現的衝擊，並以階段性的方式，嘗試環境管理。



若仔細去了解這層面，會發現環境管理主要分為抑制吸毒和強化無毒生活。環境管理在執行上會有很多理性的討論，亦包括一些教育的工作、計劃和行為實驗，以建立一個合乎現況和有利戒毒的環境。

所謂抑制吸毒，就是考慮吸毒者的本質和吸毒因素去減少吸毒的可能性、用量或次數。例如，吸毒者可能習慣了以吸毒體驗逃避內心的不平靜。有些環境的安排上會檢視家庭之間的互動。各家人在互不知情的情況下應吸毒者的解釋給予他金錢，可能會增加吸毒者索取金錢的機會，吸毒者發奮和與人互信的基礎被進一步破壞。家人和輔導員會透過對吸毒誘因的認知，安排方法減少吸毒的可能（第 29 頁的「圖 4」）。不少家人會留意到一些吸毒前後的情況，例如心煩、酒醉、失聯。家人和輔導員可以了解吸毒者做出行為時背後的原因，刻意調整生活。有些家人會增加聆聽吸毒者煩惱。有些家人和吸毒者作一個星期的約定，嘗試在家喝酒代替外出喝酒，或增加與家

第2章 | 認識以家庭為本之戒毒輔導手法

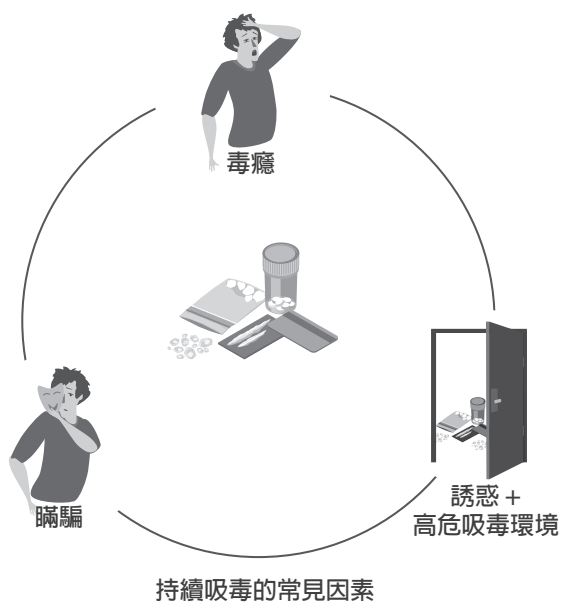


圖 4



人共聚的時間。針對家人有時過度頻密地聯絡吸毒者，輔導員亦會和家人檢視如何平衡給予吸毒者的壓力，以及表達提醒、關心。家人又可透過實質行動「獎勵」吸毒者嘗試戒毒，例如表達欣賞，或者給予湯水、額外關心等。在以往的經驗，這樣的獎勵不只是鼓勵戒毒，亦提醒吸毒者家人對戒毒的關注和同行。

吸毒者常常在抑制吸毒上體會到壓力。抑制吸毒的環境管理，令吸毒的難度提升，令吸毒者需要更直接面對吸食毒品的代價，以及思考改變。當然，吸毒者可能會一再挑戰家人的底線，以避免原有的生活模式被改變。在減少吸毒時，他／她會因對毒品的生理依賴感到不適。改變習慣和生活管束亦會帶來壓力。加上，去除吸毒相關的正面體會（例如吸毒的環境、人際圈、吸毒幻覺中的能力感，放空腦袋的體驗）會令吸毒者不安。故此，在抑制吸毒上，都要顧及吸毒者如何面對適應改變帶來的壓力。

第2章 | 認識以家庭為本之戒毒輔導手法

在抑制吸毒上，有些家人會期望一些徹底的方案制止所有吸毒行為。然而，有許多現實的情況，並不會有如此徹底的方案，又或者當中需要很多的取捨。輔導員需要和家人就現況作合理的預期，並且對戒毒中的進展有仔細的觀察，按進展調整方案。

除了抑制吸毒，家人亦可以強化無毒的健康生活。這方面所強調的，是環境安排上不要只衡量是否減少吸毒的短期效果，而需要建構本來被毒品破壞了的生活。不少吸毒者，其實自覺工作被局限和衝擊、擔心破裂的關係無法修補，亦可能喪失生活樂趣、健康的習慣，令到吸毒者對改變現有的生活充滿挑戰和焦慮。就此，輔導員會和家人了解吸毒者的需要，努力幫助吸毒者建立個人與吸毒無關的良好生活模式。這些包括加強自理習慣、健康的作息規律、給予真誠的關心和接納、重新建立興趣、處理身體的不適等。吸毒者在戒毒上的焦慮，難以單靠理智去化解。家人如此的支持，令吸毒者一步



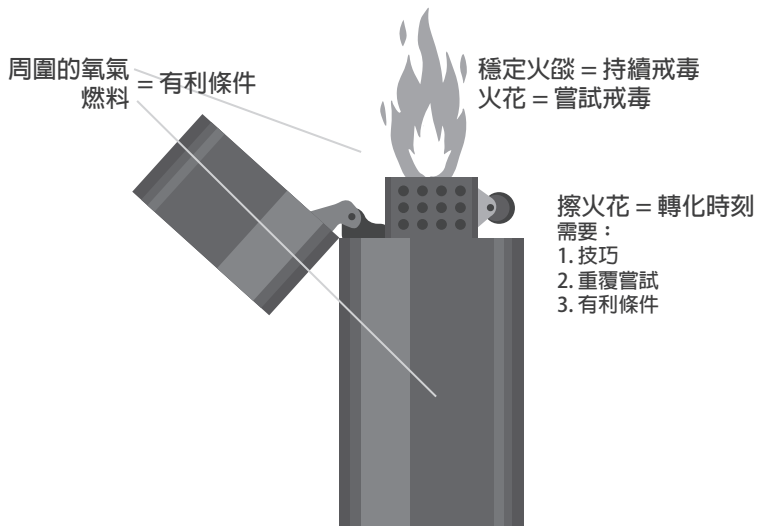
步獲得實質的良好停毒經驗和掌控感，並在遠離毒品的路上體驗到確切的目標和希望。

輔導員在和家人處理環境管理這個層面，應該強調當中的實驗性，和留意家人的擔憂。雖然不少家人的擔憂，在權衡利弊和強調先嘗試後檢討的方法後，得以紓解。然而，有些家人的擔憂，其實揭示了家庭關係和家人資源層面的困擾。例如家人可能因家庭未能提供完善成長環境，覺得虧欠了吸毒者，因而無法承受吸毒者的抱怨，影響了環境管理的彈性。又或者，家人沒有足夠的資源和知識去應對吸毒者可能出現的威逼。這些情況都提示了家庭為本手法中，五個層面的環環緊扣。當考慮提升某一層面時，要顧及其他層面（特別是較弱的層面）能否承托改變，以免改變時處處碰壁。

註：不少家人在這個環境安排的層面上，都被「吸毒者不承認吸毒」所困擾，認為戒毒的第一步先要由吸毒者真誠地向家人承認吸毒，認同地表達吸毒是問題。雖然，如果家人和吸毒者一同商討安排，效果可能會更好。然而，如果家人跳離「吸毒者一定要承認吸毒」的執意，家人往往在開始執行環境安排後，吸毒者會變得主動回應吸毒問題。這是因為家人的行動已確切因應毒品問題，吸毒者難忽視毒品帶來的影響，也不能埋首在如何否認吸毒而迴避真正的毒品問題。

轉化時刻

不少家人都期望吸毒者有一刻「突然清醒」，即時戒毒。有的家人聽說某人吸毒十年，嘗試了各式各樣的戒毒方法都無效，但一夜間卻戒掉毒品。然而，這種說法，卻把過去經驗的累積都視為無物。家庭為本手法背後的信息認為這些頓悟，不是一下子而成的，而是不同經驗建構出來的成果。一刻



打火機：「突然清醒」的比喻

圖 5

的突然清醒過來，在家庭為本手法中會被稱之為轉化時刻。集中在轉化時刻的介入，近代的ARISE Intervention是一個很好的參考。家庭為本手法沒有全然採取其做法，故此在本章不作闡述。對於家庭為本手法所述的轉化時刻，我們可以用打火機點燃作比喻，就會說明得更清楚（第31頁的「圖5.1」）。

用打火機點燃物件，需要一些條件：燃料、氧氣和溫度。吸毒者的突然清醒也是需要有利條件的。這些條件一般是有利的環境和意義（例如：重視的關係）。明顯地，部分有利條件可以由手法中其他層面建立。有了有利的條件，不一定一下子就會成功。打火機擦火花來點燃，第一次用打火機，擦火花是一個不容易的動作，不是每次都會點燃成功。或許打火的速度太慢，或許大風把火一瞬間吹掉。在家人介入的手法中，轉化時刻就是「擦火花」，用來點燃出吸毒者突然清醒。這些轉化時刻都會被重視，而且是用心



建構而成。家人和輔導員也要考慮可能出現的時機，正如使用打火機時，要避開當風的地方。

其中一類轉化時刻，是家人以平靜又堅定的方式，邀請吸毒者和家人一同去和輔導員嘗試戒毒面談，並表達關注。做法需要家人能在重要時刻表達清楚關注和期望，準備好冷靜面對吸毒者對邀請不理睬或作出怒罵等反應。甚至家人需要聆聽清楚吸毒者的回應，互相作出協議。由此可見，一個轉化時刻，可能需要很多的準備。這類型的邀請，不只是為點燃而使用打火機，而是背後有三大用意。一，爭取開展戒毒。二，清晰傳達對毒品問題的關注，消除無效的糾纏。三，了解吸毒者的看法，以檢討應對方法。現實中，這些轉化時刻，可能會以不同形式出現，有時會需要多次安排和檢討，才能發揮強大的影響力。例如：輔導員事先和吸毒者的一眾家人排練與吸毒者的對話，又或者家人以外在利益吸引吸毒者接觸戒毒服務（例如，鼓勵吸毒者

第2章 | 認識以家庭為本之戒毒輔導手法

修補因吸毒而變壞的牙齒)。轉化時刻，就如打火機擦火花一樣，不一定每次足夠點燃。有時就是需要嘗試多幾遍。



家庭導向

張家年

家庭為本手法另一個導向是家庭導向。它有別於一整套的家庭治療，而是針對家人當下所需以至調整家人之間的關係，建立出有利家庭發展以及處理毒品問題的家庭型態。在戒毒專業和資源分配的前題下，輔導員對家人所提供的家庭導向輔導，是貼近家庭在面對毒品問題上的需要，而非代替家人的個人或家庭輔導。在家庭導向中，手法的重點落在家人資源和家庭關係兩個部分。

家人資源

處理毒品不但需要時間和技巧，更加需要一次又一次的努力嘗試。家人一般面對吸毒問題會經歷起起跌跌，常常體驗到失落和無助。這些感受有時是

第2章 | 認識以家庭為本之戒毒輔導手法

直接表達，有時亦會表現成憤怒、譴責吸毒者，或抱怨不被身邊人所明白。除了自身的感受，家人在協助戒毒時，更可能會承載吸毒者的情緒，包容一些不如意的結果，還要積極推動改變。家人推動戒毒的潛力縱然強大，但家人必需要有充足的心理韌性，才能夠在壓力之下，發揮正面的影響，保持較好的身心狀態。

那麼，怎麼才算有韌性呢？雖然文獻對心理韌性的因素有著不盡相同的說法，但一般都包含了穩定情緒、正面觀點、人際資源和家庭支持。輔導員應該對家人以上四方面有一定了解，以掌握家人可以承受的壓力程度。有時，家人過分集中在戒毒導向，沒有處理自己的壓力。

對求助家人來說，提高心理韌性看來不怎麼迫切，為何不直接想方法令



吸毒者停毒，或者減少家人的困苦呢？其實，答案在一直在前文提到：家人面對吸毒問題會經歷起起跌跌，又要適時改變策略。心理韌性可以令家人有足夠的彈性，有效處理毒品問題，經得起時間的考驗。

對於焦點在於支援戒毒的家人，這種說法建立心理韌性來提高能力去支持戒毒，是一個常用的觀點。實質的運用可以是聚焦一、兩件和吸毒者常見的衝突事件，同理家人在事件中的激動（情緒不穩定），並指出當中受到的衝擊。繼而，輔導員可以指出心理韌性如何影響家人在事件中的正面發揮，建立家人對提升自己心理韌性的動機。特別是患有情緒病的家人，要在協助戒毒中穩定自己情緒，殊不容易。輔導員需要幫助家人發掘自己免於困擾的空間（第41頁的「圖6」）。這個自我的空間，可以是放工後即時回家，可以是洗澡的時間，可以是逛公園的過程，也可以是一些朋友聚會。家人可能已遺忘了正面和令自己滿足的經驗。輔導員可以和家人探索經驗或建立新

第2章 | 認識以家庭為本之戒毒輔導手法

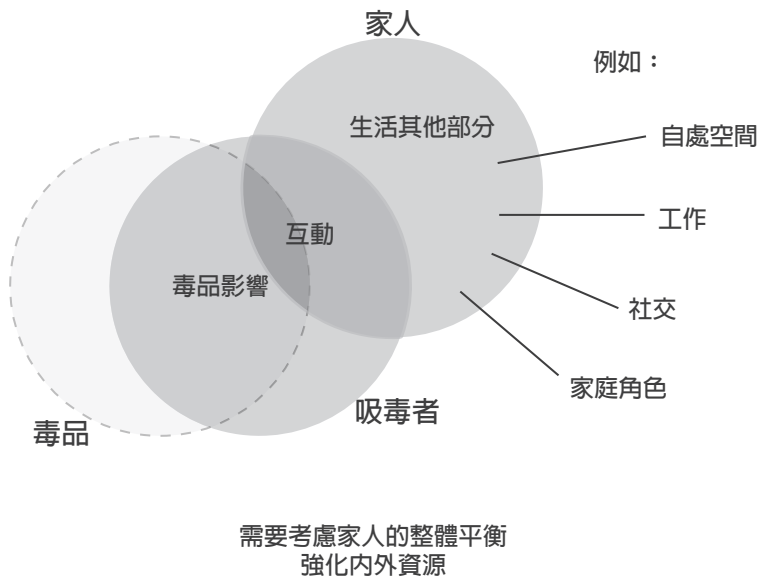


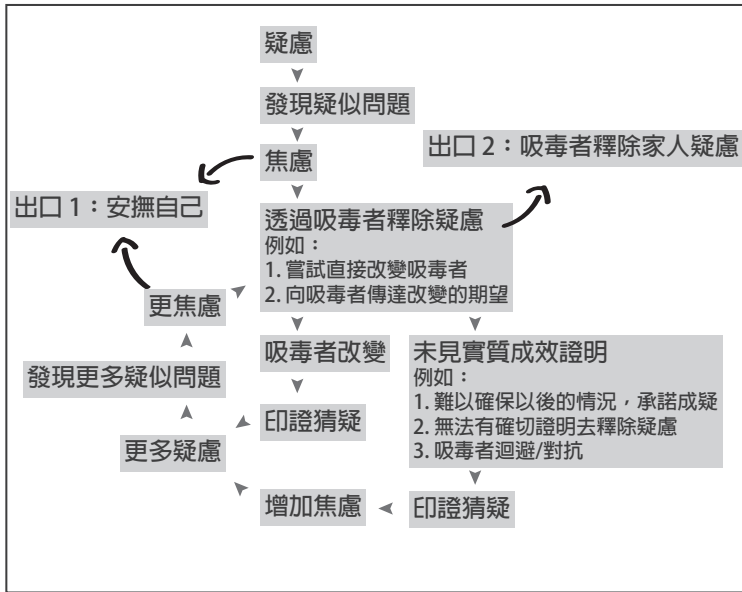
圖 6



的生活方式，來創造自我空間。輔導員亦需要留意，有時家人在自處才體會到自己的壓力，形成不重視自己需要，甚至對吸毒者過分施壓的惡性循環。另外，亦有些家人在自處時才發現對戒毒一事上難以抽身，這正是輔導員要協助家人調整關係的信號。

