

東華三院越峰成長中心

第27期

峰訊



東華三院

Tung Wah Group of Hospitals



隱蔽吸毒中的 隱蔽



毒品一直是政府致力打擊的問題。從禁毒處的數字顯示，吸毒被呈報的人士中，主要集中在青少年組群。但是，由於吸毒問題的滲透面很廣，在不同年齡、階層、職業均會有機會發生，其吸毒問題或會因而被忽視。本期通訊我們會嘗試根據前線工作的經驗及外國文獻，探討隱蔽吸毒中的隱蔽群組及情況。

(資料來源：東方日報，2014-04-10)

為什麼只見基層吸毒之現象?

1 地點

以往「吸毒問題」似乎多數與草根基層扣上關係，Sterk-Elifson(1996)指出相對基層，中上階層較有能力及資源隱藏其吸毒行為，其吸食地點如設會員制的私人場所及遊艇等，較少被警方搜查索。

2 毒品引發問題的處理方法

基層人士吸毒引發的精神或身體健康問題，求助途徑往往是公共醫療體系，而較有經濟能力的吸毒者會較多選擇以私家醫療體系或私人網絡處理毒品引發的健康問題，因此被呈報的吸毒人士或會未能完全反映情況，或致社會大眾低估及忽略這群隱蔽吸毒人士。

隱蔽群組吸毒的原因？

工作及生活壓力

「壓力」往往成為吸毒者開始及維持吸毒主要因素，但「壓力」在不同的階級擁有不同的定義及觀感。大眾或許不明白有部分人士豐衣足食，不憂茶米都會踏上吸毒之路，但「家家有本難念的經」，各階層人士亦會面對該階級的獨有困難。有些人士每天面對排山倒海的工作、他人對自己的期望、生活質素的維持等，以致耗盡心力維繫「中產」身份而避免社會地位下流。因此，造成巨大的壓力，有些人便會選擇以毒品來為自己減壓。根據外國的一些例子，有些中產女性透過吸食冰毒增加活動、減磅或維持日常生活的動力等。

職場交際

部分在職人士放工後，多會相約朋友或同事到酒吧消遣玩樂。曾有個案分享，毒品很容易在酒吧得到，也因此有時成為社交場合的交際品。另外，編者曾接觸一名吸毒人士，他經常往返香港內地經營生意。他憶述每次在「談判桌上」，對方不是敬酒，也不是遞煙，而是以毒品作為禮節性問候，若是拒絕對方的邀請，那盤生意也會付之流水。可見毒品有時成為生意的籌碼，在這種環境情況下，他們有時會為了成就生意而選擇接受。

毒品種類有分別？

Sterk-Elifson(1996)指出草根吸毒者通常吸食被看為較低價之大麻，而中上階層則慣常吸食被稱為「毒品之王」可卡因。毒品價值高低或影響個別吸食毒品人士之形象，繼而建構不一樣的吸毒現象。除了「可卡因」及「冰毒」，在外國中產人士也慣常吸食「醫生處方之藥物」，主要原因是中產人士因其經濟能力及醫療保障，較容易接觸及獲得此類型的毒品。

根據以上所述的情況，我們相信不論吸食毒品的種類或吸食模式，前線工作人員除了從個人角度理解吸毒問題，也需要從其文化及階層尋索吸毒的意義，以發掘他們的真正需要從而提供一個適切的介入方向，繼而協助他們處理吸毒問題及建立健康生活態度。

參考資料：

Sterk-Elifson, C. (1996). Just for fun?: Cocaine use among middle-class women. *Journal of Drug Issues*, 26(1), P.63-76.

