



『從處理家人傷痛經歷中， 推動吸毒者康復』

明愛樂協會社工
葉世銘、黎少媚

3-6-2020

流程

- ✱ 吸毒者家人的創傷經歷影響
- ✱ 樂協會創傷工作理念 (創傷知情照顧 TIC)
- ✱ 介入基礎：具治療性的信任關係
- ✱ 介入重點 (與己相連)
 - ⇒ 身體
 - ⇒ 情緒
 - ⇒ 經驗
- ✱ 在家人『與己相連』後，推動吸毒者改變
- ✱ 總結

明愛樂協會 家人創傷經歷問卷調查

目的：

- (1) 了解家人在處理吸毒問題時所面對的傷痛經歷
- (2) 理解家人吸毒行為及其所帶來的創傷經歷影響

時間： 2019年6月 - 11月

收集問卷：共51份

定義創傷

Individual trauma results from an event, series of events, or set of circumstances experienced by an individual as physically or emotionally harmful or life-threatening with **lasting adverse effects** on the individual's functioning and mental, physical, social, emotional, or spiritual well-being. ([SAMHSA](#))

個人創傷源自一件 / 一系列的事件，或某些特定情況下個案感到身體或情感受到傷害以及生命受到威脅，而事後當事人在個人功能，以及精神、身體、社交、情緒以及心靈健康方面皆受到**長遠的不良影響**。

家人創傷經歷問卷調查結果及 前線工作的觀察

身體呈現

行為呈現

情緒呈現

人際呈現

世界觀呈現

身體呈現

- **61% - 創傷經歷浮現**

Traumatic Memories Flashback

- **63% - 失眠/難以熟睡**

Sleeping Difficulty

其他身體徵狀：身體疲倦、痛症 (頭/胃)、
專注力減弱

情緒呈現

(55%) 平日生活情緒狀態浮動 (大起大落)
Emotional Fluctuation in Daily Life

過激情緒反應
焦慮
易怒
思緒混亂
過份擔憂

長期抑壓的情緒
傷心
悶悶不樂
對任何事情失去興趣
缺乏動力

情緒呈現

- 59% - 高度警覺

Hyper vigilance

- 80% - 擔憂吸毒者的人身安危

**Worrying the safety of the
drug abusers**

人際呈現

- **55% 對關係感到內疚及虧欠**
 - ✿ 有關係成癮傾向：焦點外伸、控制他人、自我犧牲、抑制情感
(關係成癮：在協助吸毒者的過程中，一種喪失自我，以至與吸毒者互相拖累的困局)
- **47% 失去安全感**
 - ✿ 吸毒者重吸
 - ✿ 懷疑的態度



