v5封面_外框.pdf 1 2021/11/25 上午 10:09:28

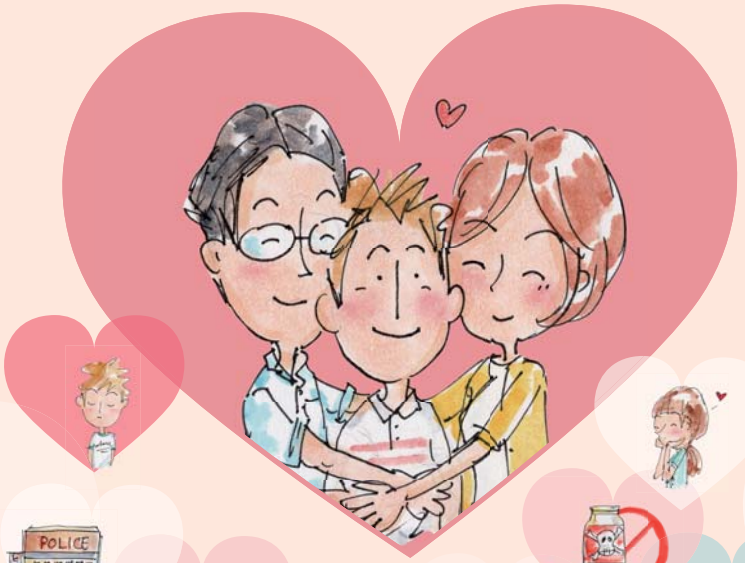


廣告

有愛無懼 翻轉人生 家長親職手冊

教育部發行

國立臺灣師範大學人類發展與家庭學系 編撰



關懷陪伴

有愛無懼 翻轉人生

拒絕毒品

家長親職手冊

教育部 發行

國立臺灣師範大學 人類發展與家庭學系 編撰

有愛無懼
翻轉人生



家長親職手冊

序

本手冊從親子相互理解出發，寫給孩子可能誤觸或使用毒品的家長，希望家長提早發覺並避免孩子接觸毒品，或陪伴已經使用毒品的孩子遠離毒品。在陪伴孩子遠離毒品的歷程中，一直抱持著愛孩子的心，因為「有愛無懼」，才能陪孩子「翻轉人生」。

當家長知道孩子使用毒品時，通常在第一時間除了震驚以外，可能會否認、害怕、擔心、自責、甚至責備孩子，或不知道將會面對哪些法律程序，更不知如何求助、幫助孩子遠離毒品。本手冊提供家長協助孩子面臨遠離毒品的漫長歷程裡，從無助與無所適從的處境中，學習具體可行的親子互動技巧、了解毒品的危害、毒品戒治管道與資源、增進復原力及預防復發之指引。

爰此，各篇主要內容結合了學者專家、提供資源協助單位、實務工作人員經驗，提供家長協助孩子遠離毒品的方法，故從「家長的擔心我們懂」出發，幫助家長靜下心，釐清情緒、需求，進而從「知毒反毒」、「關懷與支持孩子」、「攜手齊守護」、「法律大補帖」以及「諮詢管道 GO」，一步一步讓家長了解常見毒品及新型態毒品、毒品帶來的危害、如何與孩子談毒品使用、使用毒品的孩子想要什麼、如何幫孩子建立遠離毒品的界線、與提供協助資源等，以期家長有正向的信心與能量，陪伴孩子共同面對挑戰。

孩子接觸毒品或成癮性物質的原因有很多，可能是個人因素、家庭因素、學校因素、人際因素、社會因素，從好奇誤用開始，久而久之變成經常使用，因此，在親職攜手共同面臨藥物濫用與防範的路上，千萬別向孩子唱「戰歌」，而是要以堅定的愛對孩子唱「情歌」，讓孩子在成長的過程有堅強支持的力量，方能遠離毒品及非法藥物的傷害。

本手冊提供家長與孩子在識毒、拒毒及正向的互動技巧與資源，希望家長抱持著愛孩子的心，支持陪伴孩子在人生重要歷程中健康成長。

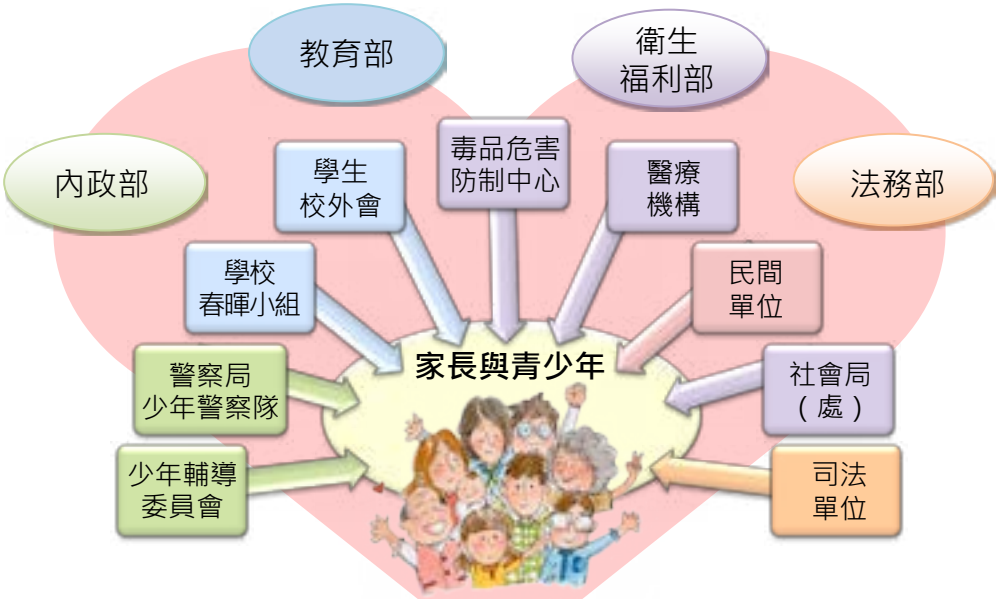


編者的話

幫助孩子拒絕和遠離毒品，家長的關懷與支持是最基本且重要的，不過這個艱辛的過程最好能尋求相關社會資源支持，可以更有效陪孩子避免受到非法藥物，或不慎誤觸毒品的傷害。

我國提供青少年藥物濫用防制相關的跨單位合作網絡，包含如「學校春暉小組」、「毒品危害防制中心」、「醫療機構」、「警察局、少年警察隊」、「少年輔導委員會」、「社會局(處)」以及「司法單位」等，而除了政府單位外，還有許多民間單位也提供服務與資源（如下圖）。