<http://www.elementsbehavioralhealth.com/drug-abuse-addiction/methamphetamines-impacting-the-middle-class/>

個案分享

George (化名) 現年30歲，任職金融業。

George接觸毒品始於投身社會後。受過高等教育的George，年輕時成績彪炳，於名牌大學畢業。他擁有良好的經濟基礎並於年前置業，在外人眼中，George擁有高薪厚職、屬於自己的物業，亦可定期去旅遊的他，大概應該過著大部分人渴望的理想生活，何以他會選擇吸毒呢？

George憶述，首次接觸毒品，是在一次「船P」上。「那時我才知道，原來行內頗流行吸食可卡因」。「船P」上，George選擇了拒絕，因為他知道吸食毒品會有不可想像的惡果。然而在工作上出現很大壓力，往後兩年，公司來了一位新上司，George與她之間出現很多相處的磨擦，加上無窮無盡的工作，他形容自己當時「壓力爆煲，開始會自言自語，經常手握拳頭，神經繃緊」。有一次他於酒吧再次接觸毒品時，已不其然接受「雖然知道是無益的，但它比酒精更能幫我舒緩壓力」。一沉迷便是四年，George形容自己只有兩個選擇：辭職或繼續吸食毒品。為了維持現時他形容為「不錯」的生活水平，他選擇了後者。

於面談中，George謂自己雖然擁有一份專業資格，但不等於生活無憂。反而因為要應酬、要「見人」George在衣著上花費不菲。特別是香港如斯高消費、重物質的城市，他們所面對之壓力絕不比其他階層之為低，特別是維持個人的身份或許成為他們沉重的壓力。當然，都市人，壓力人人有，但利用毒品來減壓，絕非合宜。



延伸反思

揉合前線工作經驗及觀察，這群隱蔽吸毒中的隱蔽群組普遍出現以下心態：第一是他們普遍認為吸毒是一種「生活的選擇」，別人可選擇紅酒或雪茄，自己卻可選擇「冰毒」或「可卡因」；第二是對「毒品」的控制，他們覺得自己吸毒只是為了娛樂、輕鬆片刻，自己有能力控制吸食毒品的種類、份量，以為自己能堅守底線，絕不容讓毒品影響日常生活以至玷污「中產人士」的身份。第三是他們非常能夠意識毒品的禍害，或許在吸毒後，花費數以千計的金錢來調理身體，容讓自己繼續吸食娛樂毒品。



你有壓力 我有壓力



禁毒處指出於2003年至2012年的十年間，21歲以下的吸毒者因為情緒問題(包括:解悶/情緒低落/壓力)而吸毒的人數有明顯上升趨勢，近年並維持著44%-49%¹；最新的2014年首三季數據更顯示壓力等情緒問題已成為吸毒原因的首位²。同時研究指出冰毒及可卡因等毒品會引致腦部多巴胺(dopamine)分泌³，直接影響情緒及抗壓能力，所以毒品與壓力是互為影響。因此若能滿足吸毒者減壓這個需要，絕對有助他們戒毒，亦是預防吸毒的良方之一。

戲假可以成真？ 瞬間放鬆法



相信大家聽過這句說話：「由外到內，再由內到返外」，這其實是俄國戲劇大師史坦尼斯拉夫斯基(Constantin Stanislavski)提倡的方式演技(method acting)。其中一種技巧叫魔力假使(the magic if)，原理是以控制行為的方式，產生真實的情感。心理學家Richard Wiseman曾經作出研究證實以下練習可以使人提升快樂程度，當人感到快樂時，會令腦部釋放的多巴胺增多，減低壓力⁴。



大家可以嘗試以下練習：

- 1 首先坐在鏡子前面；
- 2 將額頭和臉部肌肉放鬆，作出一個中立的表情，不喜不悲；
- 3 盡量將嘴角往後拉向耳朵，然後用你最大的努力擴大笑容，
- 4 笑到眼尾出現紋路，最後把肩部揚起，維持這個表情二十秒；
- 5 收起表情，想想你現在的感受。