有些吸毒者在改變之中，因為擔心家人經歷失望，所以不想家人知道已經開始的進展。家人對家庭和其他方面的價值觀，亦會受到吸毒問題的挑戰。身心調整和預期如何應對危機，能幫助家人接納現況。部分家人聚焦在戒毒目標，卻忽視自身的需要。當家人日漸疲困，一再忽略內心，就更難同理吸毒者和對吸毒者維持有效的支援。輔導員需要考慮家人要面對的困難和可能出現的衝擊，率先提升家人對自我需要的察覺，增強家人內外資源。有些生活壓力，如債務問題、家庭角色分配失衡，亦需要評估。而且，輔導員亦要注意家人本有的長處和心理機能，如何在面對現況時發揮正面的作用。

第2章 | 認識以家庭為本之戒毒輔導手法



家人的解決疑慮模式

圖 7



而且，吸毒者有時更會指責與威脅家人。例如，吸毒者可能以自己的性命和家人的安危來威脅，要求家人提供金錢。家人在過程中要承受的壓力，實在難以形容。在如此的情況下，即使家人的身心強健，輔導員亦要持續評估家人的需要，保持甚至提升家人的心理狀況，以有效應付毒品問題。對於傾向焦慮的家人，輔導員應該留意家人有否如圖的疑慮解決模式（第 43 頁的「圖 7」）。

圖中的疑慮解決模式在家人身上十分普遍，特別在家長身上。很多時，在孩子還小的時候，這種模式是十分重要的。家長需要觀察孩子的生活細節，發現問題時，會要求孩子作出改變，承諾改變，然後家長會留意孩子是否履行承諾。這就是家長和子女常見的生活情況。例如：小孩沒有在吃飯前洗手，家長會提醒，而且觀察下次吃飯前孩子會否主動洗手。然而，這種疑慮解決模式，要透過吸毒者持續和確實的改變，才能減少疑慮。如果吸毒者

第2章 | 認識以家庭為本之戒毒輔導手法

沒有有效改善情況，家人更容易相信加強觀察的重要，卻沒有察覺在不容易改變的事情上，觀察吸毒者出錯和強化焦慮其實是一個循環。輔導員若能協助家人察覺這倚靠吸毒者改變去減少焦慮的方法，家人往往忽略了自我安撫的經驗，因為自我安撫沒有直接向吸毒者傳達改變的期望，而且往往只在最後很無奈的時候才無意間作出自我安撫。輔導員可以尋找家人自我安撫的經驗並鼓勵有效地練習和使用，而非把它視為新技巧。熟識的感覺一般會令家人容易掌握自我安撫。另外，接受與承諾治療（Acceptance and Commitment Therapy）有不少自我關懷的技巧和比喻，有助家人有效自我安撫和接納現況。特別是Creative Hopelessness，有助家人審視以往處理毒品方法的成效，把安撫焦慮的重點放在自己身上。家人重視自我安撫，將會有助家人適應投入協助戒毒時，時常出現的期望落差，亦避免吸毒者因家人沉重的情緒，而迴避或對抗家人。



除了焦慮，家人亦可能出現內疚自責，認為自己或家庭曾虧待了吸毒者，令家人難以招架吸毒者的要求。如果出現這樣的情況，輔導員可以和家人檢視家人本身的自尊和有否自責傾向。同時，輔導員可以和家人回顧家庭關係的發展史，以處理相關的情緒。

心理韌性常常包括人際和家庭支持的兩種外在資源。對於家人還有第三種重要的外在資源，就是和毒品有關的一些知識。不少家人對毒品的認識只能憑藉人際圈子中道聽途說和網上流言。曾有些家人看到吸毒工具，誤以為是擺設；看到毒品以為是藥材。有時家人不明白吸毒後可能出現說話含混、思考混亂，卻堅持理論。家人對毒品如何影響吸毒者的認知能力和情緒亦是幫助家人調整應對和心態的重要資源。例如，家人因為了解到心癮的強烈和毒品如何引發情緒，減少了對吸毒者情緒的過分解讀以及與吸毒者的衝突。家人因應預期的心癮發作，亦可以相應地作生活安排，舒緩吸毒者情緒和減

少吸毒危機。

家庭關係

在一般的情況下，求助的家人和吸毒者相處多時，互相對對方都有既定的印象。這些印象令互相可以預期對方的行為，有穩定相處模式的效果。然而，在改變之中，這些強大的印象常常掩蓋了溝通中所傳遞的原意。吸毒者或會因「家人囉唆」的印象而在家人才開聲說話的一瞬間已經蓋著耳朵，壓根兒聽不到家人的真誠溝通。家人亦可能因為對吸毒者有著「懶散」、「從不說謊」等不同的印象，影響了當下的溝通和判斷（第 ∞ 頁的「圖 ∞ 」）。輔導員與家人以至吸毒者檢視彼此的印象如何影響溝通和判斷，以及計劃建立正面、有效的印象，在此手法中相當重要的。家人有時對於既定印象的影響力甚為忽略，而且感到無助。輔導員可以請家人用三個形容詞形容一下，家人對吸毒者的印象。然後再用三個形容詞講吸毒者對家人的印象，



舊有印象掩蓋真實的對方

圖 8

並且請家人提出有關事例。輔導員可以引導家人回顧一些近日和吸毒者的互動情節，令家人發掘印象如何影響互動。如此的方法可以幫助一些家人把焦點放在有規模地改變印象，而非困在單一互動之中，吸毒者的如何回應。另外，家人可能在形容吸毒者或自己時點出了一些正面的印象，可以加以運用。例如，有個吸毒者會認為父親說話有見地，就可以透過父親去和吸毒者分析困難。亦有吸毒者對母親有著辛勤的印象。輔導員就可以請母親多點展露出辛勞有需要幫忙的一面，給予吸毒者分擔的動力和位置。

和印象有緊扣的關係就是家庭互動。曾有家人投入在權威的角色，而吸毒者漸漸亦建立自我保護的高牆。亦有家庭因經歷困境誕生出「超人」般的角色。在他／她光芒四射的同時，其他家人卻開始依賴、放棄了個人的責任，而且找不到自己在家庭中的角色。有些家庭中，家人和吸毒者會呈現互累的循環，界線模糊。輔導員需要協助家人和吸毒者察覺互動，調整界線。



隨著印象和互動的改善，輔導員亦會幫助他們欣賞彼此在關係上的努力。

輔導員借助薩提爾模式 (Satir Model) 之中的溝通姿態，可以幫助家人了解自己 and 吸毒者的互動模式，以及感受自己和吸毒者內心的渴望。例如，家人以責備的姿態，應對吸毒者的溝通，心裡也許認為如果我沒有處處指出問題，吸毒者是不會把我的說話放在眼內，也不會改好。家人可能覺得自己和吸毒者難有彼此尊重和認同，只能用批判、指責的方法改變對方。在這樣的情況下，如果輔導員可以幫助家人體會對尊重的需要，並看到如何發展出彼此尊重的互動或是以往的正面例子。家人甚至可能體會到吸毒者在互動中表達的需要，那就較容易調整互動的模式，回應家人和吸毒者的真正需要。輔導員可以請家人用適合的詞彙去形容互動，而無須局限在薩提爾模式中典型的溝通姿態。有時，家人可以為自己對推動戒毒常態分類（例如：投入、疏遠、容忍，可參考 5-Step Method 中第三步），又或者發現糾纏關係，如

何帶來過度關切或反應，已經有助家人反思當中的影響和調整互動。

小結

戒毒向來不是平坦的道路，家人在協助吸毒者戒毒更加難以體會當中微妙的變化。察覺戒毒的進展猶如觀看潮汐漲退。縱然水漲了許多，如果沒有岸邊作指標，眼前的只有一個又一個的波浪，看不清是漲是退。故此，家人很容易在漫長的過程中感到迷惘和無助，難以辨別行動成效。

家庭為本手法，是一個介入的框架，可以有助輔導員和家人衡量著手的方向和成效。若果輔導員對手法中的五個層面熟識並能評估各層面的發展程度，就可以協助家人更順暢和平穩地強化戒毒支援的能力，減少過程中的無助。



家庭為本手法中兩個導向需要互相配合，而且五個層面有緊扣的關係。往往要順利提升某一個層面時，另外的一些層面需要有足夠的水平。故此，手法需要在和家人接觸的初期，對五個層面有基本的了解，協助家人提升相對弱勢的層面。然而，因為弱勢的層面往往就是家人最忽略、看不到價值的一面，所以一般都會同時考慮其他一至兩個層面的提升。這樣的做法可以令家人和輔導員同步而且有多正面體會。上述章節概括講述了家庭為本手法的框架，往後的文章將會以實質案例把手法運用更實在地呈現。案例以層面歸類在不同的章節，是為了令讀者更容易透過事件，了解手法在個別層面的處理方式（第54頁的「圖9」）。實際上書中的案例都並非只透過單一層面就可以處理。因著聚焦個別層面以及戒毒歷程的複雜，案例只能簡單交代焦點層面以外的歷程。事實上，撰寫本書的困難，在於如何把組合一起的各個層面拆成不同的章節來闡述，以便讀者了解個別層面的運作。

第2章 | 認識以家庭為本之戒毒輔導手法

修改。

為保護當事人的私隱，書中所敘述的事例中，部分個人特徵和內容會被

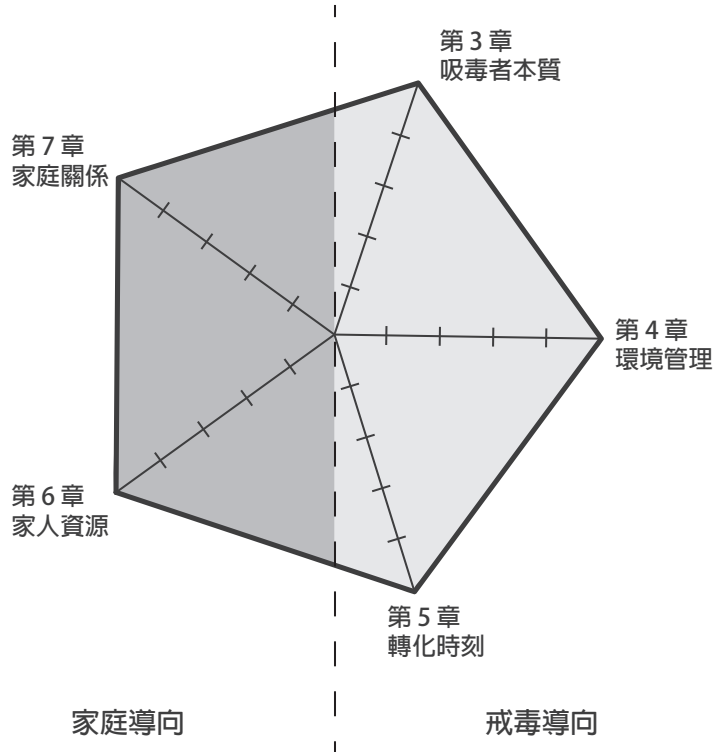


圖 9

第2章 | 認識以家庭為本之戒毒輔導手法



第 3 章

吸 毒 者 特 質



圍著毒品捉迷藏

張家年

家人在尋求專業協助之前，往往已經開展了協助戒毒的行動。家人在推動戒毒一直的努力，常為專業介入提供重要的經驗和線索。特別是吸毒的本質和習慣，往往因為家人經歷了很多，漸漸有清晰的解。翠兒的家庭就是一個好例子。

翠兒和她的丈夫是一對年輕夫妻。在與我首次聯絡之前，她和另一位戒毒輔導員就著她丈夫阿光吸毒並失蹤的情況，曾經數度面談和電話聯絡。然而，當時阿光抗拒專業介入，我跟她聯絡時已經是半年後。

我與翠兒的第一次通電話中，了解到這半年時間裡，她勇敢地直視毒品

第3章 | 吸毒者特質

問題，嘗試和阿光談論吸毒和失蹤的事件，又試著平衡自己的身心需要，維持運動的習慣。阿光亦向翠兒坦白地說出了吸毒、債務和失蹤的一些細節，表現出面對毒品問題的決心。然而，阿光依舊間歇地失蹤。每當阿光失蹤，翠兒只可以在家焦急地等。如此重重覆覆的吸毒、失蹤和停毒循環，不論是他們對戒毒的信心還是耐性都被磨滅。他們在此刻都需要一點點的突破。

我邀請翠兒來中心開展面談，談及近來的生活，也回顧她和阿光如何發展成夫妻。一如以往，我會對前來的家人解釋，戒毒的方法需要按人的特性、經驗和情況而定，了解吸毒者以至親人的經驗會是一個好開始。她邊講述舊事，邊說著阿光脾氣好，懂得遷就，又是個孝順兒，自己卻有點脾氣。她表示戒毒需要時間，沒寄望一下子就好過來。她的說話十分熟練，彷彿已經重覆說過很多遍，但依然帶著無力感。她沒有對阿光有太多的怨言，只是不解為何阿光總要失蹤。



翠兒：「既然都去了吸毒，為何不就乾脆回來？獨自在家等待真的很辛苦。」

由發現阿光失蹤，到坐下來與他探討問題，都是翠兒一手包辦。而且阿光經過多次的失蹤後，翠兒和阿光有了共識，阿光會避免加班，並在工作後盡快回家。阿光有按著做，就是吸毒和失蹤的事件仍舊發生。

我詢問她還有誰知道毒品一事，而她在乾等的時候又有誰會知道。我在之前的通話當中明白她維持了一些做運動的個人空間，而現在我希望更了解還有誰在發揮影響，以及彼此之間能否合作。阿光時常和父母見面。然而，他的父母知道情況後，並沒有協助戒毒一事，只有阿光的母親以飯餸湯水對阿光表達關心。翠兒談到阿光雙親把照顧阿光以及戒毒的責任壓在她一個人

身上，而且翠兒亦不願自己的父母知道毒品一事。重點由支援阿光戒毒，漸轉到沒有人分擔她的孤獨和沈重的責任。情緒沈澱了一下。這種沈重體會引發的張力，絕不比協助戒毒來得輕鬆。

我看見的是翠兒在兩個導向游走的彈性。不少家庭看到毒品問題時，會將焦點局限在如何改掉吸毒者的吸毒行為。翠兒開放地分享她的生活體會，如家庭互動、個人生活的時間等。而且她自然地在時間線上來回，談及她和阿光的過去、現在，以及願景。此時，在兩個導向，五個層面中，我選擇了以透過呼應翠兒對阿光一再失蹤的疑惑，先進入探索吸毒者本質的層面。

我：「你怎麼理解阿光吸毒後的失蹤呢？」



翠兒：「逃避吧！」

我：「逃避甚麼呢？他是怕甚麼嗎？」

翠兒：「怕被我發現吸毒。」

我：「或許，但我看他失蹤，令吸毒更證據確鑿。難怪你對他的失蹤充滿疑惑。」

我在失蹤的理解上加入挑戰，留下了註腳，以便往後加入新的觀點。當吸毒被視為主要問題時，其他重要的細節，可能被吸毒這標籤所蓋過。這樣形成了問題都是因吸毒而起，要解決問題就要先停止吸毒。可惜，這種概念令吸毒行為變成難以拆解的複雜問題。要幫助翠兒支援阿光，就要把重要的細節抽出來看。現在的重點把阿光的行為，去掉吸毒的標籤，找回環境、個

人特性和需要等因素。這個過程需要透過翠兒和阿光已有的互動經驗，作觀點的基礎。我請翠兒告訴我，失蹤以外的平日生活，以及失蹤對平常生活的影響。

翠兒告訴我，阿光始終不想影響工作，所以都是放工後才去吸毒。失蹤後回家的第二天，都會想繼續工作。而且，阿光平日回家後，都會繼續處理公事，有時更會負責晚飯。在假日，阿光倆夫妻，會一起做家務。在翠兒眼中，阿光在家事和公事上都很有擔當。回到對失蹤的理解，我希望她可以在與吸毒有關的失蹤上，看到阿光本有的個性。

我：「除了失蹤，你會有方法察覺他吸毒嗎？」



翠兒：「他的語氣、眼神都會不同。我現在可以分辨得到。他每次吸毒後回來都很累、也表現得十分內疚。我就是不明白他為何還要吸毒。現在我對他的態度，已經變得很平淡。」

我：「你看得出他的內疚，看到毒品影響他的精神狀態。我亦聽你說平日的阿光很有責任感。他在失蹤回家後，很快地變回你眼中平日有責任感的他。即使這樣效果不理想，但他還是希望你只見到他負責任的一面，不想你看到他失去自己的一面。」