面對家人工作的挑戰

碎片化之記憶

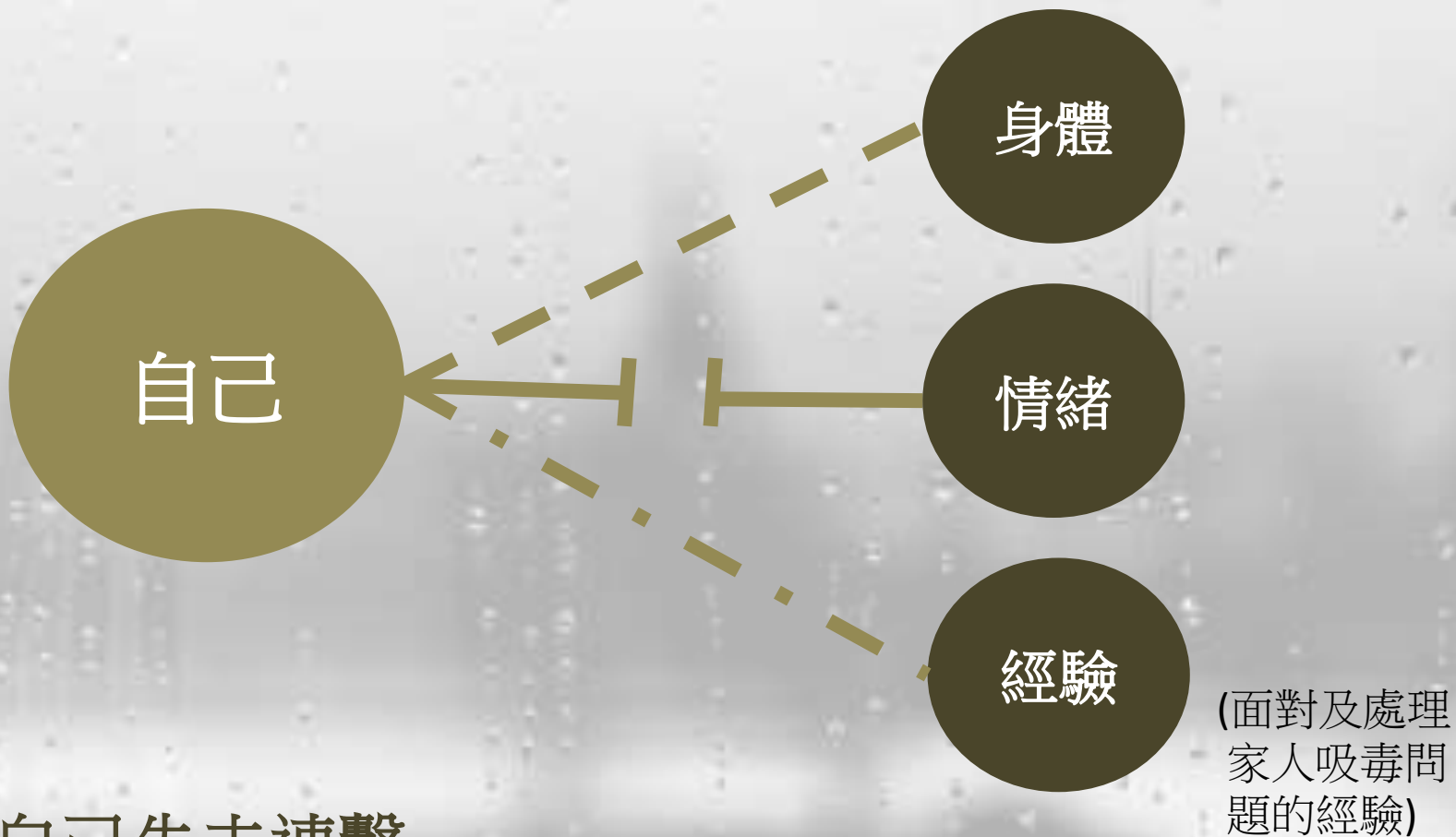
難於表達情緒及事件

焦點外化，
自我犧牲

過激情緒反應



面對家人工作的挑戰



與自己失去連繫

面對這些家人的情況，你會有甚麼感受？

你會如何協助幫他們？



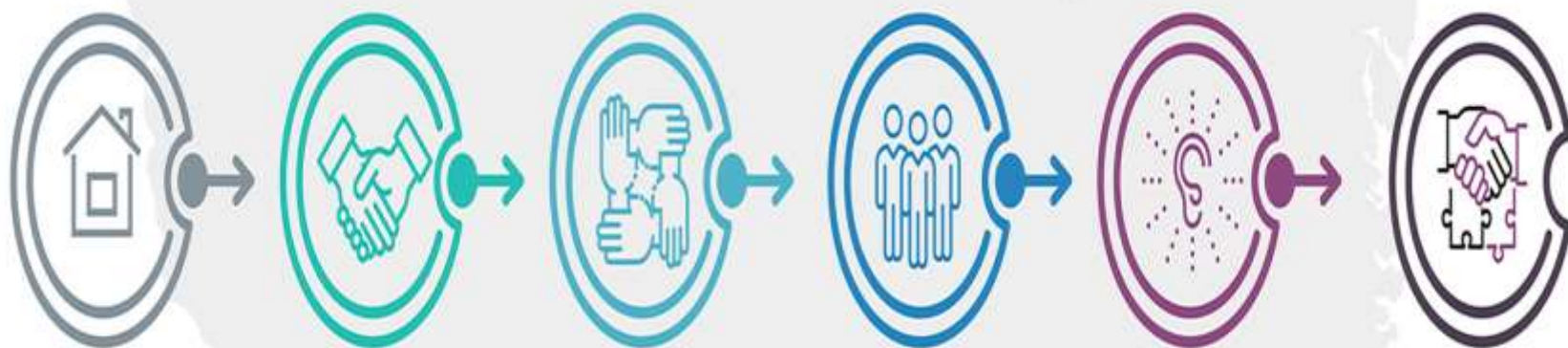
受着本身創傷經歷的影響?

