

BDF200026

「自選人生II」社區健康教育計劃

香港青年協會 青年違法防治中心

17/01/2025

計劃背景

2016

青年違法防治中心關注大麻再次流行

2018

青年違法防治中心

展開「大麻真相」研討會

2019-2021

青年違法防治中心承蒙禁毒基金贊助推行「自選人生」
社區健康教育計劃

2021-2023

青年違法防治中心承蒙禁毒基金贊助推行「自選人生II」
社區健康教育計劃

計劃簡介

• 計劃目標：

1. 協助吸食大麻人士減少或戒除吸毒行為
2. 提升社工及老師辨識和協助吸食大麻人士戒毒的能力
3. 向青少年及社會大眾提供大麻禍害的資訊及健康生活訊息

• 服務對象：

1. 全港大專學院、中學及小學學生
2. 10-35歲之高危/曾經或現正吸食大麻的人士
3. 地區人士 (包括青少年的家人、學校老師及社工等)

介入策略

社會影響預防模式 (Social influence prevention model)

認識毒品危機
(Drug harms)

拆解大麻的迷思
(Misinformation)

決策能力
(Decision-making)

解難與紓解壓力
(Coping skills
and stress
reduction)

介入流程

辨識及評估

透過外展社工主動接觸或接受轉介，辨識及評估曾吸食或現正吸食大麻的青少年

分流介入

抗拒或沒有動機戒毒的青少年
(懵懂期和沉思期)

已有動機戒毒的青少年
(決定期、行動期和維持期)