除了毒品對精神狀態的影響，環境因素，也可能是失蹤的原因。但把阿光本身人性一面突顯，才能協助翠兒體會阿光的掙扎和矛盾。並在毒品問題之中，找到可以和阿光連結來對抗毒品的一面。翠兒漸漸看到阿光正逃避看到自己令翠兒再次受傷和失望。翠兒的敘述漸漸走進阿光的世界，把她平

第3章 | 吸毒者特質

日留意到的情況都用在理解阿光的經歷上。她談及阿光在工作上處理人手工和財政都充滿壓力，除了和朋友聚餐飲酒，已沒有舊日的樂趣和減壓的空間。再者，因為不少次吸毒前都有喝酒，阿光已為戒毒而避免飲酒和其他工餘消遣。每次停毒時間臨近上一次的紀錄，阿光就變得緊張。然而，不論工作還是戒毒的壓力，阿光都不會找翠兒分擔。

翠兒逐步整理出阿光的「毒癮」背後，除了毒品的影響，還有著誘發吸毒的循環。工作壓力、對自己堅持停毒失去信心、擔心再次令她失望，都是一些壓力來源。然而，阿光在忙碌的生活中，早已減少了放鬆和關顧自己的空間。隨著壓力不斷積累，日漸逼近之前的停毒紀錄，對戒毒已失去承諾信心的阿光，難以逃離吸毒的習慣。吸毒後久久不回家，或許是難以面對自己對翠兒造成的傷害。毒品問題引發的愧疚，更加令本身不多說心事的阿光無法找翠兒分擔壓力。



重要的是，翠兒和我都對阿光的困難有了更深理解。新觀點喚起了她的同理心。翠兒體會阿光那默默堅持的一面，一直與翠兒並肩作戰。對於失蹤和吸毒，翠兒理解在現實下，仍有不少因素促使阿光重覆吸毒和失蹤，並且把重點回歸到自我調適。在接續的面談，透過輔導創造夫妻以外的一個空間處理吸毒誘因，成為了翠兒很快邀請到阿光參與戒毒服務的關鍵。實在，邀請吸毒者參與戒毒服務是轉化時刻的一個重點。然而，因為篇幅有限，這部分的經歷未能詳述。

手法分析

在面談初期，翠兒表達出一些直接支援阿光戒毒的方法。這包括了轉化時刻和環境管理的層面。例如，翠兒在過去半年內，已經嘗試邀請阿光參與戒毒服務，她又和阿光協議了減少暴露於吸毒高危的環境，如放工後盡快回家。阿光的生活因而增加了有利戒毒的因素。然而，管束的生活，加上工

第3章 | 吸毒者特質

作、夫妻關係的壓力，戒毒能力的擔憂，卻在日積月累。在投入自信戒毒的情況下，一次又一次的復吸，令阿光質疑戒毒的方法和信心，而且變得更內疚，更無法表達困難。

吸毒者本質層面，阿光是一個默默耕耘且負責任的男人。隨工作的忙碌和壓力，他的個人空間逐步收窄而不為重視。另外，廣泛來說，吸毒的習慣亦會減低阿光對其他生活細節的興趣。在翠兒揭發和承諾後仍一再復吸，亦令他的誠信失效。默默耕耘的阿光，或許選擇以實際行動代替不能確保的承諾，而且不容易認同他人的協助。翠兒由始至終肯定阿光善良的本質。而且，這樣的肯定不限於過去，而是包括對現在的阿光正面而有根據的欣賞。翠兒的同理心有強健的基礎，加上她有良好生活習慣維持心理韌性（家人資源層面），要發揮翠兒的同理心，來理解阿光的困境並非難事。



家人資源層面上，翠兒雖然難以體會阿光父母的共同合作，亦沒有讓自己原生家庭參與，但她維持生活的節奏、健康的習慣，具良好的心理韌性。她能在面談中表達和分擔自己的困擾，而且在戒毒和家庭導向中自由地穿插，顯示出彈性。

家庭關係上，在毒品出現前，阿光和翠兒有著互信、分享快樂的關係，彼此也分擔賺取收入和家務的角色。翠兒由原生家庭培養出在家庭積極分享和分擔；阿光有著父親較少分享困苦而默默耕耘的一面，做好自己，不令家人擔心。毒品的出現令阿光掉進困境，卻難以表達。阿光一再在毒品上失守，都有違「做好自己，不令家人擔心」，甚至有種傷害了家人的內疚。翠兒主動和阿光傾談毒品和失蹤問題，開展了一個戒毒上協作的關係，但在相處上兩人保持了一些距離。在我眼中，現在阿光或許就像刺蝟一樣，怕走得太近會不自覺刺傷對方。兩人的距離其實是一種互相的保護。而且阿光亦採取了

第3章 | 吸毒者特質

戒毒導向	戒毒導向	導向
環境管理	吸毒者本質	層面
<ul style="list-style-type: none"> • 工餘外出限制 	<ul style="list-style-type: none"> • 抑制吸毒 • 阿光重吸的因素（部分理解） • 阿光內疚和失去戒毒信心（體會） • 阿光失蹤在關係上的因由（未察覺） • 阿光欠個人空間（意識邊緣） • 阿光的吸毒習慣（理解） • 阿光戒毒上誠信失效，以行動代替承諾（意識邊緣） 	介入前狀況

盡責的態度，交代生活細節，期望令翠兒安心。

以家庭為本之戒毒輔導手法



導向	戒毒導向	家庭導向
層面	轉化時刻	家人資源
介入前狀況	<ul style="list-style-type: none"> 曾開展了解吸毒經驗和改變應對毒品的協商 邀請參與戒毒服務不果 	<p>心理韌性</p> <ul style="list-style-type: none"> 維持個人空間、運動 情緒穩定 分擔毒品帶來的壓力 危機處理 / 理解毒品 / 習慣 由阿光分享而了解毒品

第3章 | 吸毒者特質

整體而言，翠兒在雙重導向上表現出彈性，令我可以快速地評估手法中各層面的概況。在五個層面上，家人資源和家庭關係都具穩定性，環境管理則是翠兒和阿光著力共建的部分。雖然有不少可以調整以減低壓力和提升無害生活方式的可能性，但兩人已在這個層面發揮不少合作。我選擇了先在吸

家庭導向		導向	
家庭關係		層面	
		介入前狀況	
翠兒	阿光	心目中的自己 (對待方式)	心目中的對方 (對待方式)
間中無助 (維持自我空間)	失信 (自責、施壓)	被傷害	(不爭辯、受安排、 保持一些距離)
保持一些距離)	脾氣好、愛迴避 (追問、安排生活、		



毒者本質的層面著手。翠兒保持心理質素的同時，著眼應對毒品問題，而且兩人關係保持了距離。如此長期作戰，翠兒情感上容易抽離。翠兒有足夠的心理韌性去體會阿光的掙扎和矛盾。吸毒者本質層面的介入是為了令翠兒保持同理心，準確理解阿光的需要和努力，令她在面對阿光不甚表達困難的情況下，仍可以體會與阿光的同盟。這種同盟有利調整環境管理和轉化時刻的發生，例如邀約參與戒毒服務。

面談初期，我評估了翠兒在雙重導向的彈性和各層面的結構。在家人資源層面上，只延伸到孤獨感和沈重的責任上，作了基本的同理和沈澱。翠兒成長在互相分擔心事的家庭，只要她理解輔導不只是與她協助阿光戒毒，也是一個可以分擔沈重的空間，這方面的介入暫時就足夠了。介入重點轉到正被磨蝕的同理心，以及她與阿光的同盟。我挑戰了她對阿光失蹤以簡化為怕吸毒被她發現的說法，希望她重新詮釋失蹤和吸毒行為，在當中辨別出她以

往熟悉的阿光，看到阿光對她的珍惜。在體會到被珍惜後，面談進入了探索阿光在戒毒和溝通上的掙扎和矛盾，來為一貫的環境管理提供改變的因素，亦為重新邀請阿光參與戒毒服務提供新的說法。

反思

在接觸翠兒和阿光的個案時，家庭為本手法的評估主要在雙重導向的彈性，各層面發展的分析還是十分概括，看到翠兒的心理質素和關係上都足夠支持戒毒導向的進一步介入。她良好的心理質素令我很安心地和她代入阿光的困苦之中找出新觀點。事後來看，「他還是希望你只見到他負責任的一面，不想你看到他失去自己的一面。」的詮釋是太魯莽。這觀點不只源於翠兒對阿光一直的看法，也是來自我對關係中迴避的一般假設。是否適用於阿光與翠兒的關係，當時應該需要多點探索。



翠兒和阿光在環境管理上的協作令我很有信心，她可以邀請阿光出席戒毒輔導。事實上，她亦對此很有信心，大概是她已成了阿光日常生活的管理者。有賴於翠兒的邀請和阿光的參與，我擔當了一個不容易被他「刺傷」的第三者來協助他檢視自己的壓力和回應他的需要，鞏固他戒毒的步伐。

當吸毒被視為主要問題時，其他重要的細節，可能被吸毒這標籤所蓋過。

第3章 | 吸毒者特質





第4章

環境管理



讓環境改變生活

張家年

家庭有時對戒毒有既定的一套思路：先發現吸毒，令吸毒者承認吸毒，表達悔意，再改變生活和環境，最後成功戒毒。現實是或許吸毒不會有證據確鑿，吸毒者可以不承認吸毒，承認吸毒又不等於後悔吸毒、朝著戒毒的方向。

德晶致電戒毒支援熱線，懷疑六旬的丈夫吸食大麻，希望令他戒毒。當職業司機的丈夫在回家後經常帶著一種異常的氣味，會令她頭暈和頭痛。她本來以為是甚麼牌子的香煙。後來，她發現原來丈夫衣袋裡不時放有大麻。她與丈夫一再對質，但丈夫都矢口否認。「吸大麻怎麼可以駕駛呢？」「吸多少大麻會變傻？」電話中，德晶的說話流露著她的焦急和擔心，亦表現出

對毒品影響的疑惑。她所關注的不只大麻對丈夫的影響，也包括對自己的影響。我邀請她出席面談，商討如何在丈夫未承認吸毒時，減少他的吸毒，以及理解毒品的影響，她立即就答允了。

德晶說話有一個特點，她說話有點斷斷續續，常思考如何形容得好點，換上不尖銳的詞彙去完成句子。她愈去努力表達，就顯得愈緊張。有時，我會希望自己代她完成那些說話。說話最順暢的時候，是當她開放去抱怨別人的不是。顯然，她對自己的說話，甚或是想法，有強大的壓抑機制。德晶很容易緊張起來。面談中，我不時需要放慢對話。

原來，德晶比丈夫年輕不少，婚姻是數年前被家人安排的，談不上太多的感情，但可以是晚年互相的依靠。德晶生活勤樸，而且經常要照顧別人。



平日，德晶除了要上班，下班後會照顧丈夫的起居飲食。另外，她也會不時探望住院的家人。她和丈夫家人相處不來，幾乎謝絕來往。事實上，德晶在第一次面談時，講述和丈夫家人難以相處以及工作上面對的不公。生活壓力的積累，令我可以輕易體會到她的焦慮。不久後，她在工作上被針對，更誘發了焦慮症。

雖然德晶帶著丈夫吸毒的疑難來面談，她的生活壓力反而成了她訴說的主體。事實上，在如此的壓力下要投入推動丈夫戒毒，亦太強人所難。而且，德晶對於丈夫在有真憑實據的情況下，都否認吸毒，令她不知道如何令丈夫戒毒。對她而言，推動戒毒猶如「拉牛上樹」。她陷入了如何令丈夫承認吸毒的困局，而且我有時也步到困局的邊緣，期望「處理」她丈夫的否認。雖然這對話引發了自我關懷的輔導部分，但返回戒毒導向上，我們的話進入了迷霧。

德晶：「為甚麼他就不願意承認吸毒呢？」

我：「你試過如何和他談毒品？」

德晶告訴我試過拿著丈夫大麻卷煙對質，也試過平靜地談過，卻吵架收場。她丈夫會稱大麻煙為「煙仔」，曾說過是減輕關節痛。德晶知道丈夫一直有關節痛，不時抱怨醫生處方的藥物無法止痛。德晶和丈夫在毒品上的對話難以維持平靜。在緊張的氣氛下，實在不容易坦白承認吸毒。此時，面談的時間快到尾聲，我嘗試和德晶繞過丈夫會否承認吸毒這一點。

我：「他說那些是『煙仔』。如果他承認了是大麻，之後會怎樣？」

德晶：「要他戒掉吧！」



我：「第一步會是甚麼？」

德晶：「就是不要再吸食大麻。」

德晶的丈夫可能對承認大麻之後會發生甚麼事，有相似的想法。而且「吸毒」、「毒品」對不同人有個別的意義。德晶好像在說「不承認吸毒，就不可以處理毒品問題。」處理吸毒的步伐因而停滯。我選擇在戒毒導向推一把。

我：「你的丈夫吸了大麻和沒有吸大麻，你們的生活有甚麼分別？」

德晶：「沒有甚麼分別，就是對話少一點。吸了大麻後，他眼會變紅，好像很享受自己的空間，不想我騷擾。」

我：「那麼對你丈夫來說，吸食大麻的生活挺好呀，又享受又止痛，難怪他在戒毒上不怎讓步……」

德晶：「但對身體有害吧！我把吸食大麻的害處說了很多遍，他也知道有害。他就是不理。」

我：「毒品給他的享受是現在的，但不吸毒的日子好像有點不濟，身體又痛。或許他較重視此刻的生活。現在吸毒的生活比較吸引。有沒有方法可以令他重視的此刻會因為吸毒與否而有分別呢？令無毒的生活有多點吸引力呢？」

這次面談之中，未有在此有一個結論。然而，德晶在之後的一節分享了一點進展。



德晶：「我留意到他真是常常說腳痛。我不知道有沒有效果，但最近我跟他說如果吸食大麻我就不會幫你按摩。如果他當天沒有吸毒，我會幫他按摩紓緩腳痛。」

德晶發現自己可以透過行動令丈夫的吸毒和無毒的生活產生對比，而且在此之後的面談中，她分享了更多透過增加無毒生活的樂趣，例如一同去旅行，丈夫減少了吸食大麻。她除了對處理丈夫吸毒有點掌握，丈夫和她的關係也親密了一些。後繼的面談中，我和德晶檢視她和丈夫的關係。她形容丈夫是一個「大細路」，而她也開始看到自己長期當上照顧者的角色。借著焦慮症的出現，我請德晶學習表達需要，試著讓丈夫照顧她多一點，讓自己休息的空間也多一些。她的丈夫分擔了一些家務，生活上也多了些自理，減輕了德晶照顧者的角色，而她開始練習瑜珈。縱使有一段時間，德晶需要密切照料其他家人，她也保持到自己的空間，繼續瑜珈練習。在跟進結束時，德

晶丈夫的減毒情況合乎她的期望，而她的焦慮症已緩和和停藥，復發的機會也屬低水平。

手法分析

德晶和丈夫的個案重點在於平衡雙重導向，著眼五個層面如何互相影響。在專業介入前，德晶很擔心丈夫吸毒對丈夫和自己的健康影響，成為戒毒導向的動力，在意識上期望丈夫戒毒。她多次嘗試以對話，令丈夫承認吸毒，進而推動丈夫戒毒。可惜丈夫無動於衷，但也驅使丈夫分享吸食「煙仔」的原因。德晶從對話和觀察之中，了解到丈夫一些吸毒習慣和影響。在吸毒者本質上，德晶稍微有了點理解，但在同理丈夫做出吸毒行為，對傾向緊張的德晶來說是個大挑戰。她需要強韌的心理質素才較有效代入丈夫的心境，而不致她陷入自我與丈夫觀點不同的矛盾中。



同時，德晶傾向緊張和壓抑，伴隨著情緒不穩定。在不同親密關係中，她不變地擔當著照顧者角色，也令她不斷消耗精力在他人身上而忘掉了自己的需要。她亦未察覺關係出現的失衡。她和丈夫的情感連結很少。因此，在家庭導向上，家人資源和家庭關係都屬於弱項。

