



香港青年協會
the hongkong federation of youth groups

青年違法防治中心
Youth Crime Prevention Centre



PROJECT MAP

◆ 生命地圖 ◆

意義中心取向抗毒教育及輔導計劃
MEANING-CENTERED APPROACH DRUG EDUCATION AND COUNSELLING PROGRAM

BDF190024

1. 計劃簡介
2. 計劃成效
3. 研究結果及啟示
4. 問答環節



1. 計劃簡介



計劃簡介



- 01 禁毒基金資助三年計劃
- 02 「意義中心取向模式」理論
- 03 戒毒治療及毒品預防教育
- 04 支援10-35歲青少年、家長
- 05 與香港城市大學合作

服務對象



01

一般青少年
2562人

03

吸毒及戒毒
康復青少年
108人

02

高危吸毒青
少年
398人

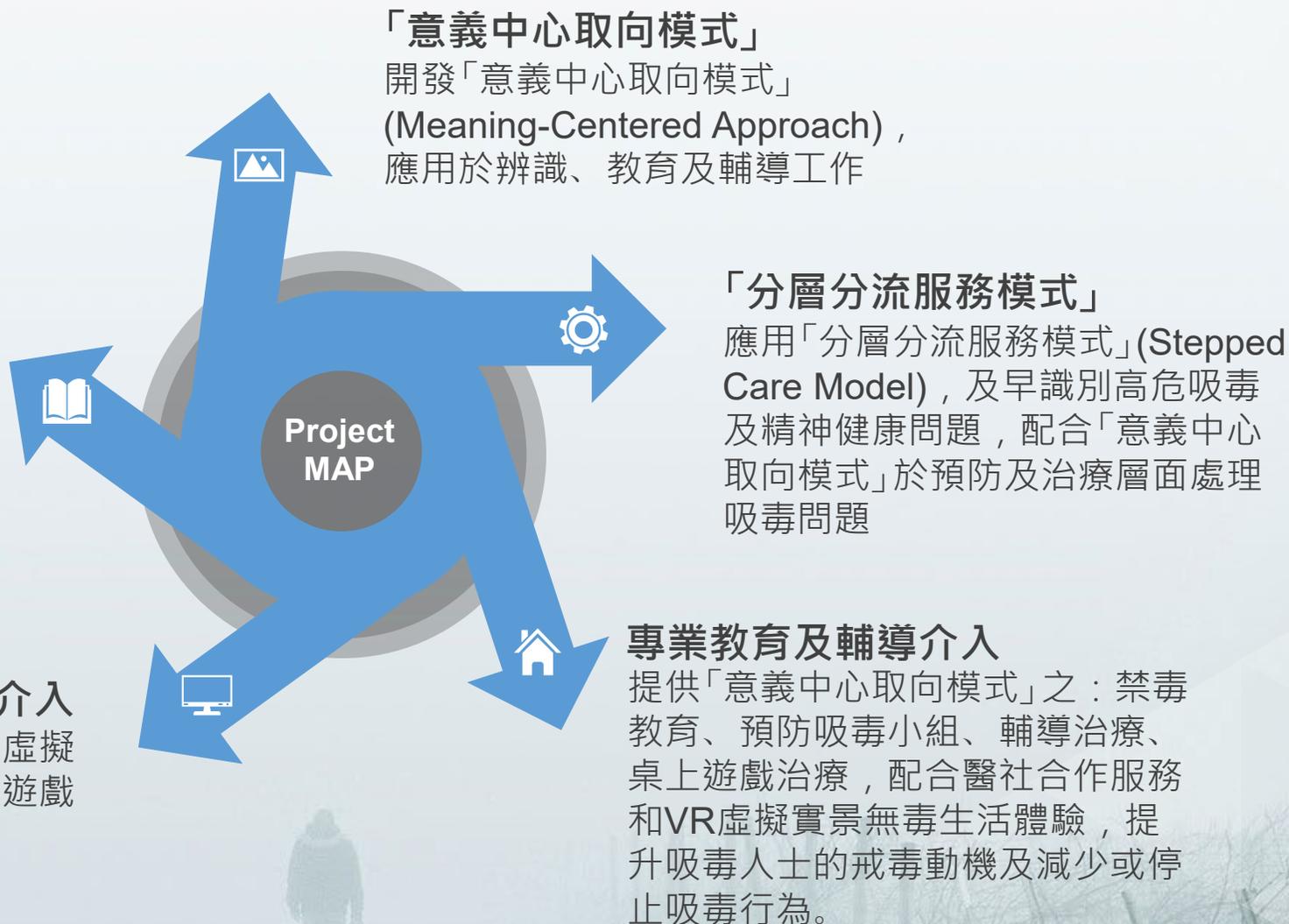
04

吸毒及戒毒
康復青少年
家長
30人

計劃特色

學術支援：評估、教育及輔導
與大學合作，共同研發「意義中心取向模式」抗毒教育及輔導內容，建立具可信度和有效度的輔導手冊和評估工具

多媒體、遊戲為本介入
應用及開發多媒體介入手法：虛擬實境體驗 (VR)、輔導桌上遊戲



計劃目的

評估

發展「意義中心取向模式」評估工具，並配合運用「青少年行為及精神健康評估」，及早辨識有潛在吸毒行為/隱蔽吸毒/缺乏人生意義的青少年

