



東華三院越峰成長中心

Hong Wah Group of Hospitals - CHOSH Centre

家庭介入卡  
FIDA

Family Intervention for Drug Abusers



## FIDA 家庭介入卡使用指南

# FIDA

家庭介入卡

Family Intervention for Drug Misuse



### 家心總動員

#### 為隱蔽吸毒者而設的 遠深家庭治療計劃

康樂及社區精神健康中心獲撥禁毒基金資助，於2016年8月開展「家心總動員-為隱蔽吸毒者而設的遠深家庭治療計劃」。計劃為期兩年，專門由社工及精神科護士組成的工作團隊針對隱蔽吸毒問題提供服務。服務包括為有隱蔽吸毒問題的家庭提供外展式家訪，為吸毒者及其家人提供個人及精神健康評估；計畫以家庭治療為介入手法，協助重整家庭溝通模式，改善關係，重啟家庭功能，使家庭成為幫助吸毒者走出隱蔽的有利條件，與家人一同踏上戒毒之路。

本計劃舉辦治療性、發展性、支持性小組活動，包括為評鑑家人情緒而設的「家心靈小組」，為家庭關係而設的「多元家庭治療小組」，及為吸毒者而設的健康生活活動。除此以外，我們亦舉辦「家心天使訓練計劃」，讓化計劃中吸毒者及家庭成員成為「家心天使」。在小組及各項活動中協助其他吸毒者及家人。

#### FIDA使用對象：

協助吸毒者及其家庭成員的戒毒工作者

#### 製作FIDA目的：

1. 為戒毒工作者提供戒毒相關資訊
2. 為戒毒工作者提供介入方向及策略

#### FIDA特色：

受中國傳統家庭文化影響，很多人不願尋求他人表達內心真實感受，故此，FIDA (Family Intervention for Drug Misuse) 專門從傳統文化而設計，透過簡單的字詞及圖案，讓語言的接受、觀察、處境得以具體地表達，協助雙方增進交流。

FIDA程序計劃介入程序分為兩個階段，分別為「破冰階段」(Ice-breaking Stage)及「重整階段」(Restructuring Stage)。「破冰階段」使用「毒品資訊卡」、「改變之轉卡」及「戒毒手冊卡」輔助介入，幫助家庭成員認識吸毒者的現實需要，釐清誤解，調整支援策略。

FIDA卡設計融入了系統理論(System Theory)及結構家庭治療(Structural Family Therapy)的概念。在「重整階段」讓家庭成員明白家庭互動原理，對吸毒問題採用的對應方法，讓溝通式家庭治療、對輔導吸毒行為構成的關係，半階段使用「傾向卡」、「情緒反應卡」、「家庭角色卡」，及「情緒互動卡」輔助介入。另外，透過「轉化卡」及「希望卡」幫助家庭重新建立新的溝通方式，改善現狀狀況，步入改變，並建立具體戒毒行動。

# 家心總動員

#### Ice-breaking Stage 連繫隱蔽，理解需要

幫助家庭成員認識吸毒者的現實需要，釐清誤解，調整支援策略。

##### 毒品資訊卡

毒品資訊卡闡明5款常用毒品的資訊，吸食後的反應，多圖行為及家人擔憂，幫助家人認識毒品特性，消除誤解，緩解焦慮。



可卡因、甲基安非他命、大麻、氫酮類、嗎啡水。

##### 改變之轉卡

改變之轉卡(Twists of Change)分為6個階段，每個卡敘述了該階段吸毒者的外顯行為、感覺、觀點及家人擔憂，幫助家人認識改變之轉，幫助家人認識吸毒者的實際狀況與需要，調整期望與步伐，提升支援效果。



情緒類、文字類、溝通類、行動類、輔導類、復發類。

「家庭工作者的眼睛不能只看問題，同時要看別人的力量、人的動機、最重要的，是成千萬細節中看到的出路、看到的希望、看到的動作的可行性。」

李國權《我的家庭治療工作》

FBK 服務中心

地址：香港下環德輔道中心

聯絡人：陳翠華

服務時間：星期一至五 9am-6pm

電話：(854) 5799 的士專線

地址：中西區德輔道中廣生堂

服務上環福利中心家庭服務部

服務時間：星期一至五

服務時間：星期一至五上午九時至下午六時

樓上

電話：(854) 5799

地址：香港下環德輔道中二號廣生堂

電話：(854) 5799 的士專線 (854) 5799 (普通專線)