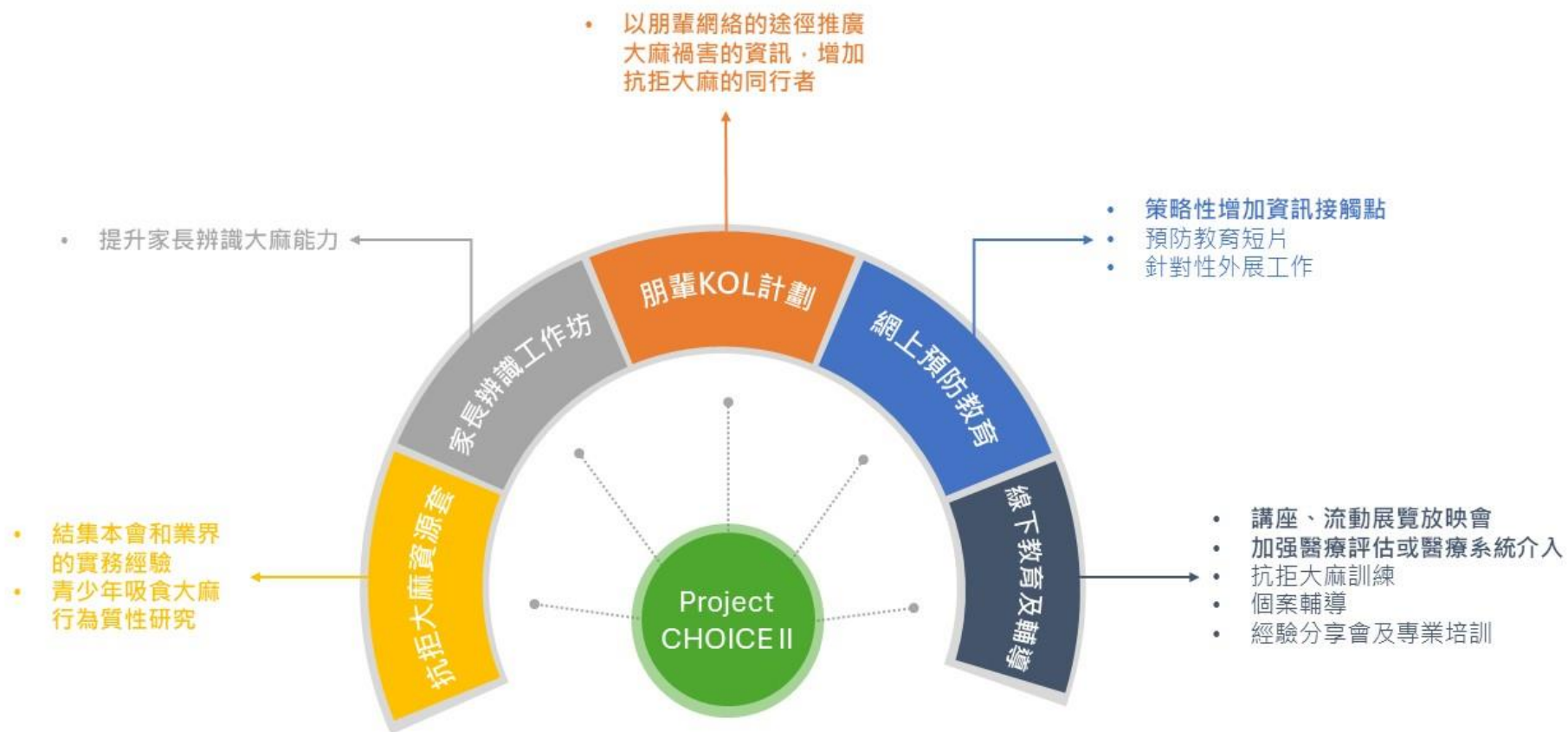
介入策略

關係建立
提升戒毒動機

認知行為治療

強化及肯定
戒毒動機

認知行為治療



服務內容及特色

線上預防教育服務

➤ 網上教育短片及外展服務

- 以動畫形式製作教育影片，針對坊間有關大麻迷思作出回應
- 在網上進行外展服務，主動接觸高危及吸食大麻組群，因應時興話題建立貼文，與青年熟絡後，作出跟進，甚至轉至地上服務



脫毒日記之職場勿友



《脫毒日記》之成癮之路



《脫毒日記》之「網」信毒友



與服務對象的對話內容

600 10支 只限油尖旺

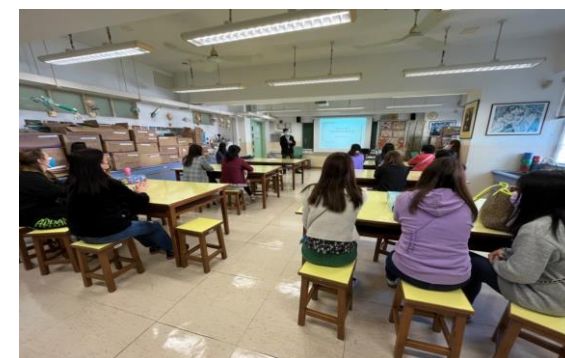
線下教育及輔導服務

➤ 社區預防教育服務

- 按青少年或學生的年齡需要，設計不同的教育內容；在人流較多及大專學校附近提供服務
- 在社區及學校內透過**破解大麻迷思小貼士「知麻開瞞」/互動遊戲/正確大麻資訊展覽**，向學生、青少年以及社區人士發放正向生活及大麻資訊，拆解與大麻迷思

➤ 家長辨識工作坊

計劃會向家長提供辨識大麻訓練，加強家長對大麻的知識和應對能力，提供預防子女吸食大麻的支援。工作坊內容包括但不限於大麻知識、吸食大麻方法、吸食大麻工具、大麻潮流文化、如何與子女傾談大麻的技巧等。