治療

運用「意義中心取向模式」進行戒毒治療，提升吸毒者及康復人士之戒毒動機及減少/停止吸毒行為

經驗分享

透過經驗分享會及專業培訓，介紹創新的「意義中心取向模式」介入手法及評估工具，分享應用於預防及戒毒輔導工作之經驗，並訓練社工及其他專業運用相關的評估工具及介入手法



預防

發展「意義中心取向模式」介入手法，運用「意義中心取向模式」於禁毒預防工作，提升高危吸毒/有潛在精神健康問題/缺乏人生意義青少年的抗毒意識和人生意義

家人支援

支援吸毒青少年的家人，協助他們運用「意義中心取向模式」，助其子女/家人建立和實踐健康生活方向，並運用正面方法面對逆境及負面情緒

「意義中心取向模式」的選取



「意義中心取向模式」方向

尋找意義和目標

協助個人探索個人的人生目標，找出最核心的價值，發掘自己的潛能，建立/找尋積極、樂觀、可行的人生方向/態度，最後達至更有希望和滿意的生活(Rewarding life)

正面應對逆境

藉著尋找到個人的人生意義，增強面對逆境時的抗逆能力，以達至成長(Growth)和復原(Healing)

關係建立

尋找具支持、接納、感恩的人際關係及網絡

意義中心取向模式

「分層分流服務模式」三層架構

第三層：

為吸毒人士提供「意義中心取向模式」個人輔導介入，配合已研發之虛擬實境(Virtual Reality) 及桌上遊戲(治療版)以及醫社合作服務和人生意義實踐計劃，處理青少年吸毒問題、精神健康、人生目標與方向的建立