面對吸毒家人問題的背後

樂協會創傷工作理念 - 創傷知情照顧 (Trauma-informed Care)



樂協會創傷工作理念 - 創傷知情照顧



安全

信任

朋輩支持

合作

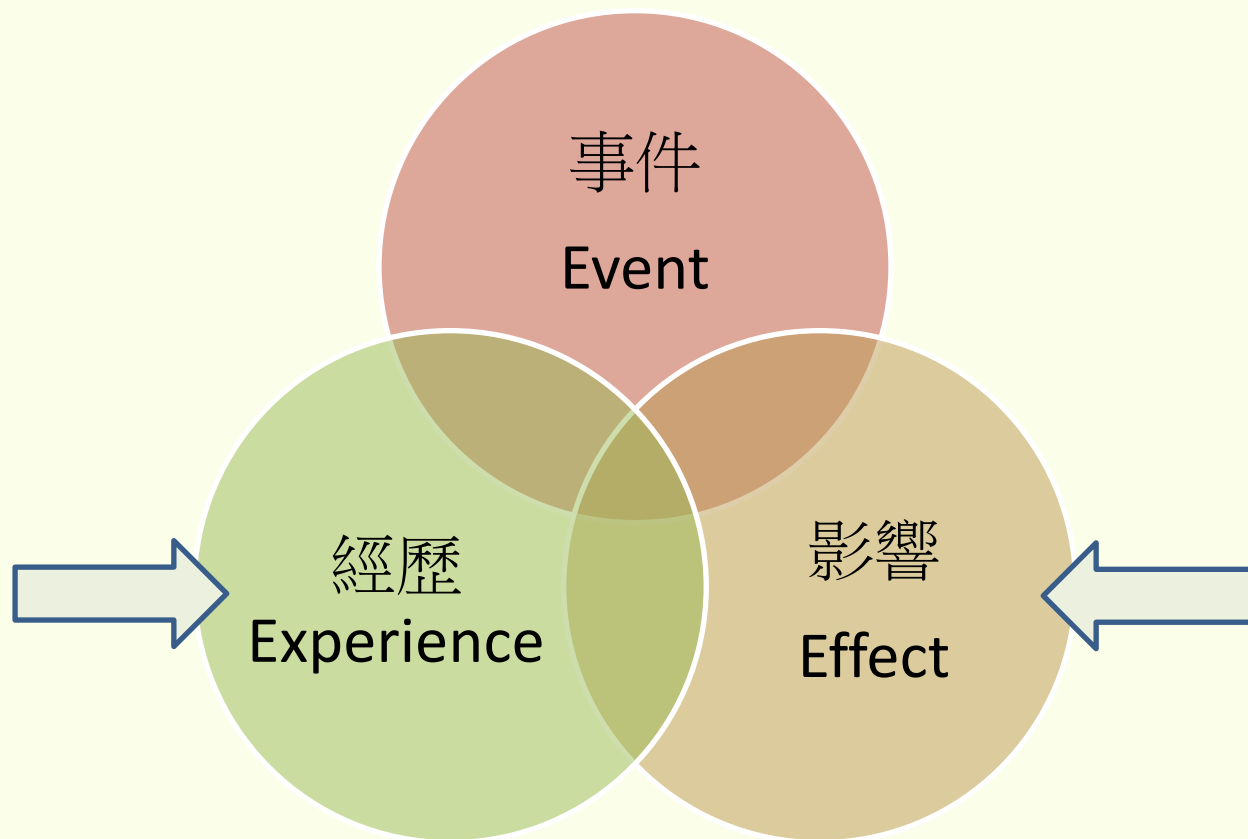
充權/選擇

文化

(SAMHSA , 2014)