孩子一時誤觸毒品，若能及早發現、結合社會資源，才有可能守護孩子，翻轉人生，迎向健康的未來。



青少年藥物濫用戒治資源

目錄 | contents

CHAPTER1 家長的擔心我們懂 | 07

一、知道孩子使用毒品的這一刻，您的想法？| 08

二、此時此刻我可以做什麼？| 09

三、爸爸幫助阿倫戒毒成功的故事 | 12

四、如何看待孩子使用毒品？| 15

CHAPTER2 知毒反毒 | 16

一、孩子使用毒品的原因是什麼？| 17

二、孩子常使用的成癮物質或毒品有哪些？| 18

三、如何及早發現孩子使用毒品的異常徵兆？| 24

CHAPTER3 關懷與支持孩子 | 26

一、使用毒品的孩子想要什麼？| 27

二、毒品使用迷思 | 29

三、如何與孩子談毒品使用的危害？| 30

四、孩子不壞，只是需要愛 | 32

五、建立「健康的親子關係」防護罩 | 33

六、採取行動七個技巧 | 35

七、建立原則：幫助孩子說「NO」！| 37

八、共創未來：從養成新習慣開始 | 39



CHAPTER4 攜手齊守護 | 41

一、學校春暉小組 | 44

二、毒品危害防制中心 | 50

三、醫療機構 | 51

四、警察局、少年警察隊 | 52

五、少年輔導委員會 | 53

六、社會局(處) | 54

七、司法單位 | 55

CHAPTER5 法律大補帖 | 57

一、毒品法律刑責知多少 | 58

二、未成年孩子使用毒品的刑責 | 60

三、父母制止孩子施用毒品的相關法令 | 61

CHAPTER6 諮詢管道 GO | 62

一、教育部各縣市學生校外生活輔導會 | 64

二、各縣市政府毒品危害防制中心 | 65

三、各縣市少年警察隊 | 66

結語 | 67

附錄 | 家長行動檢核表 | 69





一、知道孩子使用毒品的這一刻，您的想法？



請勾選您的想法 | 可複選

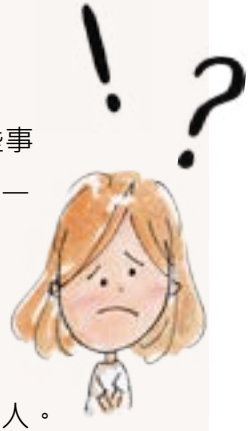
您的想法	類型
□我的孩子怎麼可能會使用毒品？ □我不相信！你們都在騙我！ □一定什麼地方搞錯了！這是一場誤會！	**否認型**
□真想一巴掌打下去... □沒路用的死囝仔... □叫警察抓去關關ㄟ！	**責罰型**
□我是一個失敗的爸爸 / 媽媽！ □這實在太丟臉了！ □我一定做錯了什麼！	**自責型**
□我孩子不會使用毒品，都是他朋友害他的！ □孩子怎麼會這樣？學校是在幹什麼！ □老天對我真不公平！為什麼這種事會發生在我身上！	**責怪他人型**
□天啊！我該怎麼辦？ □我到底做錯了什麼？我到底要怎麼做才對？ □誰可以救救我的孩子？	**徬徨型**

● 依上表，哪一類型的打勾數愈多，您便是屬於該類型的父母，您也可能同時是兩類型或多類型的父母。

二、此時此刻我可以做什麼？

(一)接納自己：不論您是哪種類型的父母親一開始的想法為何，都是人之常情，或許您會因此覺得沮喪或焦慮，都是正常的，也是可以有的。

(二)紓壓一下：當您有這些感覺時，您可以做些事來減少壓力，嘗試深呼吸、數數、大吼幾聲、大哭一場、或運動一下，嘗試宣洩您的情緒。



(三)整理自己的情緒：

您也可以嘗試回答以下三個問題來紓解壓力，請用筆寫下來，或者將答案告訴一個值得你信任的人。

1. 發現自己的情緒

知道孩子使用毒品的那一刻，我覺得很.....(請勾選當時的心情，可複選)



2. 這種感覺很像.....

請用一個情境
來表現自己的心情
例如：世界末日、求救無門、愈做愈錯 .....



3. 我現在最需要

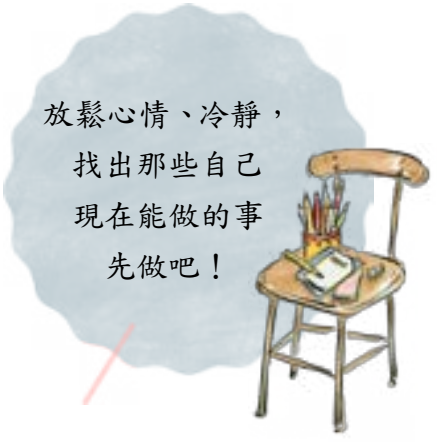
請區分這些需要是自己可以努力得到的？需要孩子配合才能得到的？或者需要求助他人才能得到的？（可複選）

我可以努力的...	需要孩子配合的...	需要求助的...
□找人聊一聊	□出門主動告知要去哪裡、找誰去	□專業的社會心理復健
□去運動一下放鬆心情	□聽話	□專業的成癮醫療及處遇服務
□花時間和喜歡的人一起做喜歡的活動	□願意溝通	□學校或政府單位主動的連繫幫助
□減輕生活其他方面的壓力	□不要再使用毒品	□學校、法院、醫院、民間協助毒癮處遇機構和輔導機構的相關規定與建議
□調整自己看待孩子的角度	□去看醫生	□加入一個專業的支持團體
□學習專業幫助孩子遠離毒品的技巧	□找到可信賴的人	
□學習專業增進親子關係的技巧	□配合學校、法院、醫院、民間協助毒癮處遇機構和輔導機構的建議	

(四) 尋求協助：

您也可以撥打專業諮詢電話 (如下圖)。

孩子使用毒品不知道怎麼辦嗎？	您有家庭問題想找人聊一聊嗎？	您壓力太大或有情緒困擾嗎？
		
0800-770-885 毒品危害防制中心 諮詢專線 24 小時免付費專線	4128185(手機加 02) 家庭教育諮詢專線 週一至週六 上午 9 點到 12 點 下午 2 點至 5 點 週一至週五 晚間 6 點至 9 點	1925 安心專線 24 小時免付費專線



- 請先照顧好自己
  照顧好自己，實際上有助於提高您照顧孩子的能力。
- 如果您壓力太大，就沒辦法好好做決定和鼓勵孩子，生活沒辦法穩定。
- 練習適當的自我照顧，是以身作則，讓您成為孩子塑造理想行為的模範。

三、爸爸幫助阿倫戒毒成功的故事



阿倫 (化名) 的爸爸是個公務員，因為兒子戒毒成功，被邀請到家長團體分享，他回憶起第一次發現兒子使用毒品.....

阿倫是個很可愛的兒子，聰明會唸書，高中時有一天他沒回家，「警察通知我，你兒子現在在警察局...」。我到警局看到孩子的臉色慘白，說是朋友主動拿給他吸的。我立刻安排孩子到戒毒機構，孩子說毒品吸下去感覺很好，但醒來後覺得很痛苦，他也不想這樣。

誰知在戒毒機構沒幾天，就打來說孩子逃走了，我想：「怎麼會這樣？他不是自己說要戒的嗎？」，機構的人安慰我說：「戒毒的人和戒菸一樣，反覆再吸是很可能的，要有耐心 .....」。我在他朋友那兒找到他，把他送回戒毒機構，阿倫告訴我其實他陸續吸毒兩年了，最近在吸「冰糖」。我立刻上網查資料，知道「冰糖」就是安非他命，是最難戒的毒，一用馬上覺得愉快興奮，過後又昏昏沉沉好幾天，落入憂鬱或焦慮，下次要更多的藥量才能再帶來快樂。我非常的憂慮，我想我是不是做錯了什麼事？怎麼做阿倫才能戒毒？阿倫的未來會變成怎麼樣？我滿腦子都是阿倫，上班也想、走路也想、我沒辦法好好做事，睡也睡不安穩，無時無刻都在擔心阿倫。

阿倫在戒毒機構一段時間後，狀況有比較好，就決定回學校唸書，那段時間我真的很高興，我想終於沒事了。到了隔年，阿倫喜歡一個女生但沒追到，他心情不好就又回去吸毒，他變得很會花錢，常找理由跟我要錢，後來還偷姊姊的錢，被發現後就暴怒、發狂、摔東西，並離家出走，學校也不回去了。我去問了醫生，醫生告訴我吸安毒而受損害的腦袋沒辦法處理焦慮和恐懼感，容易暴怒，所以即使孩子願意，也會很辛苦走完戒毒的療程。我很內疚的想，可能是我的錯造成的，如果他小時候我更多關心他，今天就不會這樣了！