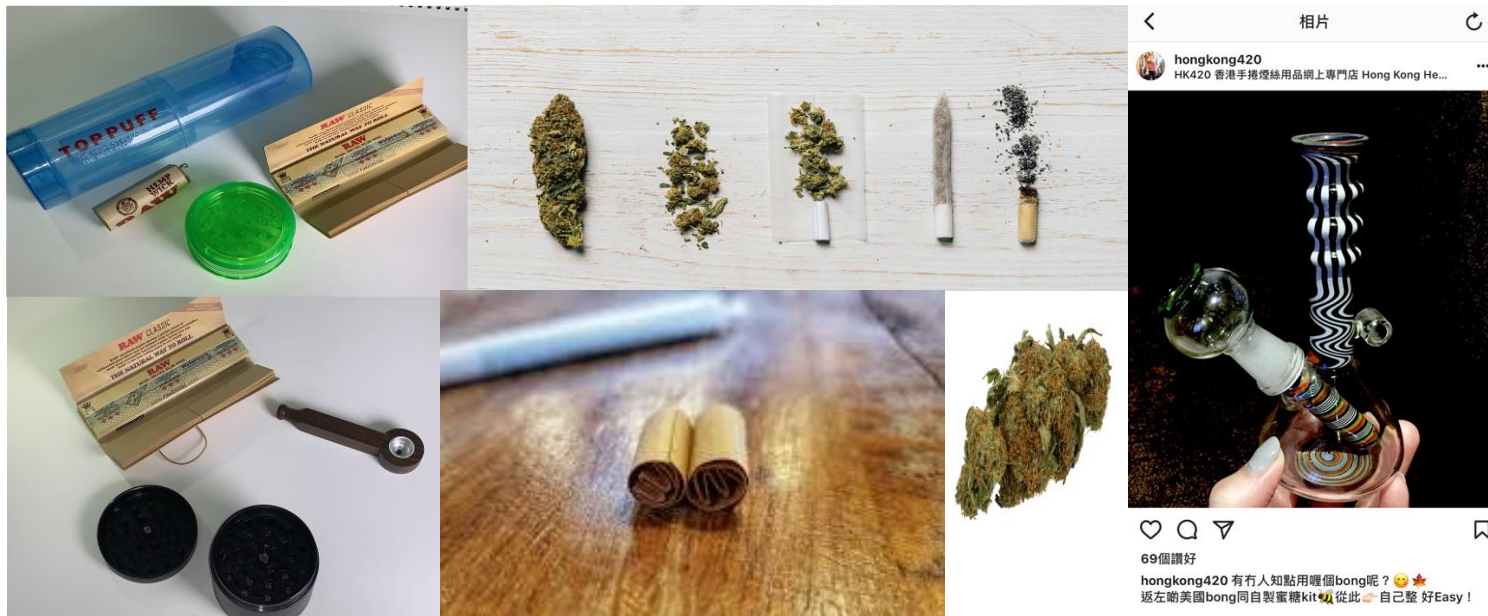
大麻術語

大麻潮流

SWAG	草 / 花	飛 / 飛行
農夫	Smoke	Paper
墜機	JOINT / BIUNT	Stone
飛行員	機長	420Airline



吸食大麻 工具



大麻疑雲



三行佬，泥水佬，裝修佬，地盤佬，水喉佬，
電燈佬...：搵工，搵人，搵工具，廣告，分
享...
Shing Jai 發佈的群組帖子 · 1小時 · 🌐

工搵人，食大麻優先

👍❤️👍 27 58個回應 1次分享
👍 讚好 🗨️ 回應 📦 分享



大麻疑雲



• 大麻迷思

例如：

- 買賣含有大麻成份(THC/CBD)的護膚品/飲品是不犯法？
- 大麻無害？非上癮？大麻是天然植物所以無害嗎？
- 大麻有實際功能？大麻能提升性功能？
- 好多國家已將大麻合法化？食煙害處多過大麻？
- 「火麻仁是大麻種子，在中國有長久的使用歷史。」所以大麻有醫學用途？
- 吸食大麻能提升創意和想像力？
- 大麻已是潮流的生活文化/飲食文化？
- 世衛組織正在研究大麻從未殺死任何人，其成分抑制了癌症的傳播？官方委員會也正在研究大麻的健康益處？