美國藥物濫用暨心理健康服務署
Substance Abuse and Mental Health Services
Administration

樂協會創傷工作理念 - 創傷知情照顧



樂協會創傷工作理念 - 創傷知情照顧

1

Realize Trauma 理解創傷

2

Recognize the signs of Trauma 辨識創傷

3

Respond to Trauma 運用創傷知識做回應

4

Resist Re-traumatization 防止再度創傷

樂協會創傷工作理念－創傷知情照顧

建立具治療性的關係

與身體連結

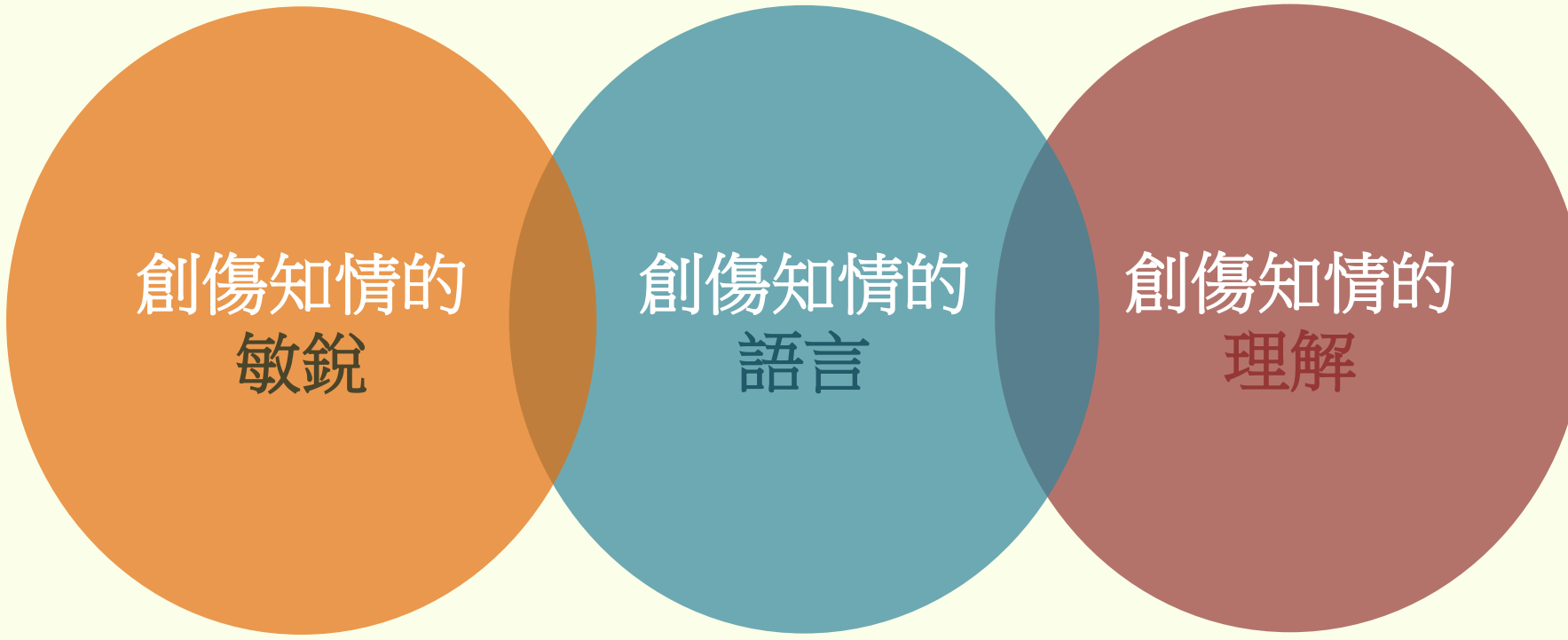
與情緒連結

與面對/處理家人吸毒經驗連結



樂協會創傷工作介入基礎： 具治療性的信任關係

樂協會創傷工作介入基礎： 具治療性的信任關係



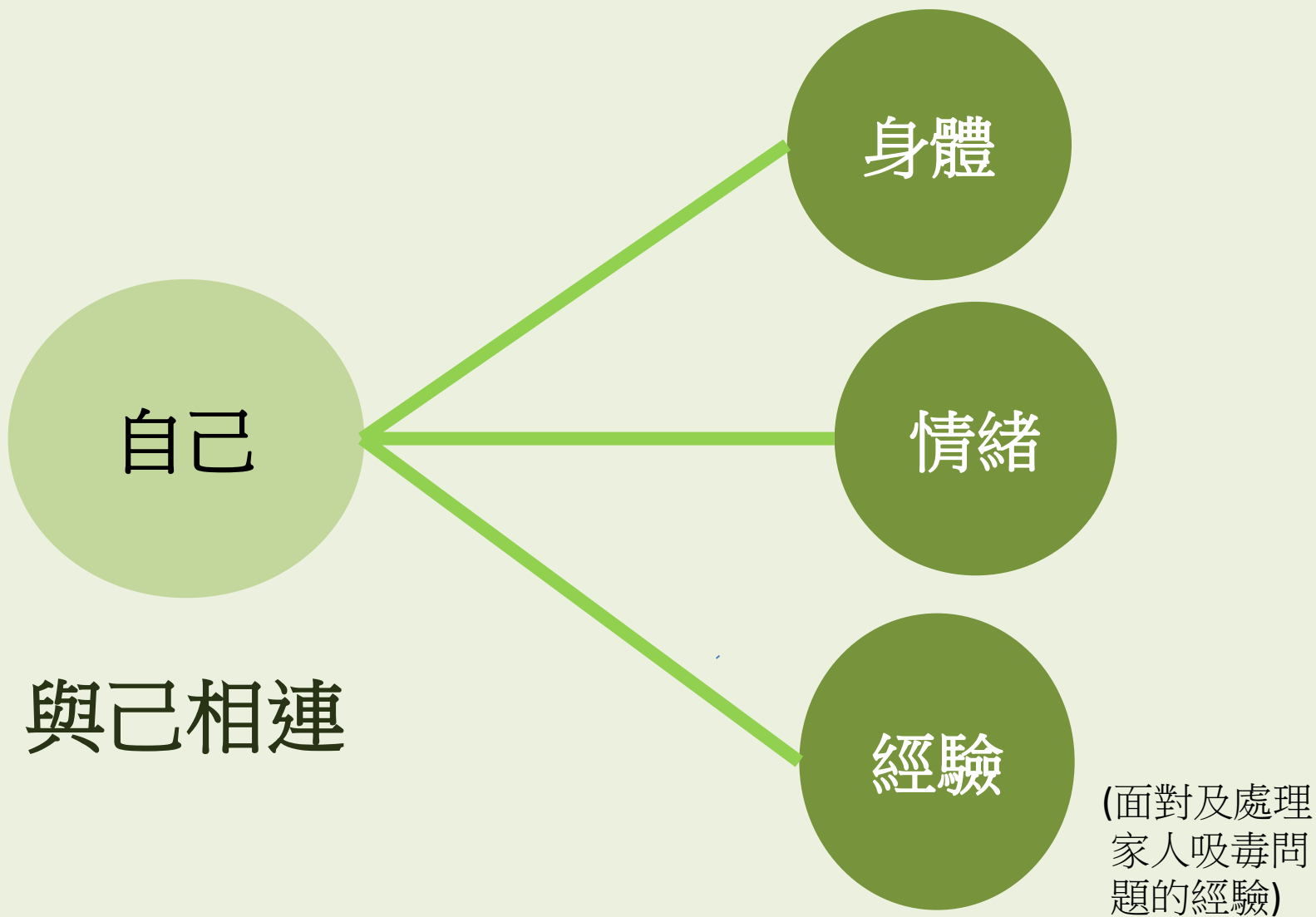
創傷知情的
敏銳

創傷知情的
語言

創傷知情的
理解



樂協會家人創傷工作介入重點： 與己相連



與身體相連

1)確保身體的安全

- 危機評估,有需要時作轉介
- 制訂與執行安全計劃
- 與醫療團隊緊密合作



與身體相連

2) 穩定身體狀態

