

東華三院越峰成長中心

第35期

峰訊

2018年1月



東華三院
Tung Wah Group of Hospitals

從家門
打開心門



「年輕成人的吸毒」

根據藥物濫用資料中央檔案室的數字，2017上半年的吸毒情況，被呈報的整體吸毒人數有3994人，較2016年同期減少23%。雖然吸毒總人數持續下降，但當中一半為21至35歲的年輕成年人，顯示這個年齡組別的吸毒問題仍然值得我們去正視。

當社工接觸這類年輕成年人時，發覺他們都已經有一定的毒齡，意味着他們在成長過程中一直因着不同的原因而未能成功遠離毒癮。本期《峰訊》希望走進年輕成年人的世界裡，尋訪當中年輕成人面對的掙扎和挑戰。

冰封了的逃生門

吸毒原因

案主阿文，三年前因為與另一半分開，加上學業帶來的壓力，所以在朋友的誘使下第一次接觸毒品，但當時只是因為壓力及情緒影響下，才會間中去吸食毒品。過了數月，阿文認識了一位新的伴侶。他們更展開了同居生活。期間，他發現對方是一位長期使用冰毒的吸毒者，更被邀請於性行為前使用冰毒。為了追尋愛情，阿文決定迎合伴侶的要求，並開始慣性使用冰毒。同時，他不理會朋友及家人的勸告，選擇孤立自己。阿文其後與情人因相處問題而分開，世界只剩下冰毒與自己。他從此踏上長期吸毒的旅途，他的心門逐步地被「冰」封起來。

案主與母親關係冰封

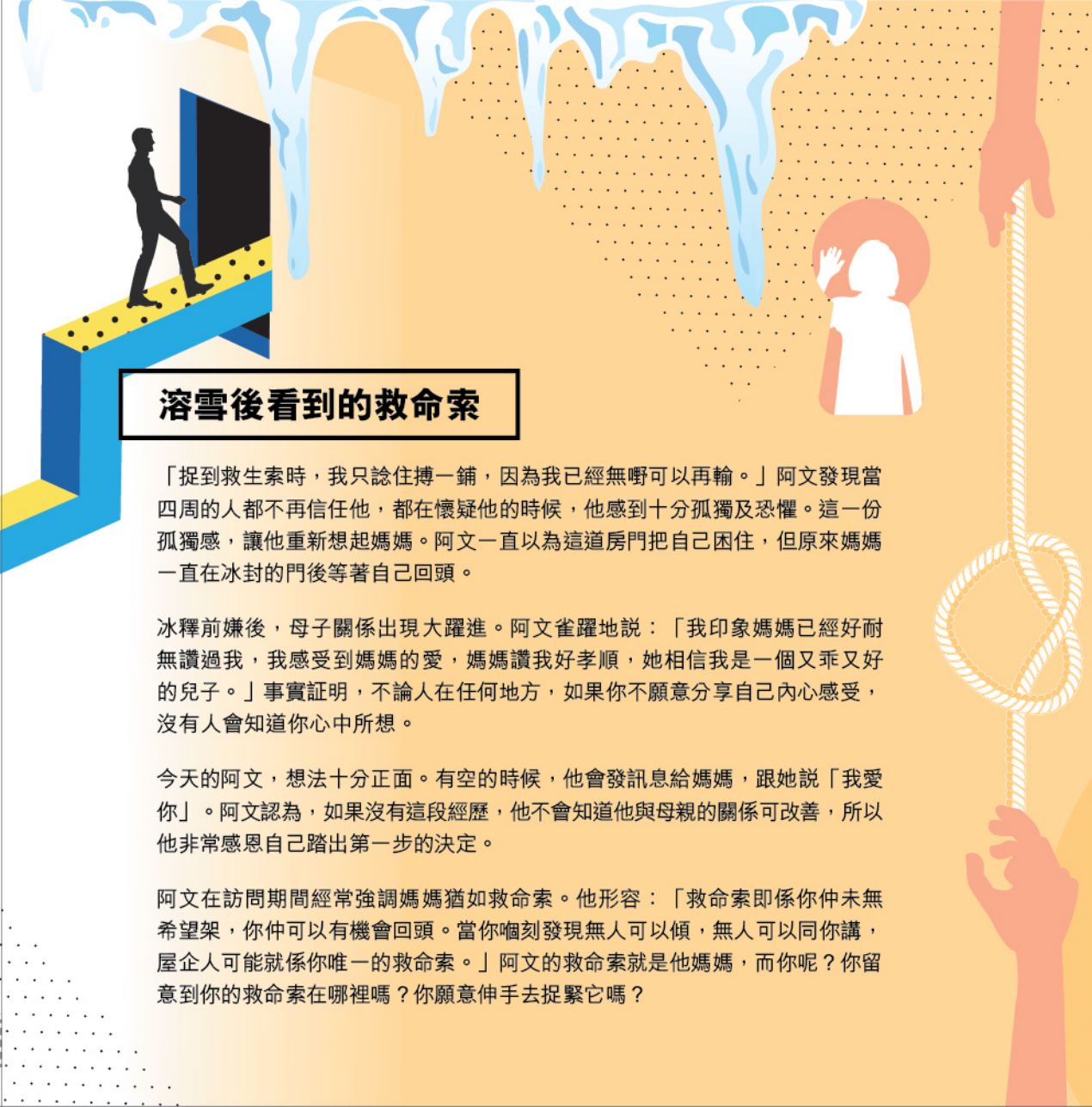
阿文是一個自由工作者，因為沒有穩定的工作時間，所以讓他有更多空餘的時間去吸食冰毒。母親覺得他需要尋找一份穩定的工作，每當討論到這個問題他與母親都會爭吵，爭吵過後又再吸食更多冰毒，令到家人關係及個人健康都越來越差。