阿倫一直在戒毒機構、回家要錢和繼續吸安之間來回，我強迫自己不能再資助阿倫，甚至有一次阿倫打給我說他的朋友用毒過量死了，哭著說他要戒毒，我也忍痛拒絕他，我告訴他要戒毒只能去戒毒機構。但當醫院再度打電話告訴我說你兒子吸毒過量差點死去時，我實在不忍心，又到醫院去看他，聽著他說想戒毒的決心，我又再度陪他到戒毒機構、陪他去成長團體、陪他去運動。我那時也沒想到，在數不清多少次的失敗後，這孩子終於成功了，至少這五年來，孩子沒有再回去吸毒！希望永遠也不會再回去吸毒！



阿倫的爸爸告訴正在陪孩子戒毒的爸爸媽媽們，**陪孩子戒毒的路是很辛苦的**，真實的憂傷，無法擺脫的反覆失望，但最終仍有成功的希望！「**你說我真正為孩子做了什麼：其實只有不斷去了解和一直的陪伴**！」阿倫的爸爸這樣說。

讀了阿倫爸爸的故事後
請您想一想以下的問題

1. 事實是什麼？



2. 感受如何？



3. 發現了什麼？



4. 未來怎麼做？



如果您想了解孩子為何會使用毒品 →請見**第 17 頁**
如果您想了解使用毒品帶來的危害性 →請見**第 19 頁**
如果您想增進和使用毒品孩子的關係 →請見**第 33 頁**
如果您想知道如何幫助孩子遠離毒品 →請見**第 37 頁**

四、如何看待孩子使用毒品

● 各位家長，您知道您看待使用毒品的方式，也會影響您如何看待孩子！讓我們一起進行了解吧！

1. 美國藥物濫用研究所（National Institute on Drug Abuse）指出吸毒成癮通常無法治癒，復發或嘗試停止使用毒品後的再次使用，為復原必經的過程，透過長時間的治療與復健，可以成功地減少復發，這和高血壓或糖尿病等慢性病一樣。

送到醫院打針、吃藥就好了？
使用毒品不只是生理問題！

2. 使用毒品成癮後，已導致大腦功能的改變，孩子很難自己停止使用毒品。這不只是生理問題，看一、兩次醫生就可以解決；也不只是道德問題，說不應該就能禁止孩子使用毒品。

3. 請將心比心，了解您孩子的處境，不要以為孩子是故意變壞、故意不戒，或故意再去使用毒品的。

4. 您的正確觀念與作為，可以提高孩子的自我價值感，並一直維持孩子長期康復的機會。



請學校處理？
改善親子關係
的效果更好！



一、孩子使用毒品的原因是什麼？



- 孩子使用毒品的原因並不是單一因素所造成的，家長可了解孩子遭遇到什麼困難或問題，包括個人、家庭、學校、人際與社會等因素。
- 您了解孩子使用毒品原因嗎？ 讓我們進行了解。

個人因素

- 好奇、尋求刺激
- 過度壓力、逃避壓力、情緒失控
- 缺乏自信、不好意思拒絕

家庭因素

- 無法適應家長管教方式
- 與家人互動衝突疏離
- 年長家人使用毒品

學校因素

- 課業壓力（成績差，或對成績要求高）
- 翹課、中輟，沒有學習動機
- 經常違反校規



人際因素

- 朋友提供毒品，取得容易
- 接觸使用毒品的朋友圈

社會因素

- 加入幫派、從事不當活動
- 經常出入不當場所
- 在網路、社群接觸到使用毒品的訊息

二、孩子常使用的成癮物質或毒品有哪些？



- 青少年較常使用的成癮物質包括菸品與酒品等，青少年使用成癮物質危害身心健康發展，也可能進而使用毒品，導致多重物質濫用。
- 青少年使用「毒品危害防制條例」中所列的影響精神物質，即「使用毒品」。青少年常使用的毒品包括安非他命、搖頭丸、愷他命及新興毒品等。

毒品的分級



依據《毒品危害防制條例》，毒品是指具有成癮性、濫用性及對社會危害性之「麻醉藥品與其製品」及「影響精神物質與其製品」。而毒品依其成癮性、濫用性及對社會危害性可分為四級，其中以第一級危害最大。

第一級	如海洛因、嗎啡、鴉片、古柯鹼等
第二級	如安非他命、搖頭丸、大麻、MDPV（浴鹽）
第三級	如愷他命（俗稱 K 他命）、喵喵、一粒眠等
第四級	如佐沛眠、5-MeO-DIPT（火狐狸）等

（一）青少年常用的毒品

毒品等級	名稱	圖片	作用
第一級毒品 中樞神經抑制劑	**海洛因** 四號、白粉		呼吸抑制、眩暈、精神恍惚、焦慮、便秘、血壓降低 戒斷症狀：盜汗、流鼻水、失眠、焦慮不安、易怒、發冷、肌肉及骨骼疼痛等
第二級毒品 中樞神經興奮劑	**搖頭丸** (MDMA) 狂喜、忘我		心悸、高血壓、腦溢血、焦慮、易怒、妄想、幻覺 戒斷症狀：沮喪、憂鬱、全身乏力、焦慮、易怒
第二級毒品 中樞神經興奮劑	**安非他命** 冰塊、安仔		提神、亢奮、食慾減退、心悸、妄想、情緒不穩、暴力攻擊 戒斷症狀：疲倦、沮喪、焦慮、易怒全身乏力
第二級毒品 中樞神經迷幻劑	**大麻** 草、麻仔		心跳加快、妄想、幻覺、學習及認知能力減退 戒斷症狀：厭食、焦慮、躁動、憂鬱、睡眠障礙
第三級毒品 新興影響精神物質	**愷他命** K 他命、K 仔		心搏過速、血壓上升、記憶力受損、幻聽、膀胱炎、頻尿、血尿、腎損傷
第三級毒品 新興影響精神物質	**4- 甲基甲基卡西酮** 喵喵		心悸、血壓上升、鼻灼熱感、呼吸困難、幻覺、妄想、焦慮、憂鬱、暴力或自殘

（資料來源：衛生福利部食品藥物管理署反毒資源專區）

當我想知道更多毒品危害資訊時，要如何查詢？

【衛生福利部反毒資源專區】

(二)新興毒品



新興毒品～毒咖啡包、奶茶包

新興毒品多以休閒食品（如咖啡包、奶茶包、果凍、糖果等）方式偽裝，配合話術如「只是會 high 咖啡」、「是流行不是吸毒」及「驗尿也驗不出來」等，及美麗包裝導致孩子誤食，或吸引孩子好奇使用，另毒咖啡包價格便宜、及運用時尚包裝來躲避查緝，致新興毒品的使用人數快速增加。新興毒品中常混有多種毒品，由於不知道摻混內含物，易因使用某一毒品成份過量而致死，導致身心更大的危害。

請注意！

孩子說：
「偶爾使用不會成癮！」

不是真的！



愛的叮嚀

孩子一開始可能會說是誤用毒品，或偶爾使用不會上癮，然而孩子反覆使用就會成癮。

請了解孩子現在處於哪個階段：好奇使用、經常使用、成癮依賴。

不論是哪種狀況，都應該要立刻停止使用藥物，請幫助您的孩子尋求專業的醫療戒治服務。

【案例分享】14 歲小玉（化名）與網友約在旅館，朋友叫氣球及提供咖啡包，好奇下就與朋友一起喝，使用後產生幻覺、血壓升高、心律不整、呼吸困難等情形，由於過量使用毒咖啡，又同時飲酒導致昏迷，送進加護病房搶救。