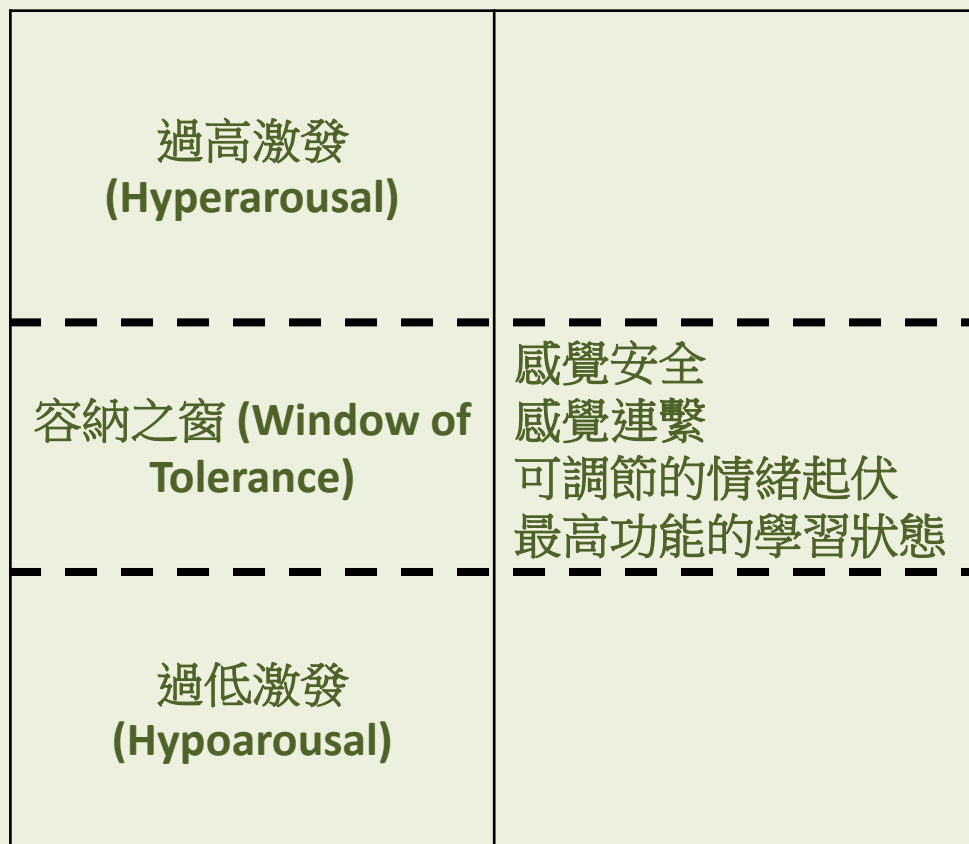
- 覺察及穩定身體狀態練習

鼓勵家人接觸身體感受，
將焦點放回自己及學習愛惜自己



與情緒相連

容納之窗 (Ogden, et al. (2006); Siegel, 1999)

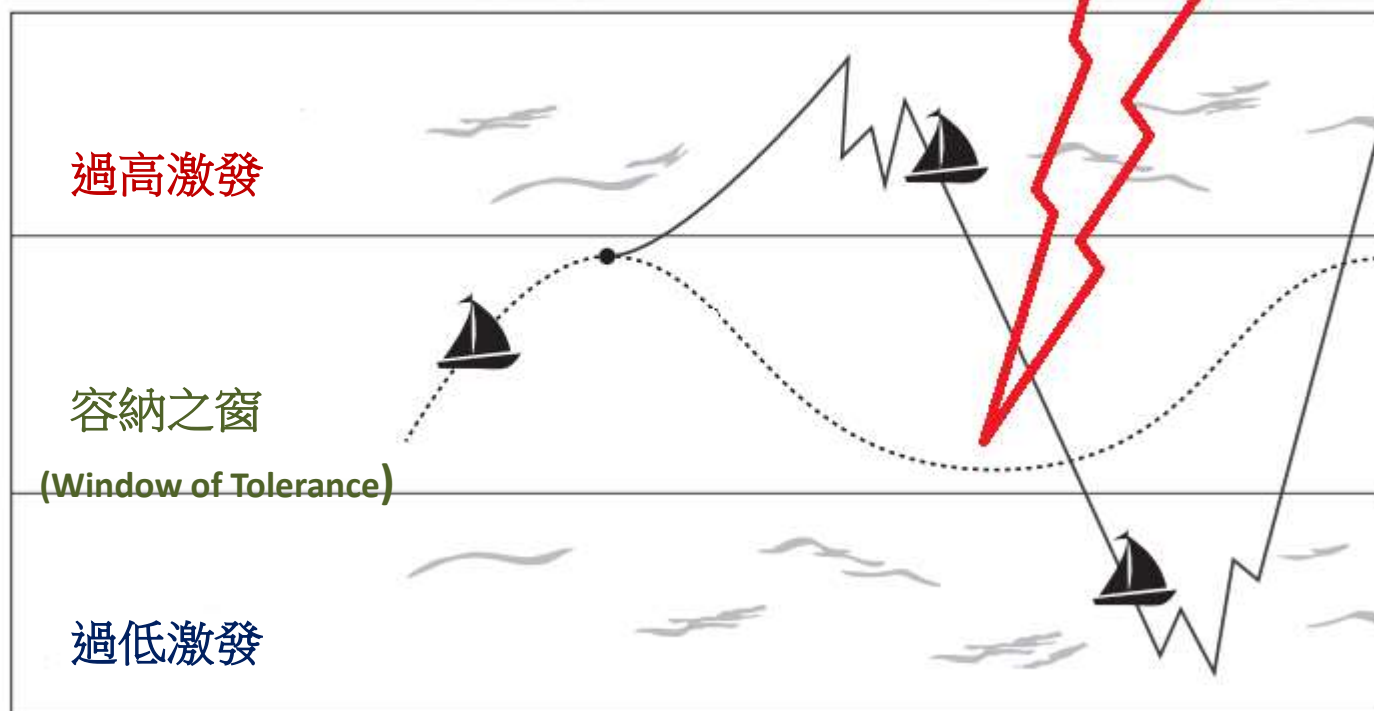


← 經常缺失了的情緒狀態



與情緒相連

行為



期望操控吸毒者以令自己安心

與情緒相連

1)加強自我調節

- 經驗由互動協調(Co-regulation)到自我調節 (Self-regulation)