家人資源和家庭關係的弱勢，令德晶在面談裡無意識地聚焦在平日的生活壓力上。然而，在戒毒導向上，當吸毒者本質和轉化時刻都有少許的正面發展，環境管理層面其實未有實際進展，而且維持以毒品損害健康來要求戒毒，會增加家庭關係的破裂和削弱德晶對現況的掌握感。

導向	層面	介入前狀況
戒毒導向	吸毒者本質	<ul style="list-style-type: none"> • 丈夫以吸毒止痛（理解） • 丈夫吸毒的經歷（未察覺） • 丈夫吸毒後的特徵（理解）
戒毒導向	環境管理	<p>抑制吸毒</p> <ul style="list-style-type: none"> • 嘗試以毒品損害健康說服和要求丈夫戒毒
戒毒導向	轉化時刻	<ul style="list-style-type: none"> • 多次嘗試和丈夫就吸毒情況對話 • 丈夫不承認（1）吸毒 / （2）具戒毒需要 • 初步了解丈夫吸毒止痛的原因



正如上述分析，在五個層面中，環境管理合乎德晶在推動戒毒的動力，而且具調整的迫切性。在個人層面，德晶值得有個人輔導的支援。然而，家庭為本手法並非一套集中個人心理健康的手法，而是具有平衡家人需要和推

導向	家庭導向
層面	家人資源
介入前狀況	家庭關係
<ul style="list-style-type: none"> • 心理韌性 • 焦慮 • 情緒不穩定 • 面對照顧不同家人的壓力 • 危機處理 / 理解毒品 / 習慣 • 觀察所得 • 對毒品特性不理解 	<ul style="list-style-type: none"> • 照顧者角色與「大細路」的僵化角色

動吸毒者戒毒的前題。所以，我嘗試維持德晶在家人資源層面的心理韌性足夠承受處理毒品問題時的壓力，除了有一些自我關懷的部分，介入以低壓力的方式指向環境管理層面，建立無毒和吸毒生活的對比，而且這些環境介入需要有足夠可能性出現。以德晶丈夫的吸毒頻次來說，如果以每日評定吸毒和無毒時期，容易令他對無毒的生活同時有足夠的體會和挑戰。另外，一次長一點時間的評估，例如一個月內的吸毒日子減少，就安排一個特別活動，以關係作動力，亦令丈夫體會到德晶對戒毒的重視。

在此個案中，環境管理算是初期重點介入的層面，因為此層面合乎德晶的動機、具發展的迫切性、本來的弱勢令改變的成效顯著，而且可以支持其他層面的發展。德晶在環境管理上獲得對局面的掌控感，以致夫妻關係之中的親密感。這樣的情況令夫妻關係自然地成為焦點，而且透過調整夫妻間僵化的角色，令家庭關係和家人資源層面都得到支持。在不同的個案中，我都



習慣於協助關係上強勢的家人表露脆弱性，並接受對方的支持。德晶焦慮症發病，正正是家庭關係失衡下的一個改變機遇。

反思

因為在跟進要結束時，德晶的丈夫仍在減毒的階段，令我的心中有種不完整的感覺。令我安慰的是她丈夫的改變很穩定，而且介入為家庭關係帶來重要的調整。對於德晶在親密關係中常出現照顧者的角色以及伴隨的壓力，和其個人和家庭的成長史息息相關。無論在個人還是家庭輔導上，都值得著墨。這令我在運用家庭為本手法時，多次對服務的重點有猶豫，亦提醒了我在處理複雜的個案時，專業分工和協作是十分重要。

環境管理就是以規律與行動，減少爭拗和穩定戒毒上的反覆無常。

第4章 | 環境管理





第5章

轉化時刻



呼喚藏在毒品後的家人

張家年

吸毒者背後的內心故事，時常不為他人所知，甚至連身邊的家人也不能理解。當吸毒者藏到毒品後面，毒品就成了家人和吸毒者之間的高牆。多少家人把手上重要的一切拋往高牆的另一邊，希望幫助到吸毒者，卻看不清另一邊所需，也聽不見付出後的回音。有時拋得太多，家人累了，吸毒者退到牆後更遠處。退到遠處的吸毒者，也許需要一個清晰的信號，告訴他／她「回來吧，我們轉一下方法」。轉化時刻就是在發出如此的呼喚，也是一個邀請大家繞過高牆的方法。

阿瑩和阿添結婚十載，育有就讀小學的女兒。阿添三年前因工傷停工，之後長期在家休養。阿瑩就因此重返職場。阿添曾試著做一些散工，但一

輪工作之後，他又沈靜下來。他躲在房間的時間愈來愈長，而且有時不願給家人進入房間。有幾次阿瑩想清潔房間，也被阿添趕出房間。大時大節的家庭聚會，阿添也缺席了。阿添的姐姐也十分關心阿添。眼見阿添多次缺席聚會，她也來到阿添的家和他傾談。有幾次，阿瑩在他不在家的時候，走進房間清理。在凌亂的雜物之中發現了吸食冰毒的工具，也嗅到一點點怪味。阿瑩把情況告知阿添的姐姐，最後兩人致電戒毒支援熱線，並應邀一同來面談。

阿瑩和阿添的姐姐在中心的門外會合一同進入中心，與我進行第一次面談。阿添的姐姐的說話客氣、大體；阿瑩則說話很少、聲線有點沙啞。當我如常地詢問清楚她們對本節面談的期望，阿添的姐姐就請阿瑩回應。阿瑩有點不知如何回答，一下子看見這個期望的提問，對阿瑩來說，就像印在考試卷的題目，令人緊張。阿添的姐姐溫和又肯定的說話，引發我想像阿添對姐



姐會否是一種敬畏的態度。至少，我看見阿瑩對阿添的姐姐表現出很大的尊重和信任，而且在重要的事情上都會找她商量。

我邀請阿瑩講述家中的情況。她提到阿添整天關自己在房裡面，連吃飯有時都拿入房間吃。阿瑩和阿添平日的互動和對話都不多。她形容當要進入房間打掃，阿添不是鎖了門，就是很煩躁。阿瑩在言語之間亦表達出對現時和阿添相處方式的煩厭，而且形容每天的情況好像千篇一律。當阿瑩講述家庭現況時，聚焦在無法和阿添溝通，而且沒有信心於和阿添談毒品。我嘗試把畫面在人物和時間上擴展。我特別關注她女兒在家的安全。

我：「女兒和爸爸的關係怎麼樣？」

第5章 | 轉化時刻

阿瑩：「阿添很關心女兒。阿添在精神好一點時，會出來教女兒數學。」

我：「女兒喜歡嗎？」

阿瑩：「女兒很高興爸爸陪她做功課和溫習。阿添對女兒很溫柔，而我教不了女兒。我沒有他的耐性，我會覺得『怎麼會不懂？』」

在阿瑩敘述中的阿添不但很關心女兒的成長，而且只在表現正常的時候才出來。加上阿添長期關上房門。我有點疑惑阿添是否在減少毒品對女兒的影響。同時，阿瑩對阿添的形容開始包含了一點正面的特質。在我解釋了毒品如何有機會影響女兒和需要留意的方向後，面談的主題延伸到阿添在吸毒前和阿瑩的相處。阿瑩回憶阿添十分珍惜兩人相處的空間，特別是有了女兒後，有時會請阿添的姐姐代為照顧一下女兒，兩人才有相處的空間。



阿瑩對和現在的阿添相處十分擔心，她怕任何和毒品有關的說話會惹得阿添發怒。阿添會把家中的小型電器，拆了再安裝好。然而，阿瑩表示阿添至今也沒有甚麼失控或暴力的行為。阿瑩一再邀請我去家中和阿添對話，但很擔心因她告知他姐姐或其他人關於他吸毒的事而觸怒阿添。第一節的面談快要完結，我請阿瑩先放下和阿添談毒品，多點照顧自己的心情，和記錄阿添每日出入房間的情況和原因。下一節回來檢視記錄，再一起決定如何和阿添就毒品問題對話。

在之後的面談，阿瑩分享她留意到阿添的一些行為。

阿瑩：「阿添都是留在房間裡多，但會出來喝水，以及主動問一下女兒有沒有讀書上的疑難。另外，他終於修理好了家中的音響。」

第5章 | 轉化時刻

我：「他懂維修電器？」

阿瑩：「家中的衣櫃、電器都是他修理。早一陣子，我就叫他修理個抽屜，可是他拖了很久。」

我：「現在他在家中的角色是維修人員、教女兒讀書的補習老師，可是和你的關係有點遠。就像要靠著維修家居、關心女兒才可以和你有點關係。你本來希望自己的丈夫在你們生活中有甚麼角色？」

阿瑩：「關心一下我吧！我在外工作很辛苦呢，又要受氣。」

我請阿瑩分享一下工作的辛勞，然後問她：「這麼多辛酸，他聽過你說嗎？」

阿瑩：「知道一點兒，但沒有多談。」



我體會到阿添和阿瑩的關係有著一層隔膜，要體會對方的關心毫不容易。阿瑩說話強硬，有時帶點吩咐的口吻。阿添關上房門，也沒有太多面對面溝通的空間。我把握著阿瑩說話溫和的一刻，希望她嘗試一下用同樣溫和的語調改變和阿添的溝通，而且阿添的姐姐也作了說客。然而，阿瑩認為無法做到和阿添平靜地對話，故此拒絕了這樣的嘗試。而我們計劃了另類的嘗試，令阿添在夫妻關係中找回角色。我請阿瑩回家後先向阿添透露一下工作壓力和有見心理學家，等候行動那天。

行動當天，阿瑩、阿添的姐姐和我到了樓下。阿添的姐姐在樓下等待，只有我和阿瑩上到家中。阿瑩把我帶入家中。女兒在大廳溫習，和阿瑩對話了幾句，又乖乖地繼續溫習。阿添如大家所料，關著門在房間。我等阿瑩按計劃把我介紹後才作聲。

阿瑩：「我在樓下剛巧遇到張先生，之前說過的心理學家，我請了他上來坐坐。張先生說都希望和你見個面。」

我：「阿添，你好呀。之前聽阿瑩在工作上更有壓力，聽阿瑩說幸好有丈夫分擔，所以剛巧有機會，就想上來見個面，抱歉有點突然。」

房內的阿添沒有說話，但門鎖發出「的」的一聲就是一個清楚的回應。事先，我和阿瑩都約定了，不會為邀請阿添一同說話，而施加壓力。

我轉向和阿瑩繼續說話，而且是說給阿添聽：「之前，聽你說工作上和同事的相處很困難，現在怎樣啦？」

阿瑩：「也是差不多，工作的相處都是有點煩。」

我：「還有頭痛？」



阿瑩：「間中也有。」

我：「我聽你之前說，幸好阿添會聽你訴苦呢。」

我和阿瑩一唱一和，希望令房間內的阿添聽得到阿瑩對他抱有正面的態度以及他在家中可以擔當的角色。我們亦有其他的事件，令過程不太造作。對話了半小時，我就離開了。之前約定了一星期後檢視，但三日後阿添的姐姐就打電話來告訴我阿添的生活開始改變。一星期到了，阿瑩面露笑容地告訴我阿添現在多了走出來，而且精神也不錯。他當晚就出來關心了阿瑩一番。這個星期阿添對阿瑩多了許多關心。阿瑩在阿添身上終於看見改變的動力。阿添和阿瑩的關係持續改善，雖然阿瑩和阿添說毒品都是戰戰兢兢，但阿瑩見到阿添比平日精神好了很多，也少了躲在房間，總算看見了進展。後來，他們甚至搬到新地方，建立戒毒的生活。

手法分析

按阿瑩的形容，阿添不像有高用量或頻次的吸毒習慣，但家中隱蔽情況和吸毒習慣息息相關。阿瑩和阿添的姐姐都以戒毒導向為主要方向，但阿瑩的參與需要阿添姐姐的推動，而阿添姐姐又期望自己不被阿添視為參與其中。吸毒者特質層面上，因為阿添時常關上房門，溝通很少，所以阿瑩難以掌握阿添的吸毒和非吸毒情況，但仍會留意到精神的程度、出房門的頻次。

阿瑩難以感受到阿添在家庭生活的參與，加上關係的不和與疏離，吸毒問題成了阿瑩在阿添身上看到的焦點。阿瑩不容易由吸毒問題中分離出阿添的本質。事實上，阿添把自己關在房間的行為是避開干擾？是減少家人被他的情緒和吸毒所影響？為何他選擇有精力時會教女兒？維修家居是找東西「雷」一下，還是貢獻家庭？這些方向的探討或許有助阿瑩尋回他的本質。



環境管理層面上，阿瑩在接觸我之前，她以抽離的方式與阿添生活，未有對阿添的吸毒或無毒的環境有具意識的介入。而且，阿瑩也不確定自己對推動阿添改變的影響力。這種未知和擔心阿添的反應，令阿瑩持續以抽離的方式和阿添相處，也沒有就吸毒問題有進一步的直接溝通，未有造就建立轉化時刻。

家庭導向上，抽離的夫妻關係，除了擔心阿添的反應，背後其實有著女兒成了家庭關注的重心，以及阿添工傷後失去提供收入的家庭角色，阿瑩忙於補上了這個角色等因素。家人資源上，阿瑩能平衡家庭的財政需要，而且照顧女兒，花上了不少心力。幸好，女兒的自理能力發展合乎其年齡，令生活的壓力稍微減輕。另外，阿添的姐姐也是阿瑩可靠的人際資源。

第5章 | 轉化時刻

導向	戒毒導向	戒毒導向	戒毒導向	家庭導向
層面	吸毒者特質	環境管理	轉化時刻	家人資源
介入前狀況	<ul style="list-style-type: none"> • 阿添的精神狀況（理解） • 精神良好時會教導女兒（理解） 	/	/	<ul style="list-style-type: none"> • 心理韌性 • 兼顧工作和照顧女兒 • 阿添姐姐的支持 • 以抽離的方法保持生活運作 <p>危機處理 / 理解毒品 / 習慣</p> <ul style="list-style-type: none"> • 了解吸食工具、氣味 • 不理解吸毒習慣



面談初期，夫妻關係中的抽離成了我的著眼點。抽離狀態令阿瑩難以在吸毒者特質的層面區分阿添和吸毒問題，看見如何和阿添共同處理毒品。我嘗試在關係中找回夫妻關係發展的情節，希望以關係加強改變的推動力，以及把戒毒導向擴展至家庭導向。然而探索的過程緩慢，而且欠缺動力。於是介入的重點轉到轉化時刻。有別於部分家庭的轉化時刻，例如邀請接受專業戒毒服務，我會留在幕後商討。為了提升阿瑩對改變的整體信心和進一步評估家庭情況，我以家訪形式直接參與在這次的轉化時刻。轉化時刻一般有兩個目標：傳達重視與改變現況。這次的家訪，阿添的家庭角色再次被重視。

導向	層面	介入前狀況
家庭導向	家庭關係	<ul style="list-style-type: none"> • 夫妻關係抽離 • 阿添的家庭角色薄弱 • 以女兒為家庭核心

透過家訪中的對話，繞過阿瑩平日硬朗的形象，提示阿添「阿瑩需要他」。改變的現況其實是阿添在家庭關係上的參與度。阿瑩和阿添的關係不單被房門隔開，彼此也選擇了退到更遠處。轉化時刻就是在發出「回來吧，阿瑩需要你」的呼喊，而要照顧到阿瑩，阿添不但要嘗試在關係中走近阿瑩，而且要開步離開毒品。

反思

回顧這個早期的個案，夫妻的關係史和個人成長史未被進一步探索。這是因為我對探索欠缺信心。我看見阿瑩和阿添的關係抽離，而且即使在戒毒導向上，也需要阿添姐姐的推動。即使家庭關係被視為家庭為本手法中，要優先提升的層面。一再嘗試在面談間改善關係的練習，只有觀察練習是成功。這顯示在關係改善的動力評估或是練習的難度，在未有深入探索關係史下，其實並不準確。



轉化時刻層面是這次家庭為本手法的重點。在早期的介入，我常和家人掉入「打草驚蛇」的擔心陷阱。在這個案中，轉化時刻的運用也是被這種擔心推遲了。其實，轉化時刻並沒有使用次數的上限，而且轉化時刻就是明確表達重視。就像回家開燈一樣，目的就是照亮全家，甚至叫醒全家人，難有「打草驚蛇」的一回事。真正的擔心或許只是介入成效不彰。雖然這次轉化時刻的運用，是令阿添體會阿瑩的需要，以關懷的態度走向阿瑩。如此針對家庭為本手法中評估為弱勢的層面，一般會有助整體推動戒毒改變。而且在介入早期在轉化時刻層面介入，不論改變現況是否有效，最少可以及早令問題獲得整個家庭的關注。