毒咖啡包混雜許多毒品，曾檢出十多種毒品，混雜鎮定劑（如愷他命、一粒眠）與興奮劑（如安非他命、搖頭丸、合成卡西酮），易導致心跳忽快忽慢、肌溶解症、腎衰竭，甚至猝死。我國一年有近百人死於新興毒品，檢測新興毒品其中七成含有第三級毒品喵喵（4-甲基甲基卡西酮），合成卡西酮也具有強烈成癮性。近年新興毒品也發現混摻「超級搖頭丸」第二級毒品 PMMA（對 - 甲氧基甲基安非他命），服用後會產生焦慮、躁動不安、高血壓、呼吸加速、抽搐、甚至肝腎衰竭或死亡。

新穎流行的外包裝～成為孩子誤觸毒品的陷阱



（三）吸入性成癮物質～笑氣

青少年濫用笑氣癱瘓



【案例分享】17 歲美美 (化名) ，在和朋友的一次聚會裡接觸了笑氣，好奇使用後，每天吸食導致上癮。3 個多月後開始出現雙側下肢無力，全身多處感覺異常、麻木，經醫師診察發現她是因吸食笑氣，併發脊髓神經受損退化，才導致肢體麻木，幾乎無法行走 (長庚醫院，2021)。

笑氣是氧化亞氮的俗名，一種吸入性麻醉氣體，吸入約半分鐘即可產生欣快感，並可持續 2 到 3 分鐘，吸食後會有漂浮感、欣快感、身體麻木感。笑氣由於較便宜、易取得且無害，被年輕人誤認為「不違法」，常成為派對助興劑，然長期使用笑氣會產生末梢神經、脊髓及造血系統病變，出現手麻、腳麻、無力走路甚至癱瘓等，並可能產生精神異常，如嗜睡、失憶、憂鬱或精神錯亂等 (衛福部 , 2021; NIDA, 2021; Australia Alcohol and Drug Foundation, 2021)。為預防青少年濫用，我國目前將笑氣依「毒性及關注化學物質管理法」列管。



- 教育部笑不出來笑氣人生

- 肢體無力醫師察覺竟是吸食笑氣



（四）裹著甜美糖衣的毒藥～電子煙



【案例分享】15 歲阿忠 (化名) 與一群朋友聚會，朋友使用電子煙味道如糖果，好奇下就跟著用。媒體報導我國青少年使用電子煙有加入大麻、安非他命等毒品，電子煙可能成為年輕人使用毒品的掩護載具之一，電子煙中可能加入毒品。

近年青少年使用電子煙比率攀升，菸商利用加味香料 (如芒果、咖啡、橘子汽水、香蕉奶昔等) 增添菸品風味，用酷炫時尚新潮外型如隨身碟或電子手錶吸引年輕族群，我國抽查電子煙近八成有尼古丁，致癌物甲醛及乙醛，使用電子煙不僅會導致尼古丁成癮，也會影響大腦發育，導致認知障礙與情緒失調、增加憂鬱與自殺意念等，另使用電子煙也會導致肺損傷，及電子煙的鋰電池也容易導致爆炸，在美國已造成上百人死亡。美國青少年使用加入大麻的電子煙而造成大麻濫用比率攀升，大麻為二級毒品，吸食後會產生心跳加快、妄想、幻覺、學習及認知能力減退等。

國民健康署電子煙防制專區

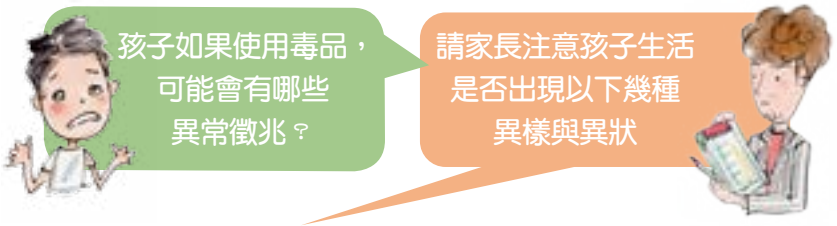
電子煙造型多變



資料來源：美國食品藥物管理局 (U.S. Food and Drug Administration)

三、如何及早發現孩子使用毒品的異常徵兆？

【案例分享】阿文 (化名) 的爸爸發現阿文經常半夜回到家時，身上都會有刺鼻的怪味，平常眼神渙散，經常昏睡，好幾次發現他的鼻子旁邊有白白的粉末，問也問不出個所以然。直到後來在新聞報導上看到，才發現原來這些都是吸食愷他命的徵兆！如果可以早點知道，或許阿文就不會越陷越深了……。



- **作息**：作息混亂、深夜外出、日夜顛倒、常昏睡、難叫醒
- **身體**：食慾不振或暴食、體重異常減輕、未感冒但常流鼻水或吸鼻水
- **神情**：精神恍惚、目光呆滯、眼神渙散
- **情緒**：喜怒無常、情緒變化大、失眠易怒
- **行為**：有暴力傾向、金錢花費多、常跑廁所
- **課業**：學校成績下滑、逃學逃家、學校出席狀況不正常
- **社交**：交友複雜、朋友圈改變、出入撞球館等複雜場所
- **偏差**：吸菸、無照駕駛、易與人發生衝突
- **居住**：房間出現電線走火般燒塑膠的氣味 (愷他命) 、常緊鎖房門

【案例分享】媽媽：「房間裡怎麼有一小袋白色粉末？是什麼東西？器材是做實驗嗎？還有不是不喝咖啡嗎？怎麼會有幾包即溶咖啡？做實驗嗎？」



阿威 (化名) ：「沒有啦，那是朋友給我的鹽而已啦！咖啡是別人放我這裡的，過幾天就拿回去了。」

媽媽雖然覺得奇怪，但也沒有多問。後來警察局打電話來說孩子使用毒品，搜出幾袋白色粉末及咖啡包，並且說那些是愷他命、安非他命及喵喵等混合毒品。媽媽這才驚覺要是當初有多一點警覺心，多問幾句，可能就不會有這種結果了！

孩子如果使用毒品，房間可能會出現哪些異常物品？味道？





- □ 桌上、房間發現異常粉末、不明藥丸
- □ 發現孩子不常吃的咖啡包、奶茶包、果凍、梅子粉、糖果等
- □ 發現可疑針筒、吸食器或其他常見使用毒品之器具
- □ 裝有不明粉末的小夾鏈袋、卡片、盤子
- □ 錫箔紙、打火機、吸食器 (改裝鋁箔包、玻璃球、橡膠管)
- □ 房間散發出異味如塑膠燃燒味、化學藥劑等
- □ 房內發現 (小) 鋼瓶、氣球









一、使用毒品的孩子想要什麼？





小玲的故事

小玲 (化名) 的爸爸長期在外縣市工作，媽媽很重視小玲的成績，小玲小時候常因沒考好被打罵，也不敢告訴媽媽其實她對唸書沒興趣。小玲從小就覺得很孤單。某日，老師對小玲說：「妳姊姊成績那麼好，妳怎麼都不像妳姊姊？」小玲聽了心想：既然你們都覺得我很爛，我就更爛給你們看！小玲故意違規惹事，讓媽媽被傳喚來學校，好像只有媽媽出現在學校時，小玲覺得自己獲得關注。

到了高中，小玲想自己賺生活費，選擇了夜店打工，因而染上愷他命毒癮。上班的地方很多人在吸，小玲也不是真的想「拉 K」，她覺得可能不拉就沒有朋友。心想：「吸毒沒什麼不好，會感到快樂。」

小玲的媽媽苦勸小玲要戒毒，小玲就去了戒毒機構，會客的時間，媽媽都會去看小玲，小玲也撐了一年沒再吸毒。小玲戒毒後去批貨賣衣服，換了環境、換了朋友、換了電話，沒人會主動給她毒吸。