傳真：(854) 5797

電郵：csk@csk.org.hk

網址：http://www.csk.org.hk

Facebook專頁：

http://www.facebook.com/FBKC\_CSC

001888 5799

服務時間：星期一至五

地址：香港區



認識個案

**Ice Breaking Stage**  
**建立關係，理解需要**

協助個案或照顧者理解工作者的角色、服務過程、期望及服務目標。

協會手冊卡 (A1-A8)

協會手冊卡是作不同的內心表達 (Self-Expression)，幫助人們表達需要、理解照顧者對他們關係的正面心理，幫助人們會從溝通的內心感受，協助對協會的認識與期望。協助幫助個案或照顧者的系列因素 (Coping)。



認識情緒

**Restructuring Stage**  
**重整家庭，改善互動**

協會手冊卡是只個人情緒、家庭關係、溝通、互動以及家庭成員如何處理情緒的問題。也是協會手冊卡所希望的重要因素。因此，透過工作者的協助，配合不同工具中的選擇，可以幫助個案了解情況及問題，並且理解情緒、理解期望。

協助個案

協會手冊卡 (C1-C10)

協會手冊卡以協助個案理解工作者角色，給予不同的地點配合「情緒及手冊卡」、「家庭手冊卡」、「情緒及手冊卡」、「協會手冊卡」、「特別手冊卡」同時使用。



情緒及手冊卡 (C1-C10)

協會手冊卡以及同時使用，幫助個案或照顧者理解協會期望的感受與情緒，讓個案或照顧者對家人感受的感受，建立家庭成員的期望與理解。



協助個案

家庭手冊卡 (D1-D10)

協會手冊卡以及同時使用，讓家庭成員分享現時的角色及該角色與照顧者期望的行為的關係。使用協會手冊卡，可讓個案或照顧者明白協會對自己角色的期望，讓家庭成員理解了期望此角色的期望。



情緒及手冊卡 (D1-D10)

協會手冊卡以及同時使用，幫助家庭成員分享家庭互動的期望與理解，讓家庭成員理解家庭互動與照顧者的關係，可讓家庭成員明白協會對關係期望的行為與照顧者期望之關係的一步。



協助個案

希望手冊卡 (E1-E10)

協會手冊卡 (E1, E2, E3) 及特別手冊卡同時使用，幫助家庭成員期望、理解個人期望與期望的關係，並訂立可實行的行動計劃。



期望手冊卡 (E1-E10)

期望手冊卡幫助家庭成員明白期望與期望的行為及期望，幫助訂立期望性目標。





# 家心總動員

激活家庭 連結社區

手机版



内  
疚

要求

信心



表面



內裡

# 失控



# 後悔



付出



收獲





又

愛



又

恨

# 我的矛盾

# 驚恐





## 大麻

別名：草、牛草

形態：大麻草、大麻花、球狀的樹脂  
〔大麻樹脂〕

抽樣：手捲煙

毒品影響：

- 安眠輕鬆，行為遲鈍
- 興高采烈，愛說話，容易發笑和感  
到抑制減少
- 對時間的感覺較慢，對空間的感覺  
拉長，通常覺得敬禮
- 高劑量易見氣管炎、結膜炎



## 大麻

### 吸食者各類行為：

- 出現興奮情緒及對別人產生懷疑
- 緊張、激動及脾氣暴躁、感到精神混亂、和焦慮
- 集中力減弱、記憶力及判斷力受損
- 對處理資料或進行較複雜活動的能力減低
- 心跳加快、食慾增加、口渴及嘔嘔乾瀉、噁心嘔吐及昏眩感
- 異常嗜睡