第二層：

為高危吸毒及潛在精神健康問題青少年提供「意義中心取向模式」及「簡短心理治療」介入，以意義中心輔導提升高危吸毒青少年抗毒意識及改善精神健康，以及強化生活意義

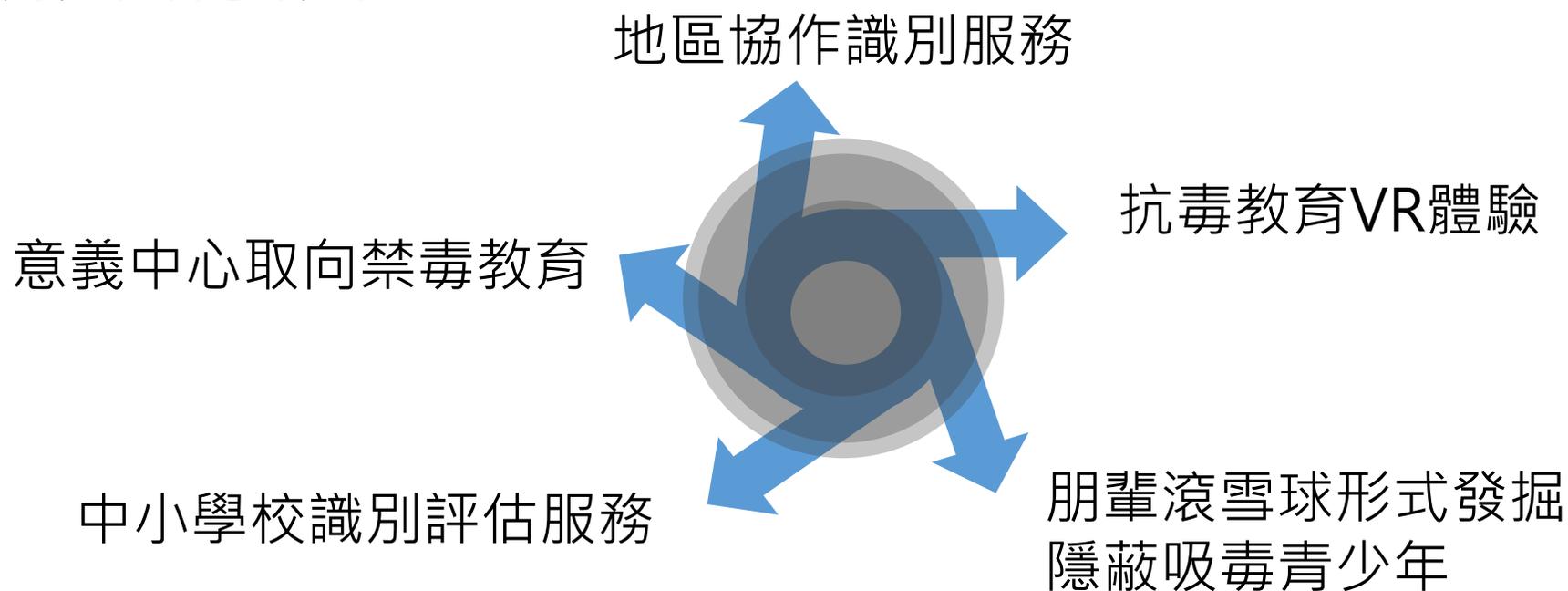
第一層：

低門檻識別評估，辨識有吸毒危機、潛在精神健康問題及缺乏人生意義的青少年

第一層服務：「意義中心取向模式」抗毒教育工作坊/ 講座及識別評估服務

具體服務內容

對象：一般青少年/ 高危青少年

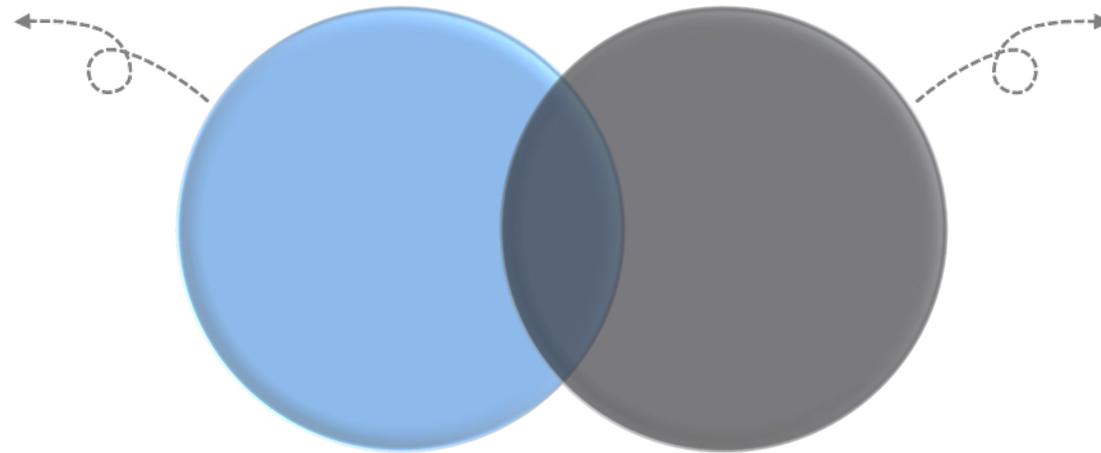


第二層服務：「意義中心取向模式」預防吸毒小組及體驗活動

具體服務內容

對象：高危青少年

「意義中心取向模式」預防吸毒
小組



「意義中心取向模式」
體驗活動



第三層服務：「意義中心取向模式」個案戒毒輔導

具體服務內容

對象：10-35歲的吸毒成癮青少年及其家長

意義中心取向桌
上遊戲



人生意義實
踐計劃



意義中心取向
模式個案輔導

支援吸毒青少
年家人服務



臨床心理學家
及醫療支援



服務內容

對象：註冊社工 / 傳媒 / 社區人士

社工專業應用
技巧工作坊

意義中心取向
模式分享會



4個範疇、5個目標和12個步驟

「意義中心取向模式」的戒毒治療，包括：4個範疇 (dimensions)、5個目標 (objectives) 和12個步驟 (steps)，詳見以下列表：

4個範疇	5個目標	12個步驟
認知意義介入 Cognitive Meaning Intervention	1) 正面自我認識 探索個人真實身份和在世界上的位置，建立充滿盼望和動力的自我認知	1) 認識與接納自我 透過自我反思、自我接納、人生中成功經驗的檢視，認識真實的自我，接納生命的黑暗面。
		2) 了解生命的真實所需 知道自己生命中真正重要的人、事、物，並基於這些珍視的東西設定人生目標。
		3) 了解人生的價值選取 了解自己對於追求美好人生的價值觀與取態，例如對成功的定義，以及內在與環境因素如何影響個人價值觀的形成。
存在意義介入 Existential Meaning Intervention	2) 積極面對人生 提升應對生活困難及尋找充實生活的動機 — 提升應對生活困難及尋找充實生活的動機	4) 認識獲得意義的途徑 (Meaning Triangle) 意識到在逆境中仍然有值得重視的生存意義，例如追求人生價值所付出的努力及抉擇時體驗到的個人自主，並了解獲得意義的三種途徑：創造性價值、經驗性價值和態度性價值。
		5) 應用PURE的思考模式 PURE的思考模式包括目的、理解、負責任的行動和評估共4項課題，應用此模式檢視當前生活處境並覺察有意義人生的組成部分。
	3) 建構人生意義 提升建構個人意義的能力，令他們找到應對逆境的意義及恢復他們的目標、信念和希望	