但小玲只要感到心情不好或不如意時，就會去吸菸喝酒，漸漸地吸菸喝酒的感覺已經麻木了。小玲回到夜店，又想再次吸毒，而且反覆使用，無法停止。就這樣直到有一天，她竟然直接尿在馬路上，受到很大驚嚇的小玲，當下決心立刻到醫療機構尋求協助。

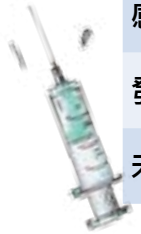


小玲再次到了戒毒機構，小玲媽媽從來沒有放棄她。媽媽為了小玲，長年參加吸毒家長成長團體，她在結業式上分享說：「我看見孩子眼中的絕望無助，所以我重新審視我從前對她的種種，我下定決心先調整自己，也體悟到要改變孩子，唯有先改變自己，才能幫助孩子。」

現在小玲已經很多年沒有吸毒了，但她仍不敢說自己已經成功戒毒，只是現在的小玲知道，吸毒帶來的滿足是一種錯覺，空虛時，她必需用別的方法來填補心靈的黑洞，絕對不是用毒。

讀了小玲的故事後，請您想一想這些問題

事實是什麼？	小玲為什麼要使用毒品？
感受如何？	什麼樣的感受使小玲想使用毒品？
發現了什麼？	什麼是幫助孩子遠離毒品的關鍵？
未來怎麼做？	現階段我可以做什麼調整來幫助孩子呢？



如果您想了解使用毒品的迷思 →請見**第29頁**

如果您想了解如何跟孩子談毒品使用的危害 →請見**第30頁**

如果您想了解如何讓孩子知道你愛他 →請見**第33、36頁**

如果您想知道如何幫助孩子遠離毒品 →請見**第35、37、38頁**

二、毒品使用迷思

●當家長發現孩子使用毒品時，有羞愧、失望、沮喪甚至憤怒的感覺是很常見的。這些反應是自然的，不應被忽視；然而，以指責、論斷或批評的方式對青少年傳達這些感受，無助於康復過程。

■有關毒品使用的迷思 v.s. 事實【如果以下陳述您認為是事實，請打勾】

這是真的嗎？	是事實
1. 毒品的使用都是因為缺乏意志力或自律。	☐
2. 成癮是毒品引起的大腦化學變化的結果。	☐
3. 只有資質較差或成績低落的孩子才會使用毒品。	☐
4. 使用毒品會影響不同能力水準的孩子，從成績優異的孩子到資質一般的孩子。	☐
5. 只有家庭經濟狀況較差的孩子才會使用毒品。	☐
6. 任何社經水準的孩子都可受到使用毒品的影響。	☐
7. 如果吸毒復發意味著康復失敗，縱然經常使用毒品也不一定會成癮，而且想停止就可以停止。	☐
8. 成癮的特徵是復發性，許多人在實現長期戒斷之前，經歷了多次復發。	☐
9. 青少年一旦使用毒品，人生就永遠不會成功。	☐
10. 許多年輕人在接受藥物濫用治療後建立了快樂、充實的生活。	☐
11. 家庭成員使用毒品將注定摧毀一個家庭。	☐

★以上單數題是迷思、雙數題是事實

■對成癮的正確認知

美國國家藥物濫用研究所 (National Institute on Drug Abuse) 研究證實，成癮是一種由大腦對藥物反應引起的疾病。成癮與糖尿病、心臟病等慢性病病人相似，會出現反覆復發和恢復的循環，需要我們長期抗戰，接受持續的治療或復健。

三、如何與孩子談毒品使用的危害？

● 面對毒品問題，家長必須避免將矛頭指向一個或兩個家庭成員，並將毒品使用視為一種多因素影響的複雜行為，它既來自於家庭、孩子的交友圈或經歷某些壓力等，所以家人們必需同心一起面對。

不帶憤怒的用詞 → 避免居高臨下的語氣 → 嘗試找到共同點建立聯繫 → 不帶偏見的了解他們

■ 與使用毒品的青少年交談，讓他們願意說出使用毒品的情況，最佳的方式是，提出富有同理心和易於理解的問題。

■ 您也可以用溫和的語氣提出直截了當的問題。簡單地問：「最近有沒有人給你提供過毒品？」，足以讓對話開始。



■ 如何與孩子談「毒品」

適得其反的說法	建設性的說法 (可以跟孩子這樣說)
你完蛋了！ 你沒有辦法跟我們在一起。	xx(孩子的名字) 你覺得這幾天過得怎樣？ 你看起來比平常累喔～ 要跟爸爸 / 媽媽談談嗎？ 
“你” 只顧「使用毒品」， 沒有想過我們的感受。	xx(孩子的名字)， 你「想使用毒品」的時候， 我們沒辦法好好跟你說話， 讓「我們」覺得很沮喪、難過 
你明天開始不接觸毒品， 我們給你一次機會。	xx(孩子的名字) 我們一起找到合適的「遠離毒品方法」， 希望你可以得到外界的幫助。
你沒決心，太軟弱， 其實只要你想停止， 就可以停止。	我知道堅持下去很難， 我們會一直陪著你。 
我們應付不了你的使用毒品問題。	家人會在你的身邊， 我們也會找學校老師或毒防中心，陪伴你一起努力。

四、孩子不壞，只是需要愛

強化家人的連結是遠離毒品的關鍵，從了解他們開始...

我們都需要與人連結，當孩子覺得自己孤單，沒有人關心、沒有人愛他的時候，毒品很容易成為慰藉的安慰品。而幫助青少年孩子重新連結社會，家人間的健康連結絕對是最有效的第一步。

青少年孩子家長的挑戰	我有同感
1. 十幾歲的孩子與不講理的三歲孩子有很多共同點。	☐
2. 孩子嘗試違反家庭的規定，並容易發脾氣。	☐
3. 孩子想遠離家長並開始維護自己的獨立性。	☐
4. 孩子有時表現得好像大家都要配合自己。	☐
5. 孩子不善於調節自己的情緒。	☐
6. 青少年容易嘗試冒險，並做出衝動的決定。	☐
7. 家人的關心，青少年認為是干涉。	☐
8. 青少年與朋友經常透過社交媒體聊天連絡。	☐
9. 問孩子今天過得怎樣時？他可能會變得沉默。	☐
10. 家長看來合理的要求，被孩子視為暴君的行為。	☐
11. 我認為大部份的家長都經歷類似的親子關係。	☐



希望您更能了解孩子進入青少年階段的態度轉變，接受這階段孩子的表現或特質；不要拒絕與孩子維繫連結，**『孩子不是壞，其實需要家長持續的關愛』**。

五、建立「健康的親子關係」防護罩

- 家庭成員提供陪伴，以行為來鼓勵和支持孩子康復，可以形成一道防護罩，保護孩子遠離毒品的侵害。例如，家長可以用支持堅定的態度，鼓勵所愛的孩子採取深思熟慮和積極的行動。
- 健康的教養態度，包括讓青少年對自己的行為負責，並於孩子表現積極行為時，應給予正向鼓勵與肯定。

回想過去半年，當您和孩子一起聊天或做事情時您的態度如何？



在以下情況下：	總是如此	偶爾如此	從未如此
1. 我會問孩子對重要事情的看法。	3	2	1
2. 我會仔細聆聽孩子的看法或想法。	3	2	1
3. 我表現出疼愛孩子和關心孩子的樣子。	3	2	1
4. 我設法讓孩子了解父母很關心他 / 她。	3	2	1
5. 讓孩子知道我欣賞他 / 她的想法或做法。	3	2	1
6. 我會幫助孩子完成重要的事情。	3	2	1
7. 聊到有趣的事情時，我們會開懷大笑。	3	2	1
8. 我表現出支持孩子和了解孩子的樣子。	3	2	1