### 家人留意：

- ✓ 與他們保持聯繫，設法鼓勵
- ✓ 提醒他們曾經嘗試戒毒的方法，正面鼓勵
- ✗ 將大麻列為不良嗜好，而不是戒除毒品
- ✗ 問及他們的戒毒困難



## 氯胺酮

別名：K 仔

形態：白色的粉狀

抽樣：極低

### 毒品影響：

- 吸食者感到自己昇上脫離世界
- 原因不明的上腹痛
- 泌尿系統的問題包括尿痛、小便赤痛、血尿、腎病等。
- 鼻黏膜長期受K仔刺激，引起鼻塞、流鼻水、呼吸困難，嚴重者從肉鼻則可能引起鼻中隔穿孔。





## 氣腔副

COVID-19 患者常見行為：

- 遠遠茫茫一段時間，反應遲緩
- 口齒不清
- 記憶減退、難以集中
- 情緒抑鬱、焦慮下降
- 失去社交興趣
- 反例

🟡 家人留意：

- ✓ 主動關心疫情期間的情況，鼓勵尋求治療和醫生的協助
- ✓ 提供安靜的空間給家人思考，並了解其情緒起伏
- ✗ 不斷指責、咄咄逼人
- ✗ 硬闖疫區者為理智不達的人

疲勞



不堪



憤  
怒

無助



# 真 實



自  
費





孤  
單

# 我的感谢



# 無壓力



欣賞



鼓勵



聆聽

# 我的盼望

七月至

開放



溝通

## 接納



共處



時間

滿足





## 信任



# 私人空間



# 坦誠





嘔  
咁  
嘔  
說  
需  
要



愈

疲



愈

累

口說  
OK



心卻委屈

# 我家處境



輕易



懷疑

說放手



又緊緊握着

陣  
聲



一面鼓勵



一面打沉

# 互相



# 指責



先發制人

追



逃





# 中間



# 一 加 五



# 逃避



歡樂



製造者

代罪

犧牲



# 傳聲筒



# 筒

千  
依  
百  
順



# 我的角色





# 甲基安非他命

別名：冰、豬肉

形態：透明晶體，用小袋盛著

抽樣：吸管、紙盒、冰袋、夾棍

## 毒品影響：

- 非常興奮
- 專注(可持續4小時或更長時間)
- 記憶力受損
- 暴力傾向及精神錯亂的行為
- 潛在的心臟與腦部傷害



## 甲基安非他命

吸食者常見行為：

- 晝天不睡或連續睡幾天
- 食量減少
- 陣亂暴燥
- 經常自言自語，感到有人監視
- 疑心重，怕與人接觸，不願上學或上學

☺ 家人留意：

- ✓ 聯絡輔導，方便行對話
- ✓ 聯絡社工或醫護人員，尋求專業支援
- ✗ 在吸食者復發或時時弄出事端時
- ✗ 標籤他們是精神病人



## 可卡因

別名：可樂

形態：白色粉狀

的抽樣：透明膠樽、軟管

### 毒品影響：

- 興奮
- 長期服用有損心臟
- 可能出現攻擊行為
- 憂鬱
- 失眠和食慾不振
- 高血壓及心跳加速



## 可卡因

吸食者外觀行為：

- 經常提不起勁，精神不振
- 經常失眠，食慾不振
- 精神混亂、心煩
- 出現財政困難
- 產生觸覺方面的幻覺：有蟲子在皮膚底下爬的感覺，對聲音特別敏感

家人留意：

- ✓ 關心吸食者身心健康
- ✓ 注意吸食者的財政困難引起的焦慮情緒
- ✗ 協助他們償還債務
- ✗ 因為他們吸毒而遠離或放棄



## 咳藥水

别名：B

形态：藥水為主，也有藥丸

用途：原裝藥水樽，藥箱  
紙的藥水樽，膠囊裝

藥品影響：

- 昏昏欲睡
- 常常出汗、說話啞聲、語調急促
- 神經衰弱、嗜臥、放火或收縮、  
視物失焦
- 脈搏加快、失去方向感、短暫  
記憶喪失



## 咳藥水

咳嗽者多顯行為：

- 不願外出工作或上學
- 容易身體疲累
- 感冒
- 手震
- 便秘
- 脾氣暴躁、焦慮緊張
- 虛幻覺

☑ 家人留意：

- ✓ 重新了解他們的飲食習慣和衛生狀況
- ✓ 參與家長活動，建立互助支援網絡