	6) 探索快樂的來源 以意義為中心的快樂來源來自8項元素，包括正面影響力、成就、關係、親密感、接納、信仰、自我超越、公平/公義。學習於逆境中發現這些快樂的來源，以及學會放下讓人困擾事物，以獲得喜悅。	
	7) 實踐悲劇性樂觀 (Tragic Optimism) 在困境中發現到學習、成長與改變的契機，經歷創傷後仍能心存盼望。	

「意義中心取向模式」

內容

4個範疇	5個目標	12個步驟
有效應對方法 Effective Coping	4) 學習解難方法 經歷和學習處理困難，發展解難的有效方法，滿足他們的人生使命	8) 應用ABCDE思考策略 ABCDE的思考策略包括接納、相信、投入、發現、評估共5項課題，以此策略檢視生命中的逆境，從而提升抗逆力，並在逆境中生存。
		9) 困難中展望與前行 使用雙重視野策略 (Double Vision Strategy)，除了感知當前困境，亦具備審視大局的視野，將焦點保持在個人長遠理想，面對困局或感到困擾時能向著目標突破障礙前行。
		10) 實踐雙向系統思考模式 (Dual System Model) 結合PURE與ABCDE兩套思考模式，靈活應對生命中的正面與負面經歷，既尋求有意義的東西並樂在當下，亦轉化負面事物並學懂放手，從而活出豐盛人生。影響個人價值觀的形成。
人際關係訓練 Relational Training	5) 建立人際網絡 增強與他人聯繫的能力，建立互相信任、扶持和療癒的關係。	11) 了解溝通模式與人際關係資源 意識到自己與他人互動的溝通模式，並檢視人際網絡中能為自己帶來支持的有意義關係。
		12) 整合與建構具意義的生活方式 重新審視尋求意義、創造意義和建構意義的途徑，引領具有目的和意義的生活方式。

2. 計劃成效



主要計劃成果



及早辨識，有效處理隱蔽吸毒問題



提升高危吸毒青少年的抗毒意識和人生意義



建立具可信度和有效度的輔導手冊和評估工具



協助吸毒個案探索人生意義，提升戒毒動機，減低復吸機會

第一層服務：禁毒教育及識別評估服務

服務成果

成果指標	預期目標	實際成果
「意義中心取向模式」抗毒教育工作坊/講座及識別評估服務。	2000人	2741人
虛擬實境 VR /無毒生命短片體驗	150人/50次	620人/63次

第二層服務：簡短心理治療及吸毒風險管理

服務成果

成果指標	預期目標	實際成果
「意義中心取向模式」預防吸毒小組	150人/120節	164人/165節
「意義中心取向模式」體驗活動	150人/90節	171人/111節

第三層服務：「意義中心取向模式」個案戒毒輔導

服務成果

成果指標	預期目標	實際成果
意義中心取向專業輔導	100人/ 600節	108人/ 1316節
桌上遊戲治療	70人	71人
醫療服務	50人/ 50次	56人/ 83次
「意義中心取向模式」家人輔導	30人	30人