我的表現	配分	數量 (自填)	總分
總是如此	3		
偶爾如此	2		
從未如此	1		

■自我評估一下

√ 如果您的分數是在綠燈 19-24 分，恭喜！您擁有健康親子關係。

√ 如果您的親子關係亮起了黃燈 13-18 分，您就要多加注意一下。

√ 如果親子關係亮起紅燈 8-12 分，表示如果您再不及時修補的話，就糟糕了！有關親子關係連結，請見第 32 頁。

愛是可以學習的

今天開始就是最好的時機，試著做一些調整吧！



六、採取行動七個技巧

了解問題、表明立場、持續關注



● 盡早與孩子交談

不要等到您強烈懷疑有問題時，才與您的孩子一起解決毒品問題。前頁有提到如何開始與孩子談使用毒品，相信對您有幫助。

● 對毒品有基本的認識

讓您的孩子從藥物濫用中康復時，您需要了解關於毒品、成癮和治療康復方案的相關知識和資源，來幫助孩子。

● 認識他的朋友

孩子隨著年齡的增長，同齡群體在生活中扮演著越來越重要的角色。您要確保他的朋友是沒有涉及毒品，而且是發揮積極的影響。

● 自身建立良好榜樣

作為成年人的您，很容易說出：「嗯，我喝醉和吸菸是合法的」，但您應該做更好的榜樣。研究指出，青少年傾向於模仿父母的行為。

● 協助了解同儕壓力

提醒您，教導您的孩子識別同儕壓力以及如何應對。應先聽孩子說他的同儕壓力，而且不要打斷他的談話。對青少年而言，要拒絕同儕是件困難的事，您需讓他知道他並不孤單，而且可以幫助他們為自己人生奮鬥，不被損友左右。

● 表明反對使用毒品的態度

研究指出家長讓孩子知道自己對使用毒品的反對態度比起表示中立的態度，孩子有較少的使用毒品行為。

● 隨時留意孩子

關注您的孩子，要知道他們去哪裡。在不侵犯他們隱私或背叛他們信任的情況下，隨時密切關注他們。（ 不要讓他們有被監視的壓力，這並不容易，家長的態度要盡量溫和 ）如果您覺得您的孩子在遮遮掩掩，那可能就有問題了。

相處祕訣	試著這樣做
聆聽，但不要刺探 表達「理解」孩子的處境感受	如果孩子們能沒有壓力的分享信息，他們就更有可能對家長敞開心扉。
同理孩子的感受 但不要說：「那沒關係」	透過回應向孩子們展示您的理解和同情：「這真的不容易。」、「孩子，你應該很難過。」
表現出信任	向孩子請教一些事情，讓他知道您對他信任也會增強孩子的信心。例如：手機如何操作。
不要成為獨裁者 / 暴君	您仍是可以設規則，但要準備好解釋原委，解釋會讓規則看起來更合理。
讚美，表揚 並有具體事件	孩子小時候，您經常讚揚他們。(例如：寶貝，你今天比較早起喔 ~)。青少年同樣需要自尊提升，孩子可能表現很酷，好像不關心家長的想法，事實上他們也希望得到您的認可。
一起做些事 但不聊敏感話題	如果您能花時間做您們都喜歡的事情，無論是烹飪、騎單車還是去看電影，不談論任何私人話題，創造單純的美好時光。
一起用餐 家庭晚餐	一家人坐下來一起吃飯是一種維持親密關係的好方法。每位家人都可隨意談論體育、電影、食物。規則：不允許使用手機。
細心觀察	注意孩子是否不再想做曾經讓他快樂的事情，或者您是否注意到孩子孤立自己。向他詢問並給予支持 (記得不要批評)

絕不說：「你再這樣下去，我們就不理你了！」
讓孩子感受到：
「我們對你的愛是不會改變的！」、
「你不孤單，我們都在！」



七、建立原則：幫助孩子說「NO」！



建立「界線」的重要性

保護康復中的孩子免受來自外部的危險。

對於毒品使用的孩子來說，重要的是透過家人中比較跟孩子談得來的成人，當作支持者，與孩子共同建立一個保護「圍欄」。

尤其受到外部「毒品使用」有關的人事物的破壞時，讓孩子可以願意找人支持，在他們周圍建立一個無形的圍場，這樣當遇到一個引誘他們的人、地方或事物時，他們能夠保持意志力，免受誘惑干擾，待在可信任的家人與自己建立的安全網中。

1. 引發「毒品反覆使用」有關的人事物

可以說是誘發孩子復發的人、事、物、情緒等。觸發因素通常是某種內部或外部刺激，導致孩子再次渴望使用毒品。

(1) 內在刺激

- 無聊
- 當感到憤怒、抑鬱、焦慮、壓力或恐懼
- 當感覺不安全，感覺被誤解
- 當想起創傷被欺負的事

(2) 外在刺激

- 特定地點 (商店、街道、某人的家、公園)
- 遇到曾經一起使用毒品的朋友

2. 惡化「毒品使用」的情況

會使反覆使用毒品惡化，尤其孩子表現出壓力、焦慮、憂鬱時。而孩子又持續不良習慣時，就很容易再使用毒品。

- 過度憤怒的反應
- 使用暴力行為
- 為錯誤行為找藉口
- 自殘
- 濫用其他有害成癮物質
- 暴飲暴食或飲酒
- 以說謊、否認方式回應

以上種種會強化使用毒品再次復發有關，家人要特別注意。

3. 健康的應對方法

當「誘發」毒品使用的人事物出現，有產生任何心理壓力時，尋找家庭或家族中的支持者，並以下列方式，較不會使用傷害自己的應對方式，且可以提升個人意志力與情緒調適能力。

- 喝水或茶以放鬆心情
- 運動或是適當的休息
- 主動尋求協助或諮詢
- 與積極正向的人共度時光



八、共創未來：從養成新習慣開始

改變從來都不是一件容易的事！每個人都有習慣，既有積極的也有消極的。用“好”習慣代替“壞”習慣，不會在一夜之間發生。幫助孩子打破習慣需要建立新的行為模式。

要實現不使用毒品的生活方式，需要改變許多根深蒂固的習慣。

可以從以下三個關鍵開始：

設定人生目標 → 培養正向的心態 → 創造活力的生活

1 幫助孩子擺脫壞習慣 - 克服毒品危害的三個關鍵

【目標】

找到人生目標並定義對自己的意義，過著有目標的生活，深入挖掘重視的原因，並每天朝著這個目標前進的角色。

【心態】

培養正確的心態來掙脫並掌控自己的生活和未來，學習告訴自己改變是可以發生的、人生有願景的重要性，正向心態是努力的第一件事。

【活力】

可以從以下的幾個方法，從苦惱中 " 獲得 " 活力，這樣孩子才可以一點一滴每天朝著自己的目標前進。

2 改變生活的具體行動

學習感恩

請孩子寫下感恩的事情清單，並與其他正在康復的朋友或是家人分享。即使在糟糕的日子裡，他也為自己的存在、活著和清醒而心存感激。



為行為負責

我和孩子一樣是不完美的人。犯錯、學習、改變和成長。讓孩子明白什麼是能控制的、什麼是不能控制的，知道為自己的行為負責是成功的一半。

照顧自己

讓孩子自我照顧，包括可為與不可為的原則、充足的睡眠、好好吃飯、嘗試運動、每晚閱讀閒書一章，負責每週準備一餐都可以，認識和了解自己的感受 。



- 孩子學習從處理壓力到重獲自尊心，並學習辨認與哪些人相處對他更好。
- 幫助孩子努力保持清醒，活在當下，他就有機會打破舊習慣模式。
- 用「好」習慣代替「壞」習慣不會在一夜之間發生，持續建立「健康和幸福」的生活模式。