參考資料：

1. Narcotics Division, Security Bureau. Central Registry of Drug Abuse . Retrieved December, 2014, from http://www.nd.gov.hk/statistics_list/doc/chart7.pdf
2. Narcotics Division, Security Bureau (2013). Central Registry of Drug Abuse Sixty-second Report, P.10 .Form http://www.nd.gov.hk/pdf/report/crda_62nd/crda_62nd_full_report.pdf
3. G Di Chiara: “Drugs abused by humans preferentially increase synaptic dopamine concentrations in the mesolimbic system of freely moving rats,” Proceedings of the National Academy of Sciences, Vol. 85, pp. 5274—5278, July 1988.
4. 李察·韋斯曼(2013)。《撕掉勵志書：推餐盤減肥，喝熱茶殺價，心理學家教你用行為改變思維》。出版社：漫遊者文化

中心快訊:

禁毒基金「提升社區禁毒意識計劃」資助項目-舞蹈及樂隊訓練

根據警方於2013年提交予撲滅罪行委員會的報告，因販毒而被捕的10歲至15歲青少年有上升趨勢。有見及此，本中心於本年度獲禁毒基金「提升社區禁毒意識計劃」贊助，舉辦抗毒彩虹計劃·紫晶篇活動。活動主要為南區高危及有吸毒行為的青少年舉辦才藝訓練課程，並藉著訓練課程向他們提供預防毒品教育工作。中心分別於12/2014及1/2015共為12位青少年順利舉辦各五節跳舞組及樂隊訓練。以下為其中一位參加者的活動感想。

阿琳(跳舞組的其中一位參加者)

我們參加左6堂既跳舞訓練，跳舞導師同社工姑娘都好好人，跳舞可以令我地多一樣興趣，富有咗興趣既時候，大家都會將得閒既時間放係興趣上面，建立到健康生活。除左跳舞，社工會係我地上跳舞堂之前同我地講有關禁毒既資訊，做比過一D工作紙我地做同video我地睇。參加今次活動，一嚟可以比我地認識到吸毒既禍害，而且又可以學跳舞，一舉兩得！



組員正進行舞蹈排練組員正進行樂隊練習



SQS 服務質素標準

服務質素標準 Service Quality Standards (SQS) 簡介

為確保公眾獲得優質的社會福利服務，社署與受資助機構共同制訂一套《服務質素標準》，以釐定及評估服務表現。

服務質素標準大綱

- 標準 1 服務宗旨、目標和提供服務的形式，應隨時讓公眾索閱。
- 標準 2 定期檢討及更新有關服務提供方面的政策和程序。
- 標準 3 活動及服務運作的記錄要準確更新。
- 標準 4 所有職員及其他決策組織的職務及責任均有清楚的界定。
- 標準 5 單位/機構實施有效的人力資源措施。
- 標準 6 服務有計劃及評估，並有機制記錄外界意見。
- 標準 7 有效的財政管理。
- 標準 8 服務單位遵守一切有關的法律責任。
- 標準 9 確保職員和服務使用者處身於安全的環境。
- 標準 10 確保服務使用者知道如何申請接受和退出服務。
- 標準 11 評估和滿足服務使用者的需要。
- 標準 12 尊重服務使用者知情下作出服務選擇的權利。
- 標準 13 尊重服務使用者的私人財產權利。
- 標準 14 尊重服務使用者保護私隱和保密的權利。
- 標準 15 服務使用者及職員可自由無懼地申訴其對機構或服務單位的不滿。
- 標準 16 確保服務使用者免受侵犯。

有關以上標準詳細內容，歡迎瀏覽本中心網頁或向本中心當值社工索閱以上標準。



東華三院越峰成長中心

中西南及離島服務處：	香港上環禧利街2號東寧大廈1501至1504室
東區及灣仔服務處：	香港筲箕灣寶文街6號東華三院方樹泉社會服務大樓9樓
戒毒輔導熱線：	2884 1234
電話：	2884 0282
傳真：	2884 3262
網址：	http://crosscentre.tungwahcsd.org/
電郵：	csdcross@tungwah.org.hk
督印人：	鍾燕婷
籌委：	陳潔華、張文姿、陳浩祥、楊嘉惠、譚子麟
印刷數量：	1,500
印刷日期：	2015年4月

寄