計劃主要服務成效

95.8%

吸毒個案吸毒頻次
減少

77%

吸毒個案能成功
戒毒

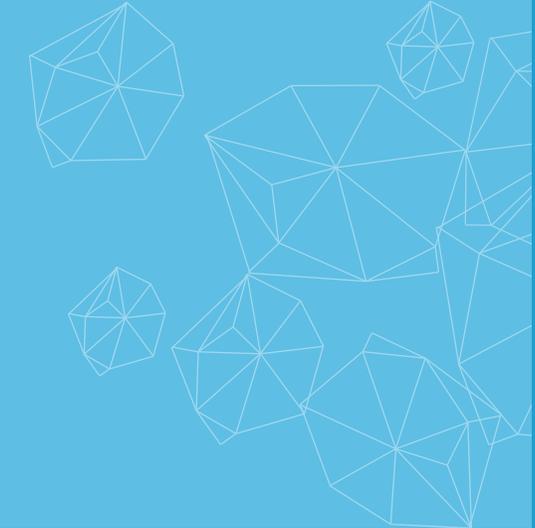
92.6%

戒毒康復個案保持
戒毒狀態

71.3%

個案戒毒動機提
升或保持最高

計劃主要服務成效



96.5%

社工應用技巧工作坊及意義中心取向模式分享會參加者有正面評價

73.3%

吸毒個案家人處理問題的能力及技巧有所提升

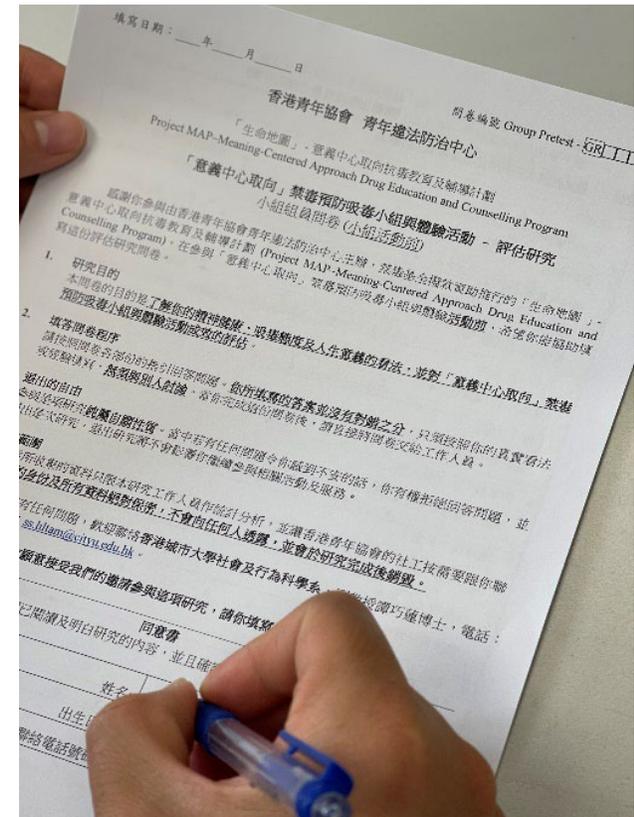
52.2%

吸毒風險意識有所提升(一般青年)

*(配對樣本t檢定(paired t-test)顯示參加者的吸毒風險意識有顯著提升)

「意義中心取向」輔導手冊 及評估工具

成果產品



意義中心取向教材套

成果產品

香港青年協會 青年違法防治中心
Project MAP 生命地圖 - 意義中心取向抗毒教育及輔導計劃

你寧願

為健康而約束自己?	<	>	放縱自己而看輕健康?
靚仔/靚女但冇腦?	<	>	醜樣但醒目?
出咗貓但冇人知?	<	>	自己冇出貓 但全部都認為你有?
超醒但極唔好彩?	<	>	超蠢但好好彩?
過充滿挑戰的生命?	<	>	過平淡安穩的生活?
減少自己一個缺點?	<	>	增加自己一個優點?
家人覺得欣賞你， 但其他人覺得你無用?	<	>	其他人覺得欣賞你， 家人覺得你無用?
與伴侶愉快相處 但被朋友疏遠?	<	>	與朋友愉快相處 但被伴侶疏遠?
做異性一日?	<	>	
有名有利但 沒有愛你的人?	<	>	
做自己喜歡的工作 但收入不多?	<	>	
優哉游哉過窮生活?	<	>	
找到真愛?	<	>	
有一個回帶擊?	<	>	
冇人嚟你婚禮?	<	>	
有很多朋友， 但冇一個知心朋友?	<	>	