似是而非、疑幻疑真、權威支持等論述/資訊，往往令青少年不能分辨真偽，很容易信以為真

➤ 抗拒大麻訓練 – 朋輩KOL

- 從情感、技能及大麻知識**裝備大專學生**，朋輩**KOL**訓練內容包括預防販毒的教育等元素
- 完成訓練的KOL可協助計劃推行或策劃推廣活動，例如到本隊的活動提供義工服務

技能為本

- 溝通技巧
- 解難技巧
- 決策技巧
- 社交技巧
- 堅定技巧
- 拒絕技巧

情感為本

- 自我認識
- 情感管理
- 抗逆力

知識為本

- 大麻迷思
- 大麻禍害
- 毒品法例



➤ 社工及老師專業培訓

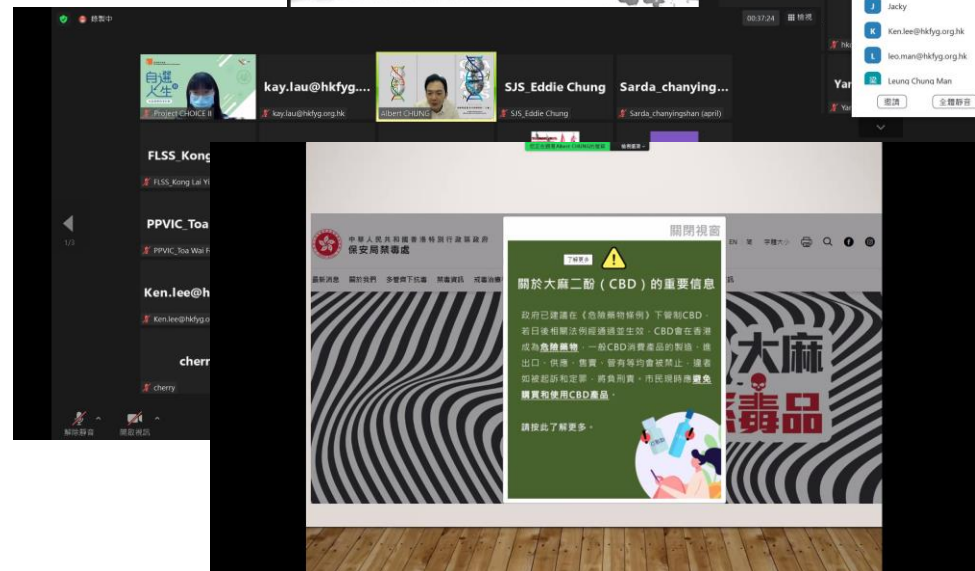
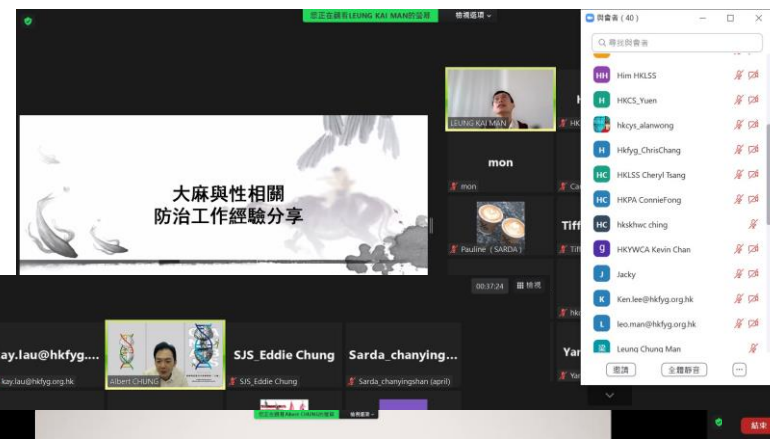
- 透過邀請不同界別專業人士，例如律師、性治療師及大學講師，加強社工及老師對大麻的相關知識，提升辨識及處理大麻個案的能力