轉化時刻就像燦爛的煙火，要創造一刻的美麗，背後是觀眾看不見的細緻排練。

母親的改變——轉化時刻特寫

胡永華

敏淇：「有沒有方法幫助我的浚宏？」敏淇致電求助熱線，並且短時間內已經進行第一次面談。敏淇發現浚宏吸毒大約兩個月，初期不以為意，後來在家中發現不同的吸食工具及聞到奇怪的煙味，始確認兒子吸毒。敏淇表示每當與浚宏提及毒品事宜，他必定大吵大鬧，不知道怎樣處理較好。

我：「與浚宏的關係這麼緊張，你認為是甚麼原因？」

敏淇提及過去婚姻關係並不如意，夫妻溝通日漸變差，所以浚宏還小的時候已經離婚。敏淇需要獨力支撐家中的開支，所以日以繼夜工作，目的



就是賺錢養活家中的兩個兒子。

我：「小時候有沒有與他們聊天？」

敏淇：「怎會有時間？每天回家仍要為工作準備，所以甚少與他們交談，平日交由親戚照顧他們。」

我：「過去的生活艱苦，終日要為兩餐奔波，這是你可以為兩個兒子做的事，也是你唯一可以做的事。你是怎樣照顧自己？」

敏淇：「不停工作，既然沒有丈夫依靠，兩個兒子成為我唯一的支柱。依靠著他們，才可以生活至今。」

我：「親人知道你的苦嗎？」

敏淇（喊）：「沒有，家人不在香港，電話也只是簡單幾句說話。」

我：「好像沒有人關心你。」

當提及關心，敏淇已經淚崩，回想過去的成長經驗，也是自己咬緊牙關渡過，從來沒有人關心。面對浚宏，過去也不知道怎樣對話。從生活上，敏淇已經用盡方法去照顧浚宏，但原來浚宏需要的是更多的關心。我嘗試與敏淇談及一些表達關心的方法，包括整理舒適的家居，回家煮飯給兩個兒子等事務。先建立關係，再籌備如何讓浚宏進入戒毒治療。敏淇期望我可以立即進行家訪，然而我覺得需要作好準備才進入輔導過程。敏淇積極為浚宏改變，同時也向浚宏表示正在接觸社工，製作機會安排家訪。



家訪前的準備

敏淇是自行致電中心尋求協助，浚宏也未有見戒毒社工的打算。我建議敏淇可以向浚宏分享感受，表達知道浚宏吸毒後對她產生的情緒困擾，這份困擾讓她需要找社工協助自己。

敏淇表示，浚宏知道有社工跟進她情緒事宜，並沒有太大反應。首先讓他知道社工介入家人，觀察案主的即時反應。這個評估雖然簡單，總比完全不知道較好。

由於我事前沒有見過浚宏，不清楚他面對陌生人的心態，所以特地相約一個敏淇也適合的時間，一同家訪，確保安全。

家訪當天，浚宏在家中。我初期與敏淇閒聊，及後邀請浚宏加入對話，

關心他的近況。浚宏相對合作，也如敏淇表示可以輕鬆訪談。我特別形容近一段時間敏淇的轉變，了解浚宏的感覺。他表示喜歡家中整潔，也喜歡敏淇這段時間的改變。我認為時機成熟，也直接表露自己的身份。浚宏聽到與戒毒有關的消息，即時把怒氣發洩至敏淇身上。

浚宏：「為何把我的事情向其他人講述？我肯定所有鄰舍都知道我在吸毒。」「為甚麼你這麼多事，我已經向你談及，我沒有毒癮，只是有需要下才吸毒。」「我以後都不會再講我的事情給你知道。」

當時浚宏十分鬍怒，不斷看著地板大吵大鬧，但當看著我時，則相對受控。我沒有加插任何說話，相反容許他發洩。當他情緒稍為穩定，我重申吸毒這個行為，讓敏淇受到壓力，原來家人是十分抗拒毒品，已經影響情緒。



浚宏無言。我邀請敏淇講述毒品對她的影響。

敏淇表達自己的感覺，浚宏沒有任何回應。我嘗試勾起近幾個月敏淇的改變，目的是表達對浚宏的關心和重視。浚宏的情緒漸趨穩定，同時開始願意回應我的提問。

家訪完結後，我可以與他以訊息溝通。從敏淇那邊得知，浚宏對社工並不抗拒，但不覺得自己有毒癮，不願意去見社工。然而每次敏淇表示去見我，浚宏沒有太大抗拒。

手法分析

當家人面對毒品問題，會產生不同程度的壓力，源於對毒品的影響性

不明白及溝通關係變差。家人希望從原因入手，以「有果必有因」的方式處理毒品的問題。此手法是普遍的問題解決方法，前提是吸毒者知道吸食的原因，並且直接告知家人協助方式。我在處理戒毒個案中，發現大部分的吸毒原因來自四方八面的壓力，例如家庭成員的質問，上司及同儕之間的相處，追趕業績等等，普遍吸毒者已經習慣透過吸毒面對壓力，時間一長，習慣成自然，吸毒的原因也漸趨模糊。這時候如果家人仍然著眼吸毒原因去解決吸毒問題，變得百上加斤。我認為著眼家人與吸毒者的關係，從中找出有利的方法，才是轉變的契機。

敏淇從過去的傷痛中走出來，主要原因是兩個兒子作為其生命支柱，現時生命支柱受損，也讓她覺得不受控制與不安，無所適從。我透過敏淇過去的成长經歷，連繫與浚宏之間的關係。敏淇的工作十分忙碌，辛苦工作目的是讓兒子們可以得到溫飽，卻忽略了與兒子溝通及表達關心的時間。我從



這裡入手，讓敏淇重新感受當時的感覺，並重新連繫與浚宏的關係。敏淇願意自己先為家人作出改變，釋出善意，同時也在言談中滲入與社工面談的意義。

社工是讓吸毒者認識支援網絡，配合他的戒毒進程。在家訪前的一刻，我認為先要確保自身的安全，評估吸毒者的情緒及可能的危機。家訪中，積極建立良好的第一印象，同時充分表達家人過去的改變。透過家人的努力，讓吸毒者明白家人的著眼點不只是毒品問題，而是整個家庭的健康成長。毒品不是所有問題的核心，只是問題的催化劑。家人能夠連成一線，處理問題的核心，才能夠處理毒品這個表徵問題。由關係出發，讓社工可以進入家庭系統當中，也提升吸毒者進入戒毒治療的動機。

反思

敏淇對家人的付出，絕不容易。每次與敏淇溝通，需要不停來回現在及過去經驗，了解與兒子的關係。家人面對不認識的毒品，我常常表示「皇帝唔急，太監急」，展現家人與吸毒者步伐不一，難以進入戒毒治療。社会工作為家人的初期支援網絡，需要認同及明白他們的處境，事實上他們的情況是「啞子吃黃蓮，有苦自己知」，只能夠對社工真情流露所有的感覺，所以初期的情緒支援是十分重要。產生轉化時刻，我認為能否與家人連成一線十分重要，尋找一同合作的方式，才可以讓吸毒者進入治療步伐。

家人的轉變成為戒毒者的轉化機會。家庭的互相明白，或許是戒毒的動機。



協助家人創造轉變——轉化時刻特寫

張家年

轉化時刻不一定需要有輔導員在現場參與。不少情況中，輔導員和家人透過電話聯絡與面談，仔細計劃如何創造轉化時刻。

建業由年少時開始吸毒。自從當年離家出走，近廿年來和兄弟姊妹都只有間中往來。而且每一兩次見面後，就會消聲匿跡一段長時間。這些見面裡，家人都會問他的近況，但建業都不甚分享，只知道他不時往內地生活。當家人問及吸毒一事，他多數只會回應「準備戒毒了」或是「現在少吃了」。多年來，家人對他不時失去聯絡和吸毒的情況都已經習以為常。

有一天，建業的姊姊致電熱線。姊姊是眾多家人之中，建業最少聯絡的

一位，大概是因為姊姊說話率直，對建業吸毒常常直斥其非。她表示上一次建業主動聯絡，已經是差不多一年前。這兩天，建業突然發短訊給姊姊，說自己想改變現況。事實上，家人多年來也間中收到他發出類似的訊息或聽到他相近的說話。然而隨著時日過去，家人實在看不出有甚麼改變。這次姊姊的來電是因為在收到短訊後，她在網上剛巧找到戒毒支援熱線的宣傳。直至和我對話的一刻，姊姊還沒有回應建業，心裡滿是疑惑。究竟，建業說要改變，是指戒毒嗎？如果是說要戒毒，他吸毒這麼多年，他真是會戒毒嗎？

面對電話另一邊，姊姊心中的疑團，我不但沒有標準答案，就連現況其實我也還沒有掌握清楚，只有姊姊的對事情的看法和疑惑。我請她讀出那段訊息，令我們的對話連繫到一些事實細節上，好讓我分辨她的看法和客觀事實。



她讀出了那段建業發送給她的訊息，裡面並沒有明確說出要作怎樣的改變，也沒有要求姊姊提供協助，但就是說要有好一點的生活。姊姊指出以往其他家人都有聽說建業想做點改變，就是沒有「下文」。她心底有著好奇，但也擔心會否投入後又一次失望。

姊姊：「建業吸毒這麼多年，他真是會戒毒嗎？他說了太多遍了。」

我：「建業的訊息沒有給我們答案。或者，他清楚把『戒毒』兩個字說出口，也不足以叫我們不去猜疑。」

姊姊：「對呀！有甚麼可以令他改變？」

我：「我們沒有答案。但你打電話來這裡，我相信你是想認真看待建業

第5章 | 轉化時刻

的事。」

姊姊：「對。」

我：「如果他希望的改變包括了戒毒，你想把握這次，嘗試幫助他嗎？又或者，你會想聽聽他的計劃嗎？」

姊姊：「我是這樣想的，不過我真不知道他是否想戒毒。」

我：「很多時，戒毒的想法都是腦海閃過。不少成功戒毒的人，腦海中浮現過很多次戒毒的想法。困難在於怎樣實行，這也是家人有機會協助的部份。」

姊姊對建業是否有意戒毒疑惑不減。然而，她有意嘗試和建業一同談改



變。因應她的擔心，我帶出需要討論一下，她投入協助建業對自己可能有的影響，和協助上如何保障自己。我邀請她來中心面談，計劃一下如何和建業對話。

姊姊在當天的面談前和建業來回了幾次訊息。在面談中，姊姊把電話遞給我看了。字裡行間，我看到建業對改變頗有期望。然而，當我問到姊姊對那些訊息的看法，她卻沒有如此的解讀。姊姊和我都相信面對面的對話比訊息更好溝通。我們計劃安排一個她和建業見面對話的空間。我請她分享她和建業的相處經驗，又了解一下怎樣的情況可能令她和建業難以平靜。她形容建業一般對她都是敬重的，只是說話不多。另外，當她想聽建業談心底話，而建業不作聲，她會變得心急而且囉唆。我們澄清了她和建業見面的目的在於了解建業的計劃，正視戒毒的需要。我們先探索了中心在戒毒上的支援，再討論如何在對話中邀請建業參與戒毒服務。我們決定聽了建業的計劃

後，若建業沒有表明戒毒，姊姊會主動談及戒毒對她的意義，了解建業對戒毒的想法，明確地說出自己親身來中心了解過戒毒服務。那次的面談，我和她排演了一些重要的對話，以及計劃了她和建業在接著的一星期內在公園見面。我們嘗試解讀建業可能出現的反應，包括沒有回應、發脾氣，以及如何保持平靜，完結對話。更重要的是，我和她約定了下一次的面談作檢討，不論建業會否加入面談。

姊姊在跟建業的對話當中，了解到他很關注自己的身體，也成了對話中和戒毒相關的重點。姊姊就戒毒跟建業互相分享了想法。結果，姊姊就這樣把建業帶來了面談，而且在建業整個的戒毒過程和生活上的適應都一直支持。



手法分析

姊姊對於協助建業戒毒滿有猶豫。在電話中的探討，她疑惑建業要作出改變的說法是否真實。她需要思索自己是否嘗試投入，並有可能經歷失望。事實上，如果她只是弄清楚建業的想法，她根本不需要致電熱線。而是她十分認真地考慮建業可能戒毒的機會，甚至希望把握這些機會。正如，有些家庭推動戒毒時，停滯在吸毒者要承認吸毒，姊姊則猶豫在建業的戒毒想法。電話和面談中的介入焦點放在姊姊如何抓住機會投入當中，以投入安排轉化時刻，並在行動後檢討。

轉化時刻並非孤注一擲，而是強調這是具細節和需要一再檢討的改變進程，一般是面對面溝通。這個有意識的進程會在面談中認真仔細地計劃。我跟姊姊的面談中，首先強調轉化時刻的目標，是創造一個空間談家人如

第5章 | 轉化時刻

何重視毒品的影響，推動建業戒毒，以及透過檢討建業的回應，清楚建業的想法來計劃下一步。轉化時刻是精心安排的過程，由時間、地點、出席者等方向，確立安排出一個適合深入交談而且減少干擾的空間。另外，當提及姊姊和建業以往的互動，姊姊可以更加確切地想像交談的過程。轉化時刻的目標是傳達家人對戒毒的重視，特別是以非責備的方法講述關係和生活上的變化。例如：「這十年來我們的關係走遠了不少，毒品佔據了你很多個晚上。」「我們的對話往往有意地避開毒品兩個字，但它實在出現在我們生活之中，而且是一個隔膜。有很多的日子，我們已經沒有對話了。」、「毒品把你由工作和家庭角色中帶走。」

一般而言，面談中會記下幾個要點來跟吸毒者說，而且會包括一段類似以下的說話「因為我（家人）很重視家中毒品情況，所以我找了一個保密的戒毒機構幫助我，我跟張先生見面，也約了下次見面。而且他也想和你見



面。他希望不只聽到我知道的一面，而是聽到你的經歷。」有時家人亦會寫成信件向吸毒者讀出。在這個家人說出重視毒品情況以及邀請接受戒毒服務的過程，保持平靜和認真的態度是很重要的。姊姊留意到自己對建業默不作聲，會感到煩躁。家人溝通常常有類似的自動化情緒反應，而且容易把轉化時刻中戒毒的對話，轉移到情緒的宣洩。一個我常用的方法去幫助家人有意識地改變自動化情緒反應，就是在面談中重新解讀一些可預計吸毒者反應和計劃如何回應。例如：默不作聲以往可能被視為充耳不聞。然而，在認真的對話中，對方真的可以聽不到嗎？對方其實靜下來可能做甚麼呢？我特別會和家人綵排一些應對，練習把對話重新聚焦。這些練習對往後家人和吸毒者一般沒有長遠作用，但對轉化時刻卻有影響力。

在轉化時刻之中，家人表達了對毒品影響的重視，而且邀請吸毒者為戒毒開展下一步。家人需要停下來聆聽對方的回應。如果吸毒者不願意出席戒

毒機構的面談，家人可以詢問吸毒者對毒品影響有甚麼處理方法，而且把對話的情況帶回面談中檢討。

反思

抽取建業的個案作例子，是因為在眾多聚焦在轉化時刻的個案中，這次的介入相對簡單，易於說明。有些家人需要面對一再未能邀請吸毒者戒毒的情況，所以事前需要強調轉化時刻是一個透過表達重視和邀請戒毒而更了解吸毒者現時想法的嘗試。事前確實地約定下次和家人面談的時間，以及在面談中就吸毒者的反應作檢討，也是相當重要。

家人往往因為以往經歷，容易把和吸毒者就毒品情況的溝通概括成「甚麼都嘗試過」。在建立轉化時刻，我常常用調配煮食材料作例子，形容家人



嘗試過以各式食材烹調。然而當配搭不同，煮出來的菜式和味道也不一樣。轉化時刻的成效建基於細節的安排，特別是平實地說出毒品的影響、作出共同處理毒品影響的邀請，而不轉移到衝突上。我在過往的經驗中，看見一些家人會加入條件，好像就戒毒而和吸毒者談判。在家庭為本手法而言，那是環境管理的層面。轉化時刻不但是為了直接推動戒毒，而且是打破「甚麼都嘗試過」、「怎麼都一樣」的概念，刻意創造空間與吸毒者探討毒品的想法。