經驗安全

經驗情緒被承載

經驗情緒被共同調節 (Co-regulation),再協助自己
自我調節 (Self-regulation)



與情緒相連

2)經驗情緒(Emotional processing)

- 在安全中支援案主覺察、接觸
停留、接納情緒
- 如傷痛經歷遺留下來的恐懼感、無助感、
孤獨感
- 建立承載及調節的成功經驗 (Hartman, 2004)



與情緒相連

3)強化心理力量

- 肯定調節情緒的能力
- 肯定情緒的正向轉化
- 為面對及處理家人吸毒問題，奠下安全基礎



與面對及處理家人吸毒經驗相連

1) 意識提升

- 創傷相關心理教育

- 創傷相關檢測

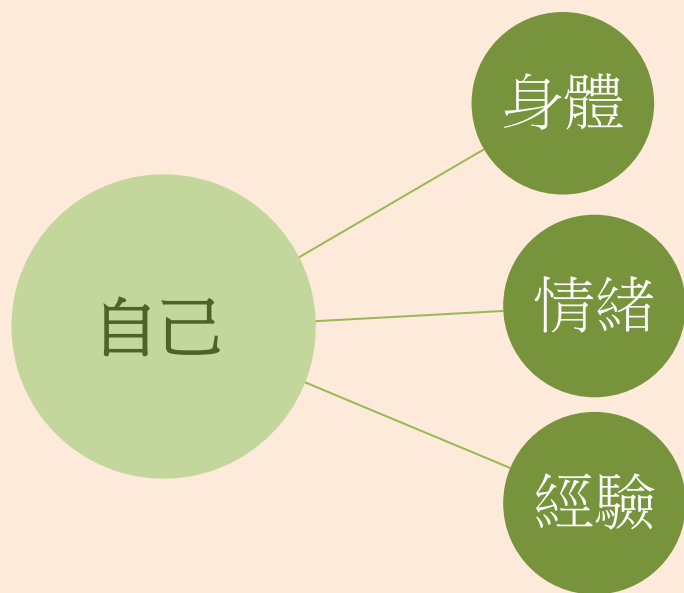
如兒童逆境經歷問卷(Adverse Childhood Experience)

人生經歷檢測表(Life Event Checklist)

事件影響量表(Impact of Event Scale)

讓家人對自身創傷經歷影響有所理解，從而加深對吸毒者在吸毒與創傷經歷關連的理解 (Making sense)