➤ 個案輔導

- 透過動機式晤談法和認知行為治療法，強化青少年抗拒大麻的意識、能力及技巧，減少或戒除吸毒行為

過往講題：

- 大麻與性
- 大麻與文化
- 大麻與相關法規
- 大麻與精神健康



➤ 抗拒大麻訓練

技能為本(skills-focused)、情感為本(affective-focused)知識為本(knowledge-focused)的內容，提供訓練，利用不同情境，結合生活化內容，提供3-4節的個人或小組訓練，增強青少年抵抗大麻和其他毒品引誘的能力



技能為本

- 溝通技巧
- 解難技巧
- 決策技巧
- 社交技巧
- 堅定技巧
- 拒絕技巧

情感為本

- 自我認識
- 情感管理
- 抗逆力

知識為本

- 大麻迷思
- 大麻禍害
- 毒品法例

➤ 抗拒大麻資源套

- 目標是提升青年工作者、家長、老師以及社區人士對大麻的認識及處理大麻的策略和技巧
- 針對不同人士的需要，分成四個部分，包括介紹青少年吸食大麻相關資訊、社工篇、教師篇、家長及社區人士篇

➤ 青少年吸食大麻行為質性研究

- 委託香港城市大學社會及行為科學系黃成榮教授及其研究團隊，就青少年吸食大麻行為進行質性研究
- 從青少年吸食大麻的成因、成功戒除的誘因及吸食青少年周邊的群體作出訪談及分析，就處理青少年吸食大麻尋找適當的治療方法和教育策略，目的旨在提升香港社工、老師和社區人士應對大麻的專業性。



- 建議一：加強青少年對大麻禍害的認知，糾正錯誤的大麻觀念
- 建議二：加強青少年朋輩間的正面影響，建立多元化社交群體
- 建議三：強化家庭及社會對青少年的支援
- 建議四：利用大數據分析及人工智能加強預防吸毒教育
- 建議五：為青少年在不同的成長階段制訂工作方針及提供適合本地和具實證的治療方法和教育策略

針對性的防治輔導工作：

1. 初嘗及偶然使用大麻的青少年
2. 慣性使用大麻的青少年
3. 初步戒斷的青少年
4. 社會工作者、教育工作者、家長及社區人士

計劃成果

(2021年5月至2023年4月)

實際成果	
教育短片	327,608瀏覽人次 (達標比率 327.6%)
講座/流動展覽放映會	a) 舉辦 66 次社區街站/校本抗毒展 (達標比率 200%) b) 接觸 20,225 人 (達標比率 101.1%)
網上社交媒體外展	a) 進行了 337 次 (達標比率 100.9%) b) 接觸 165 人 (達標比率 123.1%)
抗拒大麻訓練	a) 187 人 (達標比率 155.8%) b) 425 節訓練 (達標比率 106.3%) c) 143 名能完成不少於3節 (達標比率 149.0%)
抗拒大麻訓練	79.4% 參加者拒絕大麻的態度有所提升
朋輩KOL計劃	a) 招募 76 名就讀大專課程的青少年(達標比率 230.3%) b) 71 名能完成不少於2節 (達標比率 263.0%)

實際成果	
朋輩KOL計劃	54.3% 參加者對吸食大麻禍害的知識有所提升 Paired t- test (p=0.008)顯示參加者對吸食大麻禍害的知識有顯著提升
家長辨識工作坊	a) 7 節(達標比率 233.3%) b) 70 人參加(達標比率 117%)
家長辨識工作坊經驗分享會及專業培訓	100% 參加者抗毒意識有所提升 a) 舉辦了 7 節培訓工作坊 (達標比率 100%) b) 304 人次參加 (達標比率 217.1%)
經驗分享會及專業培訓	85.2% 參加者出席培訓後滿意並認為訓練實用
MI/ CBT個案輔導	a) 41 人 (達標比率 102.5%) b) 提供 224 節輔導 (達標比率 112%) c) 32 名能完成不少於4節 (達標比率 100%)
MI/ CBT個案輔導	a) 90.91% 減少/停止吸毒行為 b) 92.86% 持續停止吸毒行為