在轉化時刻的溝通，家人需要平實地說出毒品的影響、作出共同處理毒品影響的邀請，而不轉移到衝突上。

第5章 | 轉化時刻



第6章

家人資源



重拾對自己的重視

張家年

阿堅和阿娟是一對年輕的夫婦，育有幼女。他們在酒吧邂逅、相戀，很快就成了夫妻，兩人租了一個單位，本來是一個簡單而美好的愛情故事。然而，當阿娟誕下了女兒的同時，開始發現阿堅的精神變化很大，有時脾氣極之暴躁，而且時常酒醉回家。女兒兩歲時，阿娟發現阿堅在衣服裡藏有毒品，阿娟和阿堅對質。阿堅初時堅稱毒品並非自己的。可是，阿堅的情緒變化很大，夜歸甚至隔晚才回家，回到家中又疑神疑鬼。最終，阿堅一度承認曾酒後吸毒，但往後在類似情況下，就再沒有承認自己吸毒了。

另外，阿娟又發現阿堅在外和其他的女性十分親密。阿娟對阿堅愈來愈沒有信心。阿娟一度搬離居所，借朋友的地方暫住。阿堅在阿娟搬離後，透

過短訊苦苦哀求阿娟回來，又表示自己有能力控制毒品，從此會放棄吸毒和其他女性的親密關係。阿娟當時選擇相信阿堅，不久就搬回和阿堅同住。然而，阿堅的情況沒有如承諾般改變而且性情變化很大。本來令阿娟滿有安全感的是阿堅高大的身型，但阿堅激動的情緒下，這特質成為了對阿娟的威脅。阿堅和阿娟更曾經因吵架而報警。為處理阿堅情緒激動的情況，醫生開了一些鎮靜藥給他，而且有一位社康護士跟進。然而阿堅根本不願服藥。阿娟擔心阿堅在毒品和情緒影響下，傷害到她和女兒。面對阿堅的暴躁和精神異常，阿娟已經不敢和阿堅有甚麼衝突。而且，阿娟因為要照顧女兒而無法工作，而阿堅帶給的家用更加突然減少。

阿娟很擔心自己和女兒的生活。社康護士認為阿堅的情況和吸毒有關，請阿娟聯絡上戒毒輔導熱線。就在第一次的電話聯絡中，我聽到她簡述現在的生活情況，我心裡十分焦急。她又表示阿堅外出，不知道她致電，如果他



回來，她就會掛掉電話。我表達出對她和她女兒安全的擔心，我跟她尋找著身邊可以支援的資源，商討緊急應對方法，如和社康護士合作的方法、臨時住宿等等。然而，當我開始為此焦急和獻計，她漸漸質疑一切措施是否有必要。我發現自己抓住了她本來的擔心，成了說客，而她就在此否定這些危險。我們站在拔河的两端，竟然在一個求助的電話中拉扯。當下，我找不到她的據點。我拼命地為她和女兒的安全作考慮；她又想表達甚麼呢？她說了很多聽來會感到不安的情節，卻表達她希望留在那裡嗎？

我試著走向戒毒導向，看看她的動力，她對支援戒毒的期望。她不確定自己是否想參與支援阿堅戒毒，但她不想沒有了這個家。而在電話中，我希望繼續了解可以支援阿娟的人際網絡。

我：「有誰知道妳現在的情況？」

阿娟：「只有那個借地方給我暫住的朋友和社康護士。」

我：「那你的家人呢？」

阿娟：「他們不知道。父母不同意我們結婚。我只有跟姊姊聯絡，但我也

不想她知道。」

阿娟的電話因為阿堅回來而突然結束。

一段日子後，阿娟再次打電話來，情況並沒有改善，而且阿堅時常出現幻覺。她指和社康護士商討了如何合作把阿堅送院。聽了，我心安頓了點。然而，我和她都知道送院只是一個暫時的處理，我請她在行動前後和我聯絡



一下。

送院的計劃尚算順利。現在阿娟有空間坐下來談一談。

阿娟一直表達出對自己和女兒安全的擔心，對話的重點放在了危機處理。阿娟和阿堅的相處充滿衝突和對忠誠的失信。對於阿娟支援阿堅戒毒的動力，我並不了解。而且阿娟一直沒有讓自己的父母知道她的困境。夫妻和兩代關係都屬親密關係。在阿堅短期住院的情況下，我希望率先了解阿娟在親密關係的發展，以致能夠發掘阿娟支援阿堅戒毒的動力來源以及能否把原生家庭納入她的支援網絡。

原來，阿娟認識阿堅的時候，正值阿娟「叛逆」的時期。當時，她希

望擺脫父母的管制，愈來愈少回家。阿娟開始透過工作從原生家庭走向獨立，而且有自己的朋友圈，也認識了阿堅。她的父母對於她和阿堅往來不甚喜歡。當她要和阿堅結婚時，父母更加不看好。最終，阿娟決定不理父母的意見，和阿堅結了婚，而且進一步遠離父母。當我問她和阿堅如何走到可以付托終身的一步，她卻質疑自己當初為何和阿堅一起，是否應該聽父母的勸告。她看見自己由在職女性，因為要照顧女兒而放棄工作，由阿堅擔負起家庭收入的重任。可惜，阿堅漸漸就沒有給她家用。現在的她覺得自己已經失去了獨立能力，也不確認阿堅是否可靠。

她再次掉入了質疑過去的自己的循環。我決定先和她回帶，看看她當初和阿堅的相處。她回憶阿堅其實對她十分保護。然而，當女兒出生後，阿娟認為阿堅沒有分擔照顧女兒的責任，而且阿堅很少分享在外的生活和工作。阿娟在朋友圈聽說阿堅在外和異性的相處，令阿娟很擔心。



我聽到即使撇除吸毒的情況，阿娟對於和阿堅的關係仍然感到矛盾和不確定。然而，日常生活中不斷的衝突，都增加了阿堅的吸毒誘因和家庭的危機。阿娟和我在安全感中找到了共識——無論阿娟是否積極支援阿堅戒毒，阿娟和女兒都需要在生活中先感到安全。這個共識正是要確立在家人資源層面有足夠資源和信心應付危機。

我和阿娟探討她和父母的關係，特別是回父母家暫住的可能性。

我：「你對回父母家暫住的擔心，我有點不明白。妳離開父母之後，妳還有和父母溝通嗎？」

阿娟：「我間中會和他們飲茶，也給他們在家和孫女相處。」

我：「他們喜歡你這樣做嗎？」

阿娟：「他們很喜歡。而且他們照顧我女兒的時候，我會有自己的時間。他們不會拒絕自己的孫女回去。」

我：「他們有甚麼令你擔心他們不願給你回去暫住？」

阿娟沈默了一下。

我：「你怎樣說服自己，他們可能不想妳和孫女回去？」

阿娟依然靜默。

我：「你在想著甚麼？」

阿娟：「他們沒有說不讓我回去。或許，只是我不想他們看到我當初沒



聽從他們的說話，是錯的。」

我：「現在你當了媽媽。你感受到當父母的會怎樣看你回家嗎？」

阿娟眼泛淚光：「他們其實怎樣都會支持我。只是我不想認錯。」

當初她想獨立，也展示給父母看自己覺得最好的決定，其實正常不過。她把對錯扣在回父母家暫住的想法，令此事變得令她羞愧。

我也去了醫院探望阿堅。首次見面中，他表現低落，想回家。在阿娟探望阿堅的見面中，她提議過阿堅去戒毒院舍，但被阿堅拒絕了，而且吵起來。我在隨後的第二次探訪中，他對阿娟感到很氣憤。

我和阿娟再次回到安全的考慮上。因為阿娟和阿堅在醫院吵過，而且阿堅不願去戒毒院舍。我們再次考慮她和女兒的安全。終於她決定透過姐姐試探一下父母有關她回家暫住的想法。她選擇沒說出完整的情況，而是找了其他原因。她父母聽了之後，不但歡迎她回來，甚至同意和阿堅同住。事實上，到父母家暫住是分隔阿堅跟阿娟及女兒的安全屏障，也用以表達對毒品問題的重視與對關係的影響。這個安全屏障也是有鑒於之前的衝突，所以不會讓阿堅知道地點。而且，當一切好轉，才會考慮與阿堅再在外租住。阿娟一開始維持了分隔一段時間，阿堅由開初氣憤難平，變成承諾戒毒和工作。阿娟暗中請朋友關顧阿堅。阿娟也從朋友口中知道阿堅的生活混亂，時常醉酒鬧事，甚至試過醉酒後致電阿娟破口大罵。之後的一段時間，阿堅既有和她惡言相向，也有對她甜言蜜語。阿堅的生活雖然未有承諾中的穩定，但也有一點點的進步。作為進步的鼓勵與關係的修復，阿娟安排了數次在公眾地方的相處。阿娟對阿堅多了一點信心。然而，阿娟卻一下子把阿堅帶到她唯一的



安全點，父母的家中。阿堅被一個能和阿娟、女兒共聚的家庭吸引，逐漸進駐了阿娟父母的家。而且，共住的情況下，財政壓力又減輕了不少。

為了令阿娟重整生活和自信，而且因為阿堅仍然工作不穩，我鼓勵她發展自己，為工作做準備。有了父母和姊姊在照顧女兒上支援她，她報讀了一些工作相關的短期課程和實習。

現在，雖然阿娟的父母還不知道毒品的問題，但也嘗試推動阿堅工作。阿堅的吸毒習慣以及和阿娟的夫妻關係仍然十分反覆。然而，阿堅和阿娟均以強硬的態度互相對待，而且阿堅暴躁的行徑、吸毒行為，再一次令阿娟擔心。阿娟的家人也體會到阿堅的精神異常，但大多以接納的方法相處。關係卻還可以。面談的方向再一次要走向危機處理。阿娟再一次感到阿堅的異常

行徑對她和女兒有很大威脅。她決定按危機處理的計劃找臨時宿舍和女兒暫住。

這一次的分離，阿娟需要遵守宿舍的規定，不但不可以透露住址，也有一段時間不准許和阿堅見面。阿娟在這個時間面對自己對生活的不安，學習保護自己，以及調節自己和女兒的生活，而且爭取時間進修。阿堅仍然在阿娟父母的家中暫住，情緒卻相當穩定，也較穩定地工作。

當阿堅的生活不再威脅到阿娟，我和阿娟的見面，集中整理她的思緒，檢視對「完整家庭」的期望。對現在的她來說，她相信自己和原生家庭有能力撫養女兒。然而，若阿堅戒毒，她希望與阿堅繼續生活。我和她商量把這個看法傳達給阿堅，並邀請他來中心接受戒毒服務。阿堅對服務開初十分抗



拒。他一直認為「自己有能力控制毒品」和「夫妻關係不應有外人介入」，但阿娟學會了在這事情上的堅持。結果阿堅在幾次的缺席後，開始出席面談。他希望可以透過在中心驗毒令阿娟看到他的進步。阿堅在戒毒上稍有進展。我安排了阿娟和阿堅在中心面談。這樣的面談，不但是對阿堅的鼓勵和認同。阿娟在面談中開放談論關係，也帶動阿堅分享他們關係，讓我更融入阿堅，協助他們調整關係。阿堅持續地接受戒毒服務，阿娟也和阿堅重建了家庭，例如阿堅多了參與親子活動，阿娟也更清晰表達自己的需要，以及提升自己的獨立能力。最終阿娟見證著阿堅成功戒毒，但在家庭關係上，他們還不斷地學習和調節。

手法分析

初期家庭出現持續的安全威脅，令介入聚焦於家人資源層面中危機處理的部分。阿娟面對阿堅的暴躁、吸毒、忠誠問題，對是否和阿堅維持夫妻關

係有著很大的矛盾。在家庭為本手法中，這樣的矛盾令她在戒毒導向的動力不明確。同時，雖然家庭導向上的家庭關係層面可以幫助阿娟了解夫妻關係的形成，以及處理關係上的困境，但阿娟的矛盾充滿自我質疑的部分。她對獨立不安，縱使在關係中不感信任，甚至因感到危險而劃出界線，但只要時間稍長又會質疑自己的顧慮。由於危機而做出個人決定，雖然減少了實際危險，但無法驅除內心的不安，形成自我質疑的基礎，而這種質疑又加重了不安，促使放棄本來的決定。不安和自我質疑成了一個循環。而自我質疑令自己難以確切表達需要和得到伴侶的重視。如果自我質疑和不安可以減輕，阿娟對自己婚姻和推動戒毒的想法，就能更加清晰。

阿娟的優勢在於願意尋求外在支援介入。透過外在支援，包括警察、護士和我的介入，令做判斷時有所參考和依靠，減低自我質疑。這或許可以追溯到阿娟離開原生家庭後，尋找獨立，找了具有一些特質明顯不合乎父母看



法的男友。當時的男友成為她獨立出來的聯盟。阿堅和阿娟的婚姻是阿娟不理父母反對的重大選擇，這夫妻關係巧妙地配合了她離家獨立的方向。阿娟和父母保持連繫，但阿娟從婚姻決擇向她父母宣告了她要為自己的人生做決定。

阿堅一直有著強烈的想法「吸毒是可控制，是自己的選擇。」他認為吸毒或者其他異性的關係都是在外發生，不影響家庭，妻子也不應干預。這些事情以及他和妻子的生活也不應有其他人干預。阿堅的思想以自主為中心，把自己的生活和決定都獨立於其他人。然而，在親密關係中，生活的決定往往會影響著對方。當阿堅認為自己在外的一切包括吸毒、工作、異性關係，都不關係到阿娟，阿娟更因自我質疑而無法有效反映改變的需要。正如許多的伴侶衝突，阿堅和阿娟的衝突把關係的焦點轉移在不和及指責，而不是改變和真正的需要。當家庭為本手法把阿娟拒絕阿堅吸毒和一些生活模

第6章 | 家人資源

戒毒導向	轉化時刻	戒毒導向	環境管理	戒毒導向	吸毒者特質	導向	層面	介入前狀況
			<ul style="list-style-type: none"> • 抑制吸毒 • 勸戒阿堅停毒 		<ul style="list-style-type: none"> • 阿堅喜愛刺激的生活（理解） • 阿堅保護家人的心態（體會） • 阿堅懂得甜言蜜語（體會） 			
			<ul style="list-style-type: none"> • 強化無毒 • 鼓勵阿堅投入親子活動 					
								要求阿堅接受戒毒服務

式，如實地反映在生活，阿堅就會有反思空間。



安全是介入之中優先被考慮的因素，不論是家人還是吸毒者的安全。當

導向	家庭導向	家庭關係	家庭導向
層面	家人資源	介入前狀況	家庭關係
心理韌性	<ul style="list-style-type: none"> • 自我價值低，自我質疑 • 兼顧財政和照顧女兒的壓力 • 欠缺家人支援 危機處理 / 理解毒品 / 習慣	<ul style="list-style-type: none"> • 了解冰毒引發的亢奮、猜疑、失眠等的徵狀 • 運用社區資源如警方、醫護介入危機 	<ul style="list-style-type: none"> • 男女平等相對男尊女卑 • 共同分擔照顧女兒的責任相對男主外女主內 • 彼此懷疑對方不忠 • 育兒方式的分歧

阿娟有可能因為自我質疑而影響判斷，或不能穩定地採取安全的策略，介入需要先減低安全風險。所以介入第一步是在家人資源層面，確保阿娟有危機處理的能力，這包括危機的評估、應對和尋找支援。把阿堅送院，尋找父母的支援和臨時宿舍都是介入中準備的危機處理。阿娟願意運用社區支援令執行危機處理時較順暢。

危機往往和吸毒有關。良好的危機處理同時可以是重要的轉化時刻，給吸毒者清晰的信息——吸毒正影響家庭，而且正視戒毒的需要。多次的分離其實已經把戒毒的信息準備傳達給阿堅。然而，阿娟的自我質疑令她未能在危機之後貫徹地執行改變，轉化時刻所傳達的信息因而變得無力。這些未能貫徹執行的改變，其實就是環境管理。阿堅重視阿娟。當吸毒令阿娟在生活中消失，是一種抑制吸毒的環境管理。相反，隨阿堅的進步，阿娟和阿堅的見面相處正是對阿堅無毒生活的強大鼓勵。同時，這些相處也是阿娟和阿堅重