日子越走越遠，他強調他的家庭生活中充斥着「不信任、不坦白和不溝通」，令到他把自己長期困在門後，而門外的積雪都堆積成山，甚至形成冰封的狀態。兩個人明明只在一門之隔，又帶着血緣關係，但距離卻是難而而喻的疏遠。他會形容當時這個關係有如房東與房客的關係，我們明明是最親密的人，但卻浮現出最疏離的狀態。

一念之間的掙扎

內心期待與人親近，但又害怕再一次受到傷害。「我地就好像箭豬一樣，想親近又怕痛；但唔親近，我地之間嘅距離又會變得很遠。我擔心自己會令媽媽失望，所以我選擇唔同佢講，但我又估計其實媽媽是知道我有吸毒習慣的。」阿文提及他很討厭與媽媽溝通，因媽媽每次的說話都很囉唆，令他感到很煩擾。「我好想阿媽理下我，但佢真係好煩。不過佢唔理我，我又會覺得好迷失，好似無人會再理我。但到佢同我講嘢，我又會覺得佢針對緊我。」阿文在這個狀態下，掙扎了很長的時間。

「我諗左好耐講定唔講，但我當時只知，就係你唔去講，你係唔會知道個結果係點，仲有可能永遠失去呢份愛。」最後，阿文踏出了第一步，他重新獲得來自媽媽的愛，並找到了新的出路。

An illustration with a warm orange and yellow background. At the top, blue icicles hang down. On the left, a black silhouette of a person stands on a blue and yellow ledge, looking towards a dark doorway. On the right, a white silhouette of a person is enclosed in a red circle, with a hand holding a rope that forms a knot. The background is filled with a pattern of small black dots.

溶雪後看到的救命索

「捉到救生索時，我只諗住搏一鋪，因為我已經無嘢可以再輸。」阿文發現當四周的人都不再信任他，都在懷疑他的時候，他感到十分孤獨及恐懼。這一份孤獨感，讓他重新想起媽媽。阿文一直以為這道房門把自己困住，但原來媽媽一直在冰封的門後等著自己回頭。

冰釋前嫌後，母子關係出現大躍進。阿文雀躍地說：「我印象媽媽已經好耐無讚過我，我感受到媽媽的愛，媽媽讚我好孝順，她相信我是一個又乖又好的兒子。」事實證明，不論人在任何地方，如果你不願意分享自己內心感受，沒有人會知道你心中所想。

今天的阿文，想法十分正面。有空的時候，他會發訊息給媽媽，跟她說「我愛你」。阿文認為，如果沒有這段經歷，他不會知道他與母親的關係可改善，所以他非常感恩自己踏出第一步的決定。

阿文在訪問期間經常強調媽媽猶如救命索。他形容：「救命索即係你仲未無希望架，你仲可以有機會回頭。當你嗰刻發現無人可以傾，無人可以同你講，屋企人可能就係你唯一的救命索。」阿文的救命索就是他媽媽，而你呢？你留意到你的救命索在哪裡嗎？你願意伸手去捉緊它嗎？

家心總動員--家人錦囊

階段 1

吸毒者完全無意思處理毒品問題

1. 了解毒品為吸毒者所帶來的行為及影響
2. 不要以「機關槍式」的問題方式與吸毒者對話
3. 開發不同的主題，不要將「戒毒」兩個字常掛口邊

而吸毒者的外顯行為可以留意……

1. 缺乏動力改變自己的行為
2. 不思考毒品帶來的不良影響，逃避戒毒的話題
3. 抗拒社工介入

感覺：恐懼
對毒品的觀點：
未有意識到自己有成癮行為及問題

階段 3

吸毒者準備戒毒

1. 理解斷癮徵狀，不要將此以為是吸毒的情況
2. 不要得一想二，令戒毒者更感壓力
3. 多作鼓勵，推動小改變

而吸毒者的外顯行為可以留意……

1. 開始停用毒品，但行為時有反覆
2. 可能比平時更疲累，沒精打彩
3. 要求家人相信自己已在戒毒

感覺：焦慮
對毒品的觀點：
較可堅持對於戒除毒癮的意念，內心仍有困惑，亦對於堅持的信心不大

階段 2

吸毒者陷在戒與唔戒的掙扎之中

1. 放慢腳步，理解吸毒者的掙扎
2. 開放地了解吸毒者用藥的情況，與他們一同思考毒品好與壞
3. 不要只歸咎於吸毒者沒有決心

而吸毒者的外顯行為可以留意……

1. 對於承諾和作出改變抱持猶豫的態度
2. 可能向家人提出不要理會自己

感覺：內疚
對毒品的觀點：
願意面對自己的吸毒問題，意識到毒癮行為帶來的影響



溝通
是
開啟家門
的鑰匙

教一教
溝通要清楚夠

試一試
每句從字

我的
期望
VS
他的
需要

我
知道
佢好
關心
我

情緒一到
溝通唔到

我要學習
相信佢

用
心
聆聽



**“ 是世界上唯一隱藏人類
缺點與失敗的地方，
它同時蘊藏著甜蜜的愛。 ”**

名言作者 — 蕭伯納

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15樓
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
東涌服務分處： 大嶼山東涌逸東邨(二)美逸樓地下
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： 李智仁、林珮詩、李慧琪、胡仲文、余芷茵
印刷數量： 1,500
印刷日期： 2018年1月

寄