香港青年協會 青年違法防治中心
Project MAP 生命地圖 - 意義中心取向抗毒教育及輔導計劃

關係雷達

在圖中貼上與你有關係的人，越靠近圖正中心位置的人，代表與你關係越好。

家庭 朋友

/ 社工

香港青年協會 青年違法防治中心
Project MAP 生命地圖 - 意義中心取向抗毒教育及輔導計劃

給5年後的我……

請用貼紙 / 畫出5年後「理想中」的你…… (符合實際情況)

香港青年協會 青年違法防治中心
Project MAP 生命地圖 - 意義中心取向抗毒教育及輔導計劃

生命寶禮

如果…你可以安排一個屬於自己的生命寶禮，你希望：

出席者：

我的一生：

我的遺產：

我的一生 (_____ 年後)：

你寧願...
找到真愛?



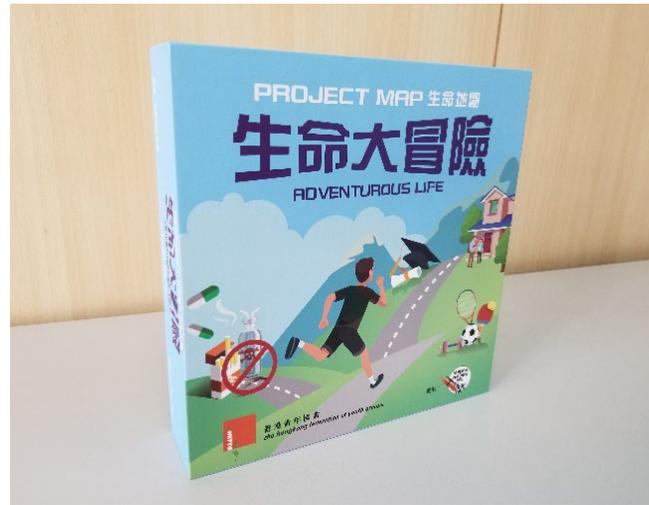
定

擁有一億?



「生命大冒險」桌上遊戲

成果產品



PROJECT MAP 生命地圖

生命大冒險

ADVENTUROUS LIFE

「生命大冒險」遊戲簡介：
本遊戲為一款模擬人生的桌上遊戲，讓玩家經歷一場21年的人生旅程。玩家需要為自己計劃人生，設定人生目標，並選擇相應的行動。遊戲中，玩家會遇到種種不可預知的順逆環境，面對不同的引誘、挫折或鼓勵，需要調整行動並作出應變，為自己的計劃奮鬥和努力，以達成人生目標。玩家能否好好計劃人生、在逆境中自強，就是遊戲及「人生」的致勝關鍵。自己的人生就由自己來開創吧！

青年違法防治中心 Project MAP
「生命地圖」

意義中心取向抗毒教育及輔導計劃
新界屯門崗螺鄉鄉鄰社區中心三樓

電話: 2396 4711

電郵: yss@hkfyg.org.hk

傳真: 2395 9543

青法網
Youth Law



香港青年協會總辦事處
THE HONG KONG FEDERATION OF YOUTH GROUPS
HEAD OFFICE

香港北角百福道21號香港青年協會大廈21樓
21/F, The Hong Kong Federation of Youth Groups
Building 21 Pak Fuk Road, North Point, Hong Kong

PROJECT MAP 生命地圖

生命大冒險

ADVENTUROUS LIFE

過往日記 你的資料

[第1個7年] 第1年



你的行動:
工作

日記

健康0, 關係0, 快樂0, 金錢0

輔導工具

「抗毒教育VR體驗」



3. 研究結果及啟示



研究部份



香港城市大學
City University of Hong Kong

Cherry Hau-lin TAM, Ph.D.
Associate Professor
Department of Social and Behaviourial Sciences
City University of Hong Kong