整關係的時機。相處中，彼此體會到對方的珍惜。

介入一直偏重家人資源層面。除了危機處理，亦在減少阿娟的自我質疑，包括協助她檢視自己決策和行為的影響力，並推動她發展自己。她感受到支援和認同，有助她減少自我質疑，加強行動的穩定性。然而，當她在發展自己中，體會到自身的能力，提升自我價值，才是長久有效的方法。介入之中，以和我的承諾、宿舍的規則等方法加強行動的穩定。另外，在她可能的情況下，鼓勵她進修工作相關的課程，也是協助她有獨立的自信。她的信心在介入的後期明顯增強，以致她有能力的正視自己對家庭的期望，並穩定地進行戒毒導向上的環境管理。

反思

在整個介入當中，阿娟不時表達安全出現危機，我很容易就代理了她的安全考慮，甚至和她出現拉扯。阿娟就像無論如何都面對著擔憂，而且在決定後又會開始質疑。當我代理了她的安全考慮，其實是在呈現她的矛盾和體會那種沈重的感覺。她的矛盾在於過往她覺得阿堅保護自己，現在卻要拒絕阿堅走近。阿娟好像重覆地把支援者看成保護者的角色，自己成了弱小的一個。當阿堅不能令她安心，這個角色轉移到其他人身上。減少她的自我質疑是我在介入中應用的重點。然而，如果進一步探索關係，也許是另一個抓住重心的方法。

支援戒毒上，家人面對重重挑戰是預期之內。如何強化家人的承受能力是不可忽視的一環。



第 7 章

家庭關係



走出糾纏的關係

張家年

秀清被街坊視為好媽媽，為人和藹可親、樂於助人。而且她和兩個兒子，關係親近得令人羨慕。當兩個兒子還是小孩的時候，秀清因為丈夫沉迷賭博、欠債纍纍而選擇分開，獨力照顧兩個兒子，也因為要避免追債影響孩子而多次搬遷。

她的兩個兒子已經工作。然而，秀清發現阿俊的精神愈來愈差。朋友和鄰居提點之下，她開始懷疑阿俊吸毒。令人意想不到的是，阿俊竟然在一問之下就承認了飲咳水。然而，阿俊沒有因為秀清知道了吸毒而戒毒，反而變本加厲。當初以零用錢為名向秀清索取金錢，現在明目張膽要求金錢去吸毒。秀清覺得阿俊的吸毒問題不但沒有改善，更越趨嚴重。故此，秀清致電

戒毒支援熱線求助。電話中，她面對阿俊吸毒的問題，質疑自己有否盡好母親的責任。我聽到她的自我質疑，但我把對話重新聚焦在戒毒導向，並期望她出席面談。

我：「我聽到的是兩個孩子即使長大成人，還依舊擁有媽媽的愛和關心。你一個人養大了他們。現在，在阿俊的戒毒上，最少我們可以一起去幫他。」我邀請秀清來中心詳談阿俊的為人和生活，也想和她探討家庭可以如何幫助阿俊。

在第一次與秀清的面談當中，她回憶過往獨力養育兩個孩子十分艱難，而且捱出了抑鬱症。



秀清：「看著他們長大了，本以為一切已經變好。誰想到，突然又出現毒品問題。」

秀清指兩個兒子都很關心她，也十分乖巧。阿發比較獨立，而阿俊自小都較「黏身」。看著兩個兒子成長，秀清本來感到十分安慰。秀清對兩個兒子的生活掌握甚多。她認識兒子的朋友，也了解阿俊和女友關係一般，時有不和。

聽到她和兩個兒子關係緊密，令我更好奇秀清如何在吸毒事情上和阿俊溝通。

秀清：「阿俊一開始就承認了自己吸毒，他跟我說他會戒掉吸毒習慣但要一點時間。我信以為真，所以沒有過問太多。他以拍拖、見工為名，問我取錢出街。」

然而，秀清發覺阿俊所謂見工很多都沒有下文。就算獲得新工作，他也只工作數天，就抱怨工作環境和人際關係，放棄了工作。阿俊向她幾乎每日取錢，開始直接了當說，拿錢去買咳水。說好的逐漸戒毒，也停滯不前，甚至明目張膽地索錢吸毒。

秀清的說話漸漸由她參與的經歷轉到她的觀察和看法。我把經歷帶回秀清和阿俊的互動，也想把焦點放在家庭互動上。因為阿俊沒有固定收入，而且需要依賴秀清，所以我用了和毒品息息相關的主題——金錢。



我：「阿俊不斷用不同原因向你取錢，你有甚麼感覺？」

秀清：「他很無賴。他本來說借的，但都沒有還。」

我：「你如何回應？」

秀清：「如果不借錢給阿俊，他會很煩人的。」

秀清再一次以假設的情況，迴避了她如何回應阿俊。我的假設是她的回應沒有對阿俊影響。對自己的回應有所尷尬或慚愧，但我也婉轉地追索下去。

我：「你好像經歷過不借錢給他的結果。」

秀清的確嘗試過拒絕借錢，但阿俊會糾纏著她，不讓她上班，甚至破壞家中物品。秀清最終選擇了退讓。事實上，阿俊向秀清取的金額已經大大影響她的生活。這個看似是吸毒的問題，背後隱藏著秀清和阿俊的關係缺乏界線。阿俊欠缺獨立，秀清也無法堅拒阿俊的要求。

我：「他有問阿發拿錢嗎？」

秀清：「他借過阿發一點錢卻沒有還錢。阿發罵過他之後，他就不敢問阿發了。」

我靜了一下子，然後說：「阿俊作為一個成年人，為何選擇不工作而去張開手向自己的媽媽拿錢？」



秀清：「就是呢！根本沒有道理！」

我把問題簡化一點：「對阿俊來說，工作還是向你拿錢容易呢？」

秀清很清楚答案。我和秀清分析金錢和吸毒的緊密關係，為吸毒而取得金錢的方法一般是欺騙、隱瞞或是威迫。阿俊在秀清身上不斷練習這些方法取得金錢，而且已經比起工作更加熟練和輕鬆。

這天我們有了共識，認為金錢管理是十分重要，而且理由是其次的。只要金錢到了阿俊的手，他吸毒的機會就會提高。

秀清雖然暫時無法拒絕阿俊，但擁有溫柔的力量。我請秀清再次和阿俊

重提戒毒計劃，並且記錄取錢的金額和次數。我希望借助記錄和規律協助秀清作環境管理。另外，我邀請了秀清參與一個小型的家人小組，針對性檢視家人和家中吸毒者的互動。

秀清回到家裏，確切地和阿俊檢視戒毒計劃。為了幫助秀清掌握設限與金錢管理，我和秀清按阿俊原來吸毒的情況，以定額的方法向阿俊給予金錢，而且按時間表來減少頻次。秀清按著這個方法執行，雖然逐漸面對阿俊在戒毒步伐上出爾反爾，但秀清逐漸懂得堅持。

面談逐漸由應對阿俊的方法，深入去探討她在家庭的角色。秀清由質疑自己當母親的能力，開始發現自己其實為了兒子們付出了很多。她看到兒子都長大成人，可以作獨立的選擇。阿發待人接物方面十分成熟，不單成為



安慰，也成為作為母親有著良好身教的證明。她自覺有著「超人」一般的身份，愛幫助人，卻沒有照顧自己。阿俊也倚靠著強大的母親，不願獨立。而這一切也停留在認知的層面，她要脫離純粹當「超人」的身份，而且造就阿俊獨立，需要的是生活經驗。

在檢討之中，戒毒和獨立自理，都是介入的目標。

她理解每一天吸毒，都是在強化吸毒的習慣。但是對於阿俊推動進一步戒毒仍然抱有很多的擔心。例如，如果他停止給予金錢，阿俊為求金錢吸毒，會對她有甚麼的威脅，會否在外面作奸犯科。他戒毒時身體不適又怎麼辦？他會不會憎恨秀清？面談中，我們列出了這些的擔心，用認知行為治療的方式，解構最好和最差的情況，然後找回最有可能的情況。過程當中，她

看到阿俊膽子不大、慕閒逸、愛面子、愛靚，而且只會向她苛索金錢。連向阿發再次索取金錢也不會，看不出他在外面如何作奸犯科。反而，只要他願意工作，他就不難有足夠金錢吸毒。由阿俊的性格來說，要用工作賺回來的金錢買咳水來飲，這個可能不大。而且若果事情這樣發生，雖然沒有解決吸毒的問題，但至少阿俊獨立起來。當金錢管理成為抑制吸毒的主要手段，我們正計劃創造一個轉化時刻，改變阿俊和秀清的糾纏關係，促進阿俊戒毒和自理。

另一方面，秀清有著喜愛分享和群體的性格。在家人小組中，她和其他小組成員分享經歷和學習毒品有關的知識，例如戒毒的經歷。當中，組員互相聆聽，鼓勵大家有推動戒毒以外的的生活空間。而且，彼此也成為對方的智囊團，容讓秀清聽到更多客觀的聲音。



秀清努力地執行金錢管理。可惜，當阿俊減少吸毒頻次至相隔三天時，阿俊身體出現脫癮症狀。秀清對此不忍心，金錢管理的計劃就突然走了點回頭路。秀清忙碌工作又要兼顧阿俊索錢吸毒，終於病倒入院。想不到的是，阿俊竟然到醫院要求秀清給他金錢。看著管理計劃走了回頭路，而且秀清面對阿俊的無理要求下仍然配合，一向強硬的阿發，感到無法認同，選擇抽身不理。

事實上，秀清認同阿發強硬的重要性，只是她自覺無力抵擋阿俊軟硬兼施的攻勢。我和秀清計劃的轉化時刻，阿發有著重要而且強硬的角色。我請秀清把計劃帶回家和阿發分享，結果阿發同意了。

終於我們選定了一天，等著轉化時刻的出現。

那天，阿俊又再向秀清施壓要求金錢去買咳水，情緒有點激動，而阿發也留在了在家。秀清啟動了計劃的第一步。她藉故離開了住所並報警，要求把情緒激動的阿俊送進醫院並留院戒毒。然而當救護員來到時，阿俊的情緒相對平和，救護員也沒有理由把阿俊送院。當如此無法改變的情景呈現在秀清眼前，秀清就把計劃推進到第二步，聯絡了我和另一位同事上到她的家裡。我和同事當然沒有甚麼法寶，也說服不了阿俊入院，親眼見著秀清被阿俊軟硬兼施，阿發卻十分平靜。這次秀清沒有屈服，拖著預先準備好的行李噤離家避靜，把接下來的金錢管理交給態度強硬的阿發。

為了避免她在糾結的關係上拉扯，她攔截了阿俊的所有電話聯絡。同時，阿發照顧著因無錢買咳水而停毒的阿俊，令她放下心頭大石。當她事後回家，阿俊的脫癮症狀早已完結。這不但是給予秀清和阿俊在戒毒上有新經驗，也令秀清體會關係的改變。阿發也在往後推動維持戒毒分擔角色。阿俊



既沒有因為此事而抱怨，秀清也更有信心推動阿俊獨立和找工作。往後的日子裏，雖然阿俊曾有數次持續一兩天在戒毒上失守，但秀清和阿俊都有能力果斷地處理，免於重蹈覆轍。

手法分析

阿俊在成長的過程中碰釘，從獨立的過程中倒退，並抓住了毒品。在戒毒導向上，秀清很容易看到阿俊本有的優點，而且帶著很多窩心的回憶。她知道阿俊在戀愛上遇上困境，對阿俊投入更多的同情和關心。當要應對阿俊吸毒的情況，秀清十分容易就和阿俊談及吸毒問題背後的壓力和他對脫癮痛苦的擔心，在戒毒上產生轉化的時機，創造共同感。然而，就是無法有效地管理造就吸毒的金錢供應。

秀清很願意在家庭導向上分享，而且在當中不難發現阿俊戒毒時困難的原因。看見子女的滿足，當父母固然感到幸福。看到子女的痛苦，父母心裡絕不好受。秀清的婚姻生活當初受創，人生的價值更加側重於兩個兒子的成長。面對多年艱苦的生活，雖然兒子當時年紀尚小，但他們的乖巧和對她的關心對她無比重要。

秀清的人際關係良好，本身是重要的資源。然而兒子有著吸毒習慣，令人難以啟齒。同時，阿發和秀清同樣希望協助阿俊戒毒。然而，方式上的分歧令聯盟一度崩潰。最重要的算是家庭關係中，秀清的自我價值繫在母親的身份上，而且和阿俊停滯在照顧者與小孩的角色當中。秀清回憶阿俊在孩童時已懂得向她主動關心和安撫。秀清以往沈重的情感有賴兩個兒子的分擔。反過來，現在阿俊在戒毒上承受痛苦，秀清難免體會切膚之痛。對於早已深入體會秀清的情感世界的阿俊，他的懇求和要脅，可以毫不費力地觸動秀



導向	層面	介入前狀況
戒毒導向	吸毒者特質	<ul style="list-style-type: none"> • 阿俊也有乖巧、關心（理解） • 阿俊戀愛的壓力（體會）
戒毒導向	環境管理	<p>抑制吸毒</p> <ul style="list-style-type: none"> • 秀清按阿俊要求提供金錢增加了阿俊吸毒機會（失效） • 一再勸阿俊停毒 <p>強化無毒</p> <ul style="list-style-type: none"> • 鼓勵家庭聚會，但阿俊不甚參與
戒毒導向	轉化時刻	<p>和阿俊就有否吸毒對質</p>

清的愧疚和擔心。當阿俊戒毒的困難成為秀清的內疚，而無法進動正面的改變，這個一個人的吸毒習慣，就成了兩個人維繫的惡性循環。

第7章 | 家庭關係

秀清和阿俊的關係既可以是戒毒上重要的支持，也可以維持惡性循環。雖然關係的鬆綁是整個介入的重點，但過程也牽涉到其他的介入層面。多年關係的改變絕難於一時三刻出現。環境管理層面中，因為阿俊放棄了工作，

導向	層面	介入前狀況
家庭導向	家人資源	心理韌性 抑鬱 難以拒絕阿俊索取金錢 無法和阿發在應對吸毒問題的方法上取得共識 危機處理 / 理解毒品 / 習慣 誤解精神亢奮等於沒有吸毒
家庭導向	家庭關係	秀清和阿俊維持了成為照顧者與小孩的角色 情緒勒索：秀清會因阿俊的不滿足而愧疚



所以秀清提供的金錢來源，是毒品核心的供應鏈。在這個層面，介入一般會跳過容易被吸毒者影響的因素。例如：介入會傾向不理會拿取金錢的解釋。一來，這可以在信用上的爭拗進一步破損；二來，介入具有穩定性，容易確切執行，免於不必要的衝擊。秀清作的環境管理就以漸進式金錢管理作主導，按戒毒的時間表一步步改變，適時作檢討。另外，在家人資源上，小組用以加強人際上的支持，而且確切地運用在分享支援戒毒的經驗以及家庭關係的檢視。阿發是作為家庭成員，同樣期望推動戒毒，只是方式不同。介入當中把秀清和阿發的做法重新連繫，令秀清獲得更多支持來一同推動戒毒。而且，當秀清審視過和阿俊糾纏的關係，阿發的參與令她可以比較安心地嘗試退後一步。秀清和阿俊的關係上，秀清透過金錢管理，有系統地控制衝突的機會，和嘗試改變互動的方式。經歷之中，明顯的轉化時刻是秀清離家的時期。然而，對秀清來說，重要的是她有勇氣與阿俊劃出界線。

反思

阿俊的戒毒，很大程度可以看成曾經倒退的獨立和糾結的家庭關係中成長的經歷。無論怎樣，秀清和阿俊在關係之中，仍可能要面對持續的改變，才能找到適當的界線。然而在這次經歷裏，彼此都跨出了一大步。當秀清在支援戒毒走前了，她也開始檢視自己其他的關係以及個人需要，而且作出了許多調整。當時我也忍不住問了一句「為何她的挑戰有這麼多」。然而在此刻回想，才發現這些挑戰一直存在，只是當秀清和阿俊的緊密關係成為焦點，其他的關係我卻沒有看清楚。現在的我，應該會更加積極檢視家庭以外的一些關係，以有更多角度幫助秀清檢視關係和互動。