- ✗ 禁止他們吃甜食或汽水
- ✗ 輕視咳藥水的傷害性

# 階段一 懵懂期

Pre-contemplation

1

吸毒者的狀況

外顯行為

- 缺乏改變動力
- 逃避戒毒的話題
- 抗拒社工介入

感覺：恐懼

對毒品的觀點：未有意識到自己有戒癮行為及問題

# 1

## 階段一 懵懂期

Precontemplation

### 家人勸戒

- 了解毒品對吸毒者所帶來的行為及影響
- 不要以「指圖畫式」的問題方式與吸毒者對話
- 談話不要只圍繞「戒毒」，可擴展生活話題



## 階段二 沉思期

Contemplation

吸毒者的狀況

外顯行為

- 對作出改變持猶豫的態度
- 要求家人不要理會自己的請示

2

感覺：內疚

對毒品的觀點：願意面對自己的吸毒問題，意識到毒品行為帶來的影響

# 2

## 階段二 沉思期 Contemplation

### 家人擔憂

- 放慢腳步，理解吸毒者的掙扎與矛盾
- 開放地了解吸毒者的生活困難，了解吸毒者的生活困難
- 多作鼓勵，不要只歸咎於吸毒者沒有決心

# 階段三 準備期

Preparation

3

戒毒者的狀況

外顯行為

- 對戒毒有初步動機，但行為有時不一致
- 可能比平時更疲累、欠缺精神
- 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志，內心仍有困惑，亦對於堅持的信心不大

# 3

## 階段三 準備期

Preparation

### 家人接受

- 理解斷癮徵狀，不要將此誤以為是吸毒的情況
- 不要猜一猜二，令戒毒者更感壓力
- 多作鼓勵，推動小改變

# 階段四 行動期

Action

4

吸毒者的狀況

外顯行為

- 吸毒者調整了過去吸毒的行為，生活方式有所改變
- 願意增加出席不同的社交活動
- 接受不同專業所提供的服務

感覺：有盼望

對毒品的觀點：對自己的戒毒行動更有信心

# 4

## 階段四 行動期

Action

### 家人需要

- 多給予肯定，相信戒毒者有能力去克服毒癮
- 不執著於從前，減少提及吸毒者吸毒時的情況
- 開放自己，學習新的溝通方法

# 階段五 維繫期

Maintenance

5

吸毒者的狀況

外顯行為

- 不再接觸毒品，不接觸吸毒的朋友，能維持一段長時間
- 重新投入學業及工作
- 願意與家人有更多的溝通和共處時間

感覺：有信心

對毒品的觀點：切實遠離毒品

# 5

## 階段五 維繫期

Maintenance

### 家人維繫

- 抽更多的時間與家人共處
- 關心戒毒者重新投入工作或學業的狀況
- 與戒毒者一同參與社區的活動，建立新的社交圈子



# 階段六 復發期

Relapse

6

吸毒者的狀況

外顯行為

- 戒癮行動無法堅持，出現再次吸毒的復發行為
- 身體和精神上感到不適
- 逃避家人的關心

感覺：失落

對毒品的觀點：吸毒者對毒品的感覺趨向

# 6

## 階段六 復發期

Relapse

### 家人需要

- 聯絡跟進的社工，先疏理因戒毒者復吸而引起的情緒
- 與戒毒者一同了解這次復吸的原因
- 與戒毒者一同設定新的目標，重新出發



家心總動員

激活家庭 連繫社區

## 面對家人吸毒， 你的情緒反應



## 對家庭的盼望



我可以做得  
更好的地方



## 面對家人的反應， 你的情緒



# 每個家人在 家庭的角色





你期望自己的角色，



是怎樣的？



家中常常出現  
的情景



家中的溝通模式  
與吸毒問題的關係  
是怎樣的？

# 期望改變 的現象





家庭關係改變，  
吸毒情況會變得  
怎樣？

# 吸毒情況改善， 家庭會變得怎樣？





家心總動員

激活家庭 連結社區



前





後



一星期



一個月