我們求也求過、罵也罵過，
還能怎麼做， 孩子才會聽話，
不要去碰毒呢？
有誰可以幫幫我們？

家庭是孩子最重要的守護的堡壘。
還有教育、衛生、醫療、警政、社政、
勞政與司法等單位。提供多元的資源
與支持，一起協助家長引領孩子
「遠離毒品、贏回人生！」



教育單位

學生校外生活輔導會
學生輔導諮商中心
學校春暉小組
- 個案輔導
- 高關懷活動
- 春暉輔導課程
- 生涯探索

衛生醫療單位

毒品危害防制中心
- 諮詢服務
- 輔導追蹤
- 資源連結與轉介

醫療機構
- 門診及住院治療
- 藥癮衛教及諮詢
- 心理社會復健

心理衛生中心
- 心理諮商

警政單位

少年警察隊
少年輔導委員會
- 預防宣導
- 轉介服務
- 個案輔導及諮詢

社政單位

地方政府社會局 (處)
- 家庭與親職教育
- 社福資源提供
- 「社會安全網 - 關懷 e 起來」平台

勞政單位

全國就業服務專線
- 技職訓練
- 體驗活動支援
- 就業諮詢與媒合

司法單位

法官、少年調查官及少年保護官
- 施用毒品處遇協助



當孩子有接觸、使用毒品時，家長如何運用資源？



孩子是在學學生

家長可尋求學校教官、輔導老師等人員的協助

孩子是非在學學生

家長可以尋求少輔會、社政社工師、毒防中心個案管理師、法院少年保護官等人員的協助

依據孩子好奇誤用、經常使用、成癮依賴等使用毒品的不同階段，與協助人員共同評估孩子的問題與需求。

協助人員可轉介提供孩子在課業學習、心理輔導、生涯試探、醫療戒治等適性、專業的資源與支持。

【愛的叮嚀】
一起守護、陪伴與協助孩子回歸正常、健康的生活



教育部「如何守護孩子」動畫
QR code

一、學校春暉小組

當孩子尿液篩檢確認為陽性時，學校會組成春暉小組，對孩子實施輔導與戒治 (詳見 45 頁)，幫助孩子遠離毒品。如果經過二期 (共 6 個月) 的輔導後，尿液篩檢仍為陽性，就會轉介至衛福部指定之醫療機構評估治療需求，及函請警察機關依法辦理。

■ 學校春暉小組的協助資源

●**個案輔導：**評估學生成癮情形 (詳見 47 頁) 提供相關輔導，接受春暉輔導課程，鼓勵參與校外生活輔導會 (請見 64 頁) 辦理的高關懷以及生涯探索活動，協助行為改變與解決問題。

●**尿液篩檢：**每週、連續假日後或隨機對學生實施尿液篩檢。

●**告知法律責任：**對家長與學生說明各級毒品吸食、持有、販賣等相關法律責任。

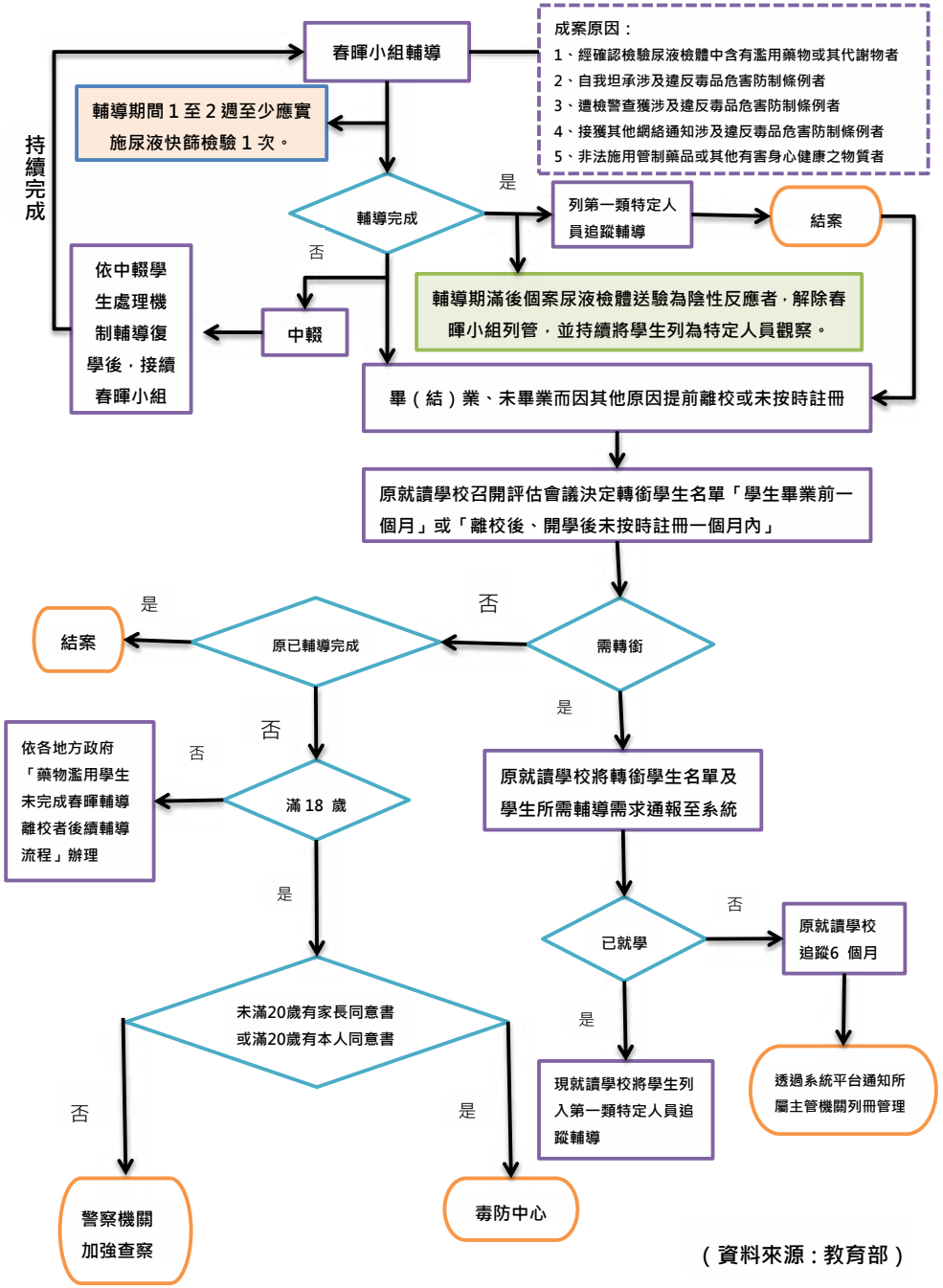
●**轉介服務：**必要時轉介學生至輔諮中心、心理衛生中心、醫療機構，由心理師、社工師、精神科醫師等提供相關協助。