研究方法



- **第一層：禁毒教育**
 - 量性研究 (後測)
 - 2,000名青少年
- **第二層：預防吸毒小組**
 - 量性研究 (前測、後測及追綜測試)
 - 150名青少年
 - 質性研究 (前測、後測及追綜測試)
 - 15名青少年
 - 比較小組量性研究
 - 30名青少年
- **第三層：吸毒個案**
 - 量性研究 (前測、後測及追綜測試)
 - 100名青少年
 - 質性研究 (前測、後測及追綜測試)
 - 15名青少年
 - 比較小組量性研究
 - 10名青少年

研究範疇：

- 人生目標
- 人際支援網絡
- 精神健康
- 孤獨感
- 抗逆力
- 吸毒危機
- 吸毒態度

研究主要發現

吸毒及戒毒康復個案

1. 吸毒態度：49.71 ➡ 43.41
2. 對人生目標的看法：86.97 ➡ 92.58
3. 壓力：15.78 ➡ 12.4

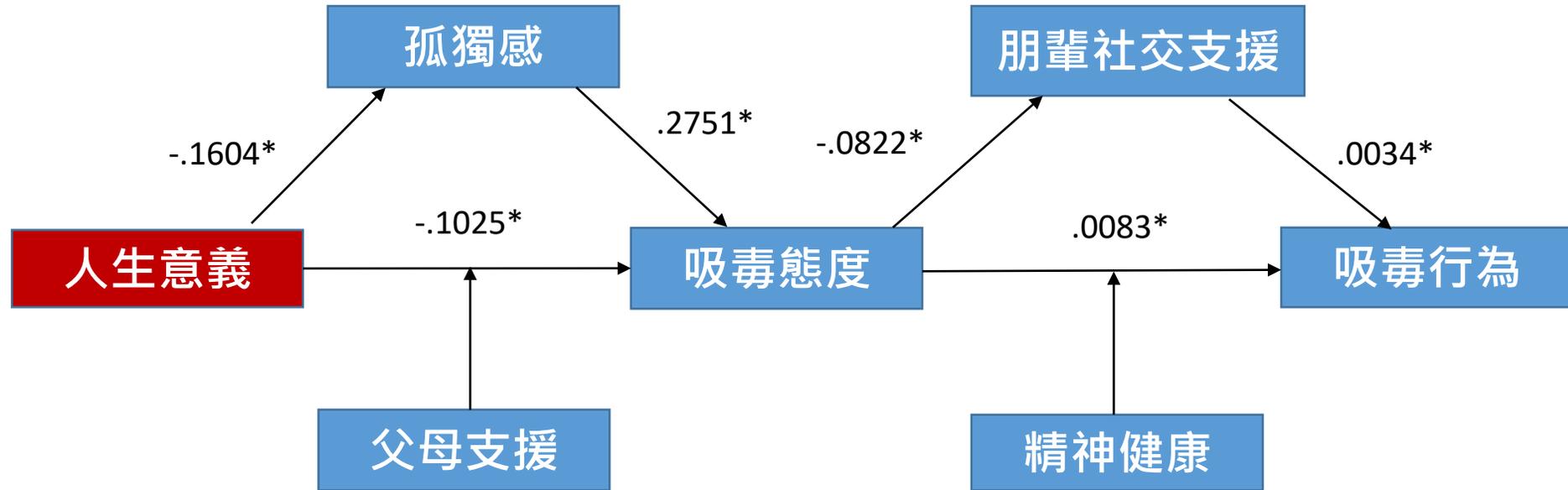
高危青少年

1. 對人生目標的看法：86.87 ➡ 90.94

(以上數據在統計學檢定中有顯著性差異)



與吸毒態度相關的元素之間的關係圖(一般青少年)