模糊的界線、欠缺彈性的關係，把家人和吸毒者的雙手捆綁在一起，再沒法騰出騰雙手幫助吸毒者從毒品那邊鬆綁。



無言夫妻的關係重建——家庭關係特寫 胡永華

由朋友開始誘使，直至獨自到夜總會吸毒，尹昇已經吸毒五年。他開始人不敷支，甚至需要借貸，發現吸食毒品變得不受控制，決定鼓起勇氣，致電熱線求助。

我：「你會怎樣形容吸毒？」

尹昇：「讓我感到舒服。」

我：「既然吸毒讓你感受到舒服，你為甚麼要戒毒？」

尹昇：「我知道這種習慣不能長此下去，始終毒品令我身體變差，我想

戒毒。」

我：「家人知道嗎？」

尹昇：「他們不知道，也不能知道，我怕會失去他們。」

我：「你覺得太太知道嗎？」

尹昇：「因為每次吸毒後我都會通宵不回家，太太已經有疑惑了。她以為我有第三者，所以經常檢查電話，有時候我都覺得辛苦。」

戒毒過程，最需要家人的提醒及幫忙，我建議他向太太坦白。尹昇表示不能接受，認為已經控制了一星期，他覺得只要持續下去，便能夠戒毒，所以便離開了。一年後，尹昇再次求助，並表示可以與太太一起到中心。



原來尹昇過去一年並沒有停毒，甚至吸食量比以前更多，導致債務更加嚴重，最終因為壓力過大，在公司暈倒。住院期間，失去知覺接近半日，回想更多與太太及家人的回憶，認為自己不可以再繼續吸毒，要正視問題。當下的他有兩個決定：致電求助、向家人坦白。

我：「當你可以向太太坦白，有甚麼感覺？」

尹昇：「終於可以把所有事情坦白，全身可以放鬆。」

我：「這種放鬆的感覺，令你有甚麼的反應？」

尹昇：「可以不用再想其他藉口。」

復吸毒品，謊言是吸毒人士常用的手法，認為可以瞞騙家人，讓他一方面繼續使用毒品，另一方面不影響在家人心中的形象。然而，吸毒後又會埋怨自己吸毒，又會內疚自己再次欺騙家人，自己再次對毒品低頭，產生無力感。無力感越強烈，吸毒者不自覺吸食毒品減輕負面感覺，回復不受控制的吸食毒品狀態，輔導上稱為 *abstinence violation effect*。

我：「嘉莉，你知道他的謊言嗎？」

嘉莉：「大約兩年前，我已經知道他在吸毒，但我不知道他吸食的份量，也不知道毒品種類，只知道他花費了很多錢。」

我：「當時你有甚麼感覺？」



嘉莉：「我不知道怎樣做，十分無奈。我覺得他不願意對我說出真相，讓我覺得即使怎樣說，他也不會戒毒。我寧願把所有心機放在工作上，讓自己可以不必理會先生的情況。」

在毒品的世界中，家人都是受害者。他們面對毒品，不知道可以怎樣處理，也許不出聲，不理會，吸毒者便會改變。然而過程卻讓雙方的關係變得疏離，關係被冰封。

我：「當尹昇可以對你坦白，你覺得怎樣？」

嘉莉：「其實我也不知道怎樣回應。我不認識毒品，也不知道怎樣做，現在每日問他情況，他也願意讓我知道。」

家人對毒品的不認識，難以回應戒毒者的需要。即使戒毒者能夠清楚冷靜地說出現時的情況，也不知道應該怎樣回應。在他們的互動中，尹昇最希望讓嘉莉知道他的情況。尹昇發現無論是工作或面對毒品的無力感，聆聽者能使他安全，填補當刻孤單的感覺，有如注入新力量一樣，讓他可以繼續維持戒毒操守。

我：「你覺得這段時間，最重要的支持是甚麼？」

尹昇：「家人每日致電問候，他們與我閒聊。現在一放工，嘉莉會致電給我。沒有特別的內容，只是聊聊工作情況，今天晚餐的建議，但我覺得感到有家人的支持。」

嘉莉：「其實我沒有想過與他對話是這麼重要。但我真的未能完全相信



他已經停止吸毒。」

經歷多次的失望，嘉莉的不信任是可理解的。我提醒這段戒毒時期的重要性，對於尹昇來說，戒毒初期總會有起伏，家人的支持十分重要，最有效是持續對話。透過對話，可以讓方明白現時的情況，同時也是重建關係的機會。尹昇和嘉莉現時每晚都會聊天，共同重建雙方的信任。尹昇雖然仍然在戒毒中，但他發現，家人的支持就是戒毒動力。

手法分析

計劃重視家人之間的聯繫，尹昇不斷透過謊言去掩飾吸毒的行為，以為可以「神不知，鬼不覺」，其實家人早就察覺端倪，但不知道應對方法。嘉莉採取不理會政策，源於不知道毒品對尹昇的影響，也不知道拆穿後可能

出現的情況。透過保持適當的情緒空間，減輕尹昇吸毒行為對自己日常生活的影響，但嘉莉同時內心充斥著強烈的無奈感及無助感，所有感覺卻只可以收藏不能向外發洩，擔心影響家庭關係。初期的面談，我嘗試以夫婦關係切入，以雙方的相處關係模式作為戒毒支援的核心。伴侶是案主強大的支援網絡，解開關係中的情緒壓力，讓彼此知道內心的感覺。

透過聚焦尹昇的正面行為，強調嘉莉在戒毒治療中的重要性。尹昇主動坦白，對嘉莉是既驚喜且擔心。驚喜是尹昇願意面對自己的問題，讓大家安心的表現。但另一方面嘉莉擔心尹昇持續吸毒，雖然不希望他仍然有吸毒行為，但總比瞞騙較好。對尹昇而言，透過輔導過程中建立的安全而舒服的平台，向太太表達內心的說話及感覺，共產生兩個影響：提升雙方的關係，重建家庭安全網；減輕案主的內疚感，減輕吸食風險。面談的後段，我著力尋找提升雙方關係的方法。在戒毒的過程中，家人的參與是重要的，毒癮是隨



時發生，戒毒者需要的支援是隨時候命，而家人的回應，是戒毒者抵抗心癮的方法。

後記：尹昇之後面對一次強大心癮，已經準備了所有藉口，準備去約定地點交收毒品。出發前，他作了一個決定，期望有人可以勸阻他，他選擇致電給我及嘉莉。當他可以對支援的人坦白後，當刻感受到舒服，不用感受說謊的感覺，讓他可以繼續對抗毒品。

反思

在尹昇的個案中，面對復吸行為，家人的善意提醒十分重要。「預防復吸」是戒毒治療中重要的部分，戒毒者面對毒品的無力感，突如其來的吸毒渴求，當刻的處理成為戒毒者的成敗關鍵。尹昇選擇與社工及嘉莉聯絡，間

接認同同行者的重要性，他需要值得信任的朋友或親人提醒，同時也展示戒毒治療中，家庭關係的重要性。只有向家人坦白承認自己的內在需要，同時得到對方的真誠回應，才可減輕毒品的渴求。重建關係並不容易，社工的介入只是簡單的催化劑。重建關係，鞏固關係，是尹昇及嘉莉二人共同的努力，同時也是這個家庭共同對抗毒品的策略。

重建關係，鞏固關係。家庭是戒毒的重要支援之一。



第8章

專業 協 作



社工的角色

胡永華

戒毒服務是一個多專業合作的模式，包括社工、醫生、護士、心理學家、戒毒復康者等，各人在戒毒治療中發揮不同的效果。承蒙禁毒基金的支持，在計劃中的個案戒毒治療加入輔導心理學家專業協作，讓案主可以有深入評估及輔導。在多專業領域下，社工有著獨有的角色協助戒毒者，本文嘗試總結計劃內社工的重要角色。

電話拉動

本計劃的個案，主要透過社區及網上宣傳戒毒輔導專線，並透過即時通信應用程式進行語音對話或訊息傳遞。戒毒者或其家人通常帶著疑惑及擔心致電求助。疑惑不知道戒毒服務是否適合幫助自己，同時擔心身份暴露，遭

刑事責任，當刻的他們內心有強烈的掙扎。當社工接聽這些求助，關係建立十分重要，安心是首要的目標。如同外展手法，在社區中主動接觸有需要人士，正是需要迅速的關係建立技巧。社工可因應個人的特質，了解戒毒者或其家人當刻的心理狀態，或來電時的感覺。每一位來電者都期望社工可以為他們解答疑難，雖然不是每一個問題都可以即時獲得解決，但初步的情緒支援及欣賞他們求助的勇氣，相信每一位社工都可以做到。

社工初步了解來電者的情況後，可嘗試作出初步評估及提供戒毒治療方案，這部分涉及社工對毒品的認識及戒毒輔導的經驗。在禁毒處的網頁，已經詳列毒品對身心的影響，社工可以問題去引導來電者回答現時毒品對他或其家人的影響。例如冰毒藥力散發後會引致昏睡，而且當中的情緒會不穩定；又例如吸食大麻會異常增進胃口，及會產生幻覺等。這些方向有助掌握來電者的情況。然而電話與面談不同，未能透過身體語言及即時的回應掌握



更多求助者的情況，難以有完整的治療計劃，但合併中心已有的服務，例如過來人小組或醫療支援服務，提供初步戒毒建議，可有助來電者清楚到中心後的服務安排，提升他們進入戒毒治療。

同行連結

資源連結是戒毒者或其家人需要的部分。成功戒毒需要因應戒毒者的狀態，度身訂造專屬的戒毒計劃。社工可以在面談中，留意他們的需要，連結社區的不同服務，例如處理吸毒引致的精神病徵，可轉介至適當的醫療服務；戒毒時引申的家庭、經濟問題，可轉介至社會保障部；戒毒後想回饋社會，可轉介義工服務機構；尋求靈性的發展，可轉介信仰團體協助。過去社區有舉辦一些和諧紛彩的活動，社工與個案一同參與，從而建立新的興趣。

面對戒毒者及其家人，也可以在輔導過程中進行「預防復吸」

(Relapse Prevention)。吸毒者長期受毒品影響，感覺及身體問題變得麻木，作為戒毒治療，澄清當中毒品的影響，尤為重要。曾經有一位個案，初期戒毒十分順利，認為已經成功戒毒，誰知過了一星期，突如其來的毒癮出現，忽然想起毒品教育中提及，心理依賴的持續時間不長，讓自己延遲三十分鐘後再決定。「預防復吸」可讓案主及家人清楚戒毒過程中可執行的方法，與家人一同進行，提升成功戒毒機會。

然而，與戒毒者同行是重要的。戒毒過程有很多嘗試，可能需要與家人合作，或需要連結不同的社區服務，短時間內接觸太多服務，對一般人而言已經困難，受毒品影響的案主更會有很多的疑惑。社工作為同行者，可以陪同他們接觸不同的服務，可與戒毒者建立一個無毒關係圈，減輕孤單的感覺。個案戒毒後表示遠離過去所有朋友，現在需要重新建立社交圈子，感謝



當日社工的同行。另外，家人面對毒品的影響，社工成為他們的其中一個支援網絡，也減輕他們在家中面對毒品的張力。

小組連繫

在戒毒治療中，小組有著不同的功效，例如可以邀請戒毒者參與互助小組，在小組中互相分享其戒毒經歷。小組工作是社工的其中一項專長，兼顧不同組員關係，過程除了一般的毒品教育外，也可以透過小組動力，促動組員間的溝通，著重讓他重新建立新的個人形象。毒品教育較為單向性的教育，然而小組可以透過互相分享，小組遊戲，性格分析等手法，讓組員可以適應戒毒後的生活，同時建立一個戒毒互助群組，支援他們的戒毒經驗。

結語

由於戒毒治療涉及不同範疇，不同的專業角色有特別的功能，社工改進人與人之間的關係處理戒毒。吸毒有著不同的成因，社工連結不同的資源及集合過來人，重建吸毒者與環境的關係，以關係帶動改變的契機。以上三種的角度，可能不是直接面對毒品問題，但卻處理毒品背後引起的家庭及人際問題，這也是配合戒毒者的戒毒期望。停毒是個人目標，重建人與人之間的關係，是維持戒毒操守長遠的方法。



輔導心理學家的角色

張家年

戒毒過程中，常常提到吸毒的高危情景。避開高危情景，以免受外在環境吸引，重蹈覆轍，是戒毒的重要一環。吸毒不單純受當下的環境影響，而且和人生不同的經歷交織在一起。吸毒的體會的人生之中累積和演變。由開初嘗試新體驗、感受刺激，直到陪伴自己寂寞和失意的晚上，毒品在不少吸毒者的經歷中有著重要的角色。

吸毒緊扣著想法與感受，意義與經驗。這些內在因素從來都不是獨立存在。作為人生經歷的一部分，吸毒的習慣也不能由脫離人生的角度來看。輔導正是協助吸毒者循個人和文化經歷探討如何塑造成現在的自己。

連繫人生經歷

吸毒者有時用「滑啞」來形容吸毒多年後，無法體會當初吸毒的感官體驗。然而，雙手卻未能放下毒品。許多吸毒者在接受專業協助之前，多多少少都想過改變，但吸毒的劇本依舊在人生旅途中上演。戒毒不但是停止吸毒的習慣，而且是檢視這些人生劇本。輔導透過檢視人生劇本，整理隱藏在經歷中的渴求與矛盾，令我們避免陷入困境而不自知。這些檢視不單是理智上串連了不同經歷和毒品的關係，而且也檢視意義和信念的形成。同時，輔導為吸毒者找回舊有經歷，重新以另一角度體驗，以至在生活中嘗試新的體會，以替代舊有經驗的負面影響。

實在，不少吸毒的經歷都可以理解成早期困境的延伸，自我傷害歷程的一部分。有時毒品是以往困境中尋找出路時的一個浮台。例如，一對情侶經常



面對關係衝突，而激發吸毒的慾望，吸毒成為了情侶中僅有的連繫，遠離相處中的苦惱；生活中自我價值受重大衝擊，吸毒的亢奮令自己體會無所匹敵的能力感，卻把生活中的精力和努力都帶走。人生經歷不但可以形成吸毒的成因基模，也和吸毒歷程交織在一起。陷入吸毒的困境也可以改變重要的信念，成為負向循環，令人泥足深陷。

正如心理動力學提及強迫性重覆與早期創傷有關，認知治療的先驅

Aaron Beck和基模治療的創始人Jeffrey E. Youngs都提到治療需要處理根本成因的基模。輔導心理學家正是以心理學理論和輔導技巧，循著吸毒者的吸毒習性和其評估背後的困境，再探索當中的經歷，調整舊有經歷對現在的負面影響，也著眼未來，如何有意識地不再重覆過往的人生劇本，建立正面經歷、脫離毒品。

家庭工作

吸毒習慣和家庭往往互相的影響。在家庭關係破損的時候，毒品有時成為外在的安慰。有時家人以慣常鼓勵的方式去支持戒毒，殊不知反而令戒毒的壓力更大，吸毒者轉向逃避。有時，毒品破壞家人和吸毒者的關係，有時又會把被忽略的家庭關係拉近。當前路茫茫，若破損的家庭關係可望修補，吸毒者就會看到前路有一點光。家庭更是不少人逃離吸毒生涯的安身之處。

戒毒影響家庭，家庭影響戒毒。吸毒往往映照出家庭如何處理猜疑和忌諱，壓力如何在家庭中流轉。在戒毒上的家庭工作，不一定是關係復和，而是令吸毒者和其家人共同在戒毒上發揮正面的作用。當家庭可以超越慣常的禁忌，探討毒品的狀況，真實的挑戰才獲共同的關注。當家人有足夠能力盛載內心的不安，戒毒者會更無懼地向家人分享戒毒路上困苦。當家人找到和



吸毒者之間的界線，家人會更有效推動吸毒者戒毒。輔導透過與家人或吸毒者個別面談以至家庭會談去減少因吸毒而破壞家庭，並強化家庭的能力來應對因毒品引發的情況。

第8章 | 專業協作