與己相連



理解傷痛經歷對自己的影響



深度的自我接納



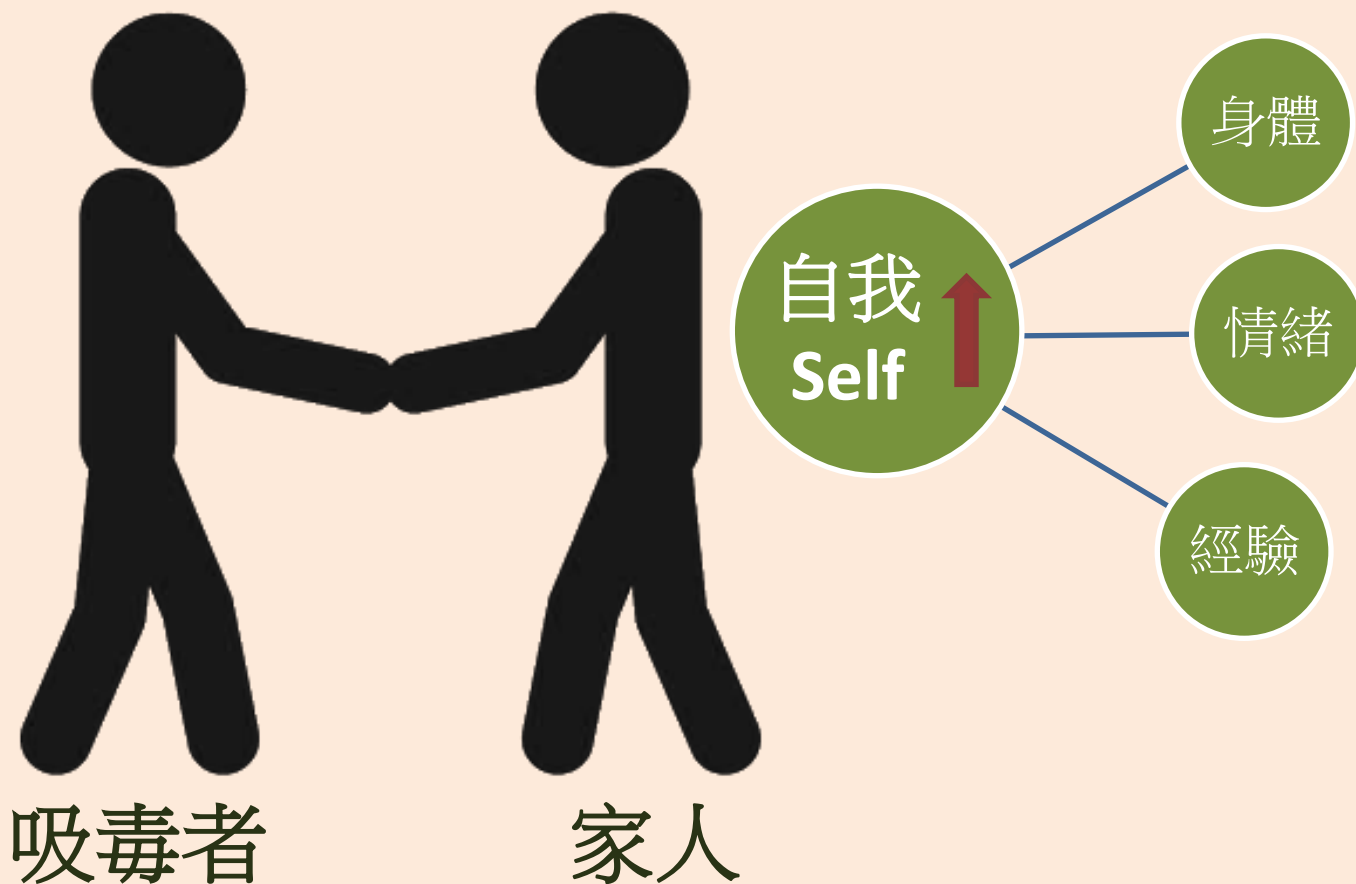
面對自己處境



有能力、有意識、有選擇



帶動吸毒者改變





家庭心聲

總結

總結

- 透過創傷知情角度協助有創傷經歷的家人

↑ 創傷影響的意識 (增加理解及接納)

↑ 穩定情緒 (從互動協調至自我調節)

↑ 正向溝通 (表達愛與關懷)

↑ 定立清晰界線 (健康互動關係)



正向地推動吸毒者改變， 達至長遠康復目標。



善用家庭系統表達愛與關心

攜手建立健康家庭

參考資料

- Beck, J. G., Grant, D. M., Clapp, J. D., & Palyo, S. A. (2009). Understanding the interpersonal impact of trauma: contributions of PTSD and depression. *Journal of anxiety disorders*, 23(4), 443–450.
<https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2008.09.001>
- Co-Regulation and Self-Regulation. David Belford, LISW, IMH-E. February 2012
- Hartman, David & Zimberoff, Diane & Ponder, Catherine. (2004). Corrective Emotional Experience in the Therapeutic Process. *J Heart Cent Ther*. 7.
- Ogden, P., Minton, K., and Pain, C. (2006). *Trauma and the body: A sensorimotor approach to psychotherapy*. New York: Norton.
- Sandra L. Bloom M.D. (1999). Trauma Theory Abbreviated. From the Final Action Plan: A Coordinated Community Response to Family Violence, page 1-17.
- Siegel, D.J. (1999). *The developing mind: How relationships and the brain interact to shape who we are*. New York; Guilford Press
- Substance Abuse and Mental Health Services Administration. SAMHSA's Concept of Trauma and Guidance for a Trauma-Informed Approach. HHS Publication No.(SMA)14-4884. Rockville, MD: Substance Abuse and Mental Health Services Administration, 2014.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18.
- World Health Organization. (2014). *Survey on the prevalence of adverse childhood experiences among young people in the Russian Federation*. Denmark: WHO Regional Office for Europe.