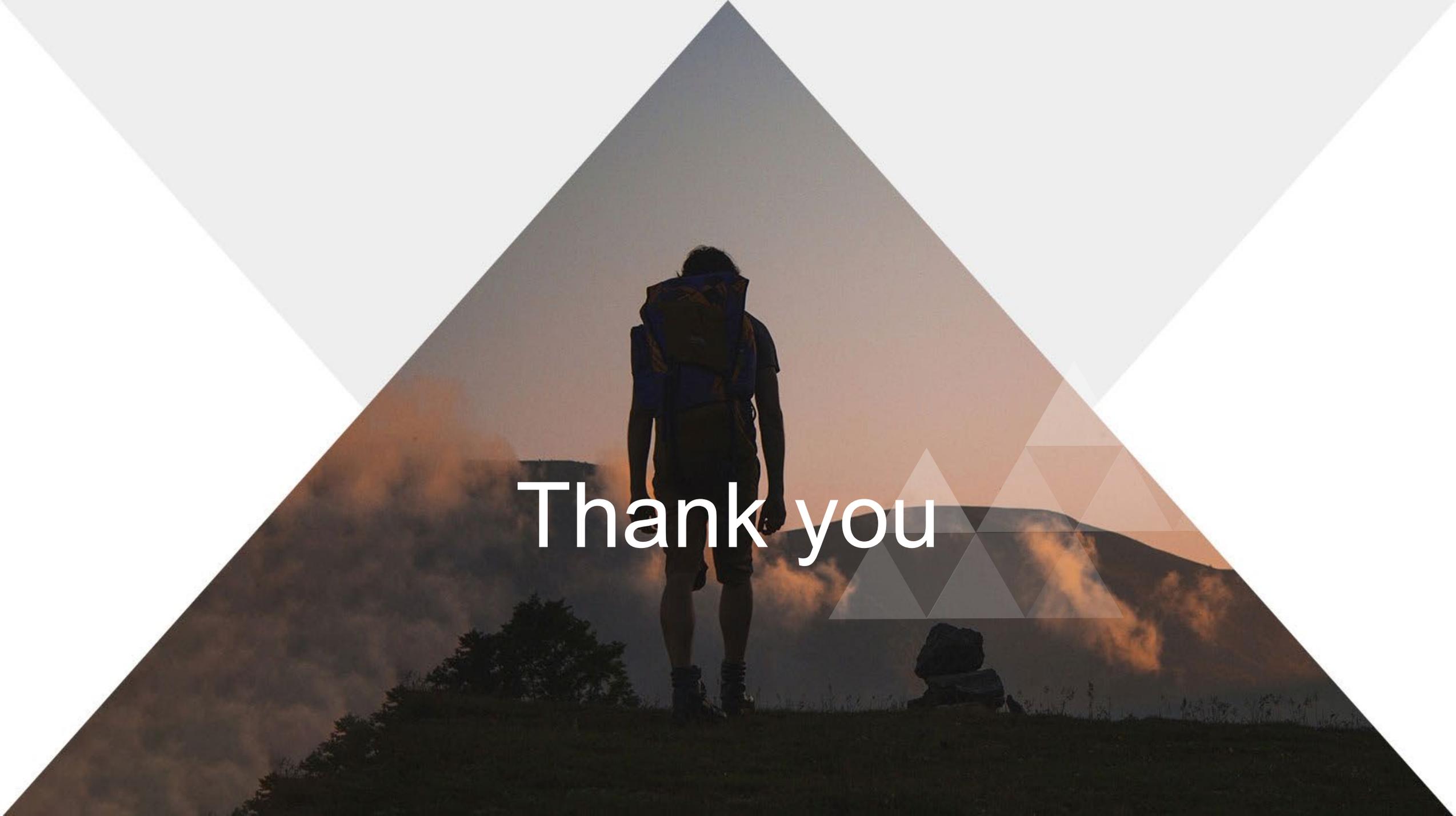
- 一般青少年的人生意義直接影響他們的吸毒態度和吸毒行為。當他們覺得自己的人生有意義，吸毒的態度和接觸毒品的傾向就會較低。
- 而生活的孤獨/孤單感，以及朋輩負面影響都會進一步催化他們的吸毒態度和吸毒行為。而父母支援和正向的生活態度，正好可以緩減箇中的影響。
- 所以，培養和引導一般青少年確立人生意義及目標，加強父母對年青人的支援，能夠預防青少年吸毒。

研究結果之啟示

- 研究發現，如能及早協助青年：認識自己、訂立目標，探索人生意義，配合家庭支援，更有效加強青年對毒品的抗逆力，改善精神健康。
- 「預防」比「治療」更為重要
- 建議各界應大力推動青年及早接觸探索人生意義的方法。

4. 問答環節



A hiker with a large backpack stands on a mountain peak at sunset. The scene is framed by a large, light-colored triangle that points upwards. The sky is filled with soft, orange and pink clouds. The hiker is silhouetted against the bright sky. The text "Thank you" is overlaid in the center of the image.

Thank you

「人生樂園測試」心理測驗

成果產品



「意義中心取向」輔導工具

成果產品

「遊里咭」



「性格特質及個人能力咭」



「解難技能咭」