初嚙大麻 個案個案 分享

個案因認識吸食大麻的朋友而開始吸食，嘗試兩次，覺得有想睡、high和肚餓感覺(身體狀況)，免費就食、冇上癮就沒有問題、傷害不多、想再試(想法)，感覺放鬆、舒服、解壓(感受)。

了解特性：

- 認同大麻
- 會開始追求大麻 (依賴度提升、效能追求)
- 感覺良好

針對需要：

- 不了解個人興趣/規劃/發展的方向
- 不真確了解個人吸食的原因及需要
- 對大麻長遠害處/正確資訊了解不多
- 加強對大麻正確知識及資訊
- 加強自我認識及了解
- 強化人際技巧及情感處理能力
- 擴闊個人的興趣及視野
- 認識大麻以外的選擇



大麻成癮 個案分享

個案生活模式出現轉變，收入轉差、閒暇較多，在友人介紹下嚐試吸食，數月內發展至差不多每日吸食，個案因對太太施行家暴而被捕

- ✦ 個案對於自己大麻成癮缺乏意識
- ✦ 不為意身體及精神健康出現問題 (抑鬱量表、睡眠狀況)
- ✦ 不察覺自己大麻成癮之後，與家人相處及生活模式均有改變
- ✦ 沒有留意到自己情緒或行為改變的轉折點



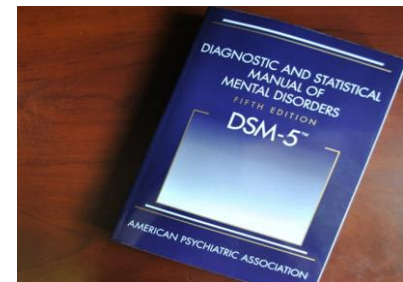
了解特性：

- 對大麻極依賴 (吸毒頻率/份量)
- 不為意身體及精神健康出現問題 (抑鬱量表、睡眠狀況)
- 戒毒動機不高



針對需要：

- 認識自己的真切期望/需要
- 強化大麻對個人精神/身體健康的矛盾
- 提升戒毒動機
- 重建社會系統連繫



介入方向

- 處理個案吸食大麻**背後的需要**
- 強化個案吸食大麻的**矛盾心態**
- **探討**個案吸食大麻**依賴性**
- 讓個案覺得被**聆聽與接納**，多於被指示與要跟隨
- 建立**信任關係**比即時糾正謬誤重要
- 避免踩入「**真理**」陷阱

- **Delay** (延遲吸食)
- **Distraction** (尋找興趣/活動代替)
- **De-Stressing** (情緒管理、放鬆訓練)
- **Relapse Prevention** (辨識高危情景及觸發點)
- **Rebuild supporting network** (家人、朋輩、工作網絡)
- **Referral** (戒毒院舍、物資誤用中心、或其他戒毒機構)

總結

「自選人生II」社區健康教育計劃」能提供一個網上和地上全方位的預防吸食大麻教育服務：

- **專業的個案和小組輔導**，有效地減低青少年吸食大麻或其他毒品的機會；
- **社區街站、校本抗毒展覽、網上外展、預防吸食大麻教育短片及健康生活訊息**，在社區、學校及網上推廣大麻的危害，發佈正面的預防吸食大麻教育訊息，提升青少年及社區人士對大麻危害的危機意識；

總結

- **專業培訓工作坊**，提供大麻相關的評估和介入訓練，幫助社工和老師提升處理及辨識大麻個案的能力。
- **抗拒大麻資源套**，作為前線介入服務的參考，旨在提升青年工作者、家長、老師及社區人士對大麻的認識，並提供處理大麻問題的策略和技巧。
- **青少年吸食大麻行為質性研究**，旨在尋找適當的治療方法和教育策略，並為政府部門及相關當局提供專業建議。

更多大麻 相關資訊

聯絡我們
香港青年協會
青年違法防治中心
8100 9669

青法網



YouTube



Facebook



青法網 App



IOS



Android

謝謝