■ 學校平時會對我的孩子進行尿液篩檢嗎？

為維護學生身心健康，防制毒品進入校園，即時發現藥物濫用，學校依規定應對於特定學生進行尿液篩檢。



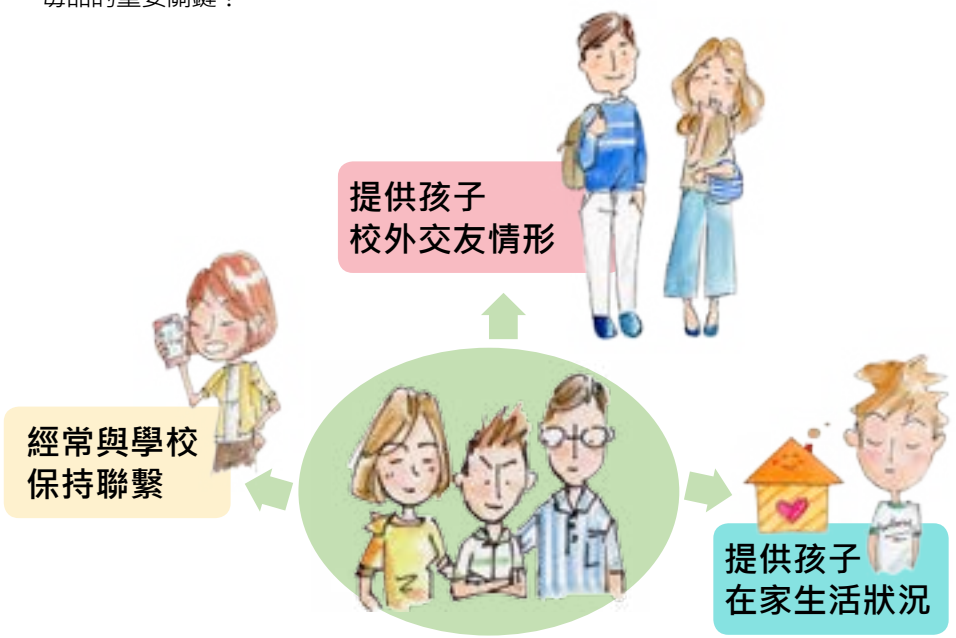
各級學校學生涉及毒品危害防制條例案件輔導處遇流程



（資料來源：教育部）

■ 學校邀請家長參加春暉小組，有需要去嗎？

學校春暉小組是由學務 (訓導) 主任、生教 (輔) 組長、輔導教官、導師所組成的團隊，每兩個禮拜會開一次會，並邀請家長參與，需要您提供孩子在家生活狀況、校外交友情形，參與春暉小組以及經常與學校保持聯繫，是協助孩子遠離毒品的重要關鍵！



家長參與春暉小組

■ 如何知道孩子毒品成癮的風險？

可根據「藥物濫用篩選量表」20 個問題，
引導、詢問而了解孩子最近 1 年使用毒品成癮情形，以及後續處理的建議。
計分：每題答〝是〞就得 1 分 (但第 4、5 題答〝否〞則得 1 分) 。

✍ **總分 0-2 分為「低度風險」：**
注意孩子狀況，如有疑慮建議詢問醫師。

✍ **總分 3-5 分為「中度風險」：**
孩子極可能有成癮症狀，須至醫療院所進一步檢查

✍ **總分 6 分 (含) 以上為「高度風險」：**
孩子已經有成癮症狀，立即至醫療院所治療。

藥物濫用篩選量表 (The Drug Abuse Screening Test, DAST-20)
—自我評估藥物濫用成癮風險程度
問題中「藥物」是指愷他命、搖頭丸、安非他命等非法藥物 (俗稱毒品)

1. 你是否使用非醫療 (治療) 原因的藥物？	□是□否	11. 你是否因使用藥物而忽略家人或曠課？	□是□否
2. 你是否不當使用處方藥物 (如經醫師處方才能使用的藥物) ？	□是□否	12. 你是否因使用藥物導致工作上出問題？	□是□否
3. 你是否同一時間不當使用多種藥物？	□是□否	13. 你是否因使用藥物而失去工作 (或工讀機會) ？	□是□否
4. 你能否在一周內完全不使用藥物？	□是□否	14. 你是否因藥物作用的影響而引起爭鬥 (如吵架、打架等) ？	□是□否
5. 只要你想要，你能夠一直不使用藥物？	□是□否	15. 你是否為了獲得藥物而涉入違法的行動？	□是□否
6. 你是否有因使用藥物而心情低落或重新振奮的經驗？	□是□否	16. 你是否因持有非法藥物而被逮捕？	□是□否
7. 你是否對自己藥物使用有不好的感受？	□是□否	17. 你是否曾有經歷過用藥過量而出現症狀 (如隔天起床頭痛) ？	□是□否
8. 父母或家人是否曾經抱怨你不當使用藥物？	□是□否	18. 你是否因使用藥物而產生一些健康的問題 (如記憶力變差、頻尿) ？	□是□否
9. 你使用藥物是否造成你與親人間的問題？	□是□否	19. 你是否因藥物使用問題而去求助於人？	□是□否
10. 你是否因為使用藥物而失去朋友？	□是□否	20. 你是否因使用某種藥物而接受輔導 (或治療) ？	□是□否

(資料來源：郭鐘隆，2017)

守護行動家 - 攜手合作



●參與春暉小組

藉此與學校保持聯繫，了解孩子校內外和家庭生活情形。掌握孩子生活作息接送孩子上下學、注意出入場合時間及交友情形。

●關心、鼓勵孩子

假日多安排家庭活動，增進親子關係與互動；鼓勵孩子接觸健康正向活動，發展興趣及潛能。

●提高警覺隨時觀察

注意孩子行為徵兆，包含房間、背包、垃圾桶內物品、手機通聯訊息，不要遺漏或疏忽了可能使孩子接觸到毒品的徵象。

●注意孩子身心健康

如果孩子有疑似藥物，危害反應或異常的情形，應立即就醫檢查。

還有哪些資源可以幫助孩子找生涯探索、技職訓練呢？

協助國中畢業未升學未就業青少年進行生涯探索，並於釐清定向後，適性轉銜就學或就業

教育部青年發展署
青少年生涯探索號計畫

◆**勞動部全國就業服務專線**◆
0800-777-888

全國就業e網　RICH職場體驗網

【案例討論】

17 歲的小佩（化名）日前因使用有害身心健康物質「笑氣」成為學校春暉輔導的學生。最近家長發現小佩的情緒極度不穩定，容易焦慮，而且思考反應變得遲鈍。

這天小佩起床後，突然覺得手腳無力、麻木，而且四肢無法動彈，嚇得家人趕緊立刻帶她到醫院急診檢查與治療。

大概 1 個月之後，小佩的四肢力量才慢慢恢復了。醫師告訴家長，小佩的狀況很有可能是笑氣引起的神經病變，幸好及早就醫、給予適當的治療，否則有可能會無法恢復。



【笑氣資訊站】

◆「笑氣」雖然不是「毒品」，不當濫用仍會造成身心健康危害。
◆環保署已經公告「笑氣」為第一個加強管理的列管關注化學物質，將跨部會聯手管制，禁止於網購平臺交易。
◆學校如果發現學生有吸食笑氣情形，會依據「施用其他有害身心物質」的成案原因，納入春暉小組輔導。

若您有任何關於孩子使用笑氣的問題，請洽詢教育部各縣市學生校外生活輔導會；聯絡電話→請見第 64 頁。

二、毒品危害防制中心

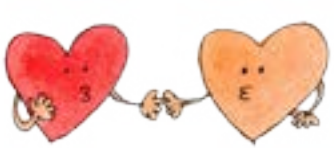
●接獲孩子使用毒品的事件，毒防中心（請見 65 頁）個案管理師會支持與協助家長，處理相關問題，讓孩子有重新開始機會。

毒品危害防制中心的協助資源

★ **諮詢服務、輔導追蹤：**透過電話、面談、家訪提供各項諮詢與活動訊息，持續聯繫及關懷孩子與家長。

★ **孩子與家長輔導：**提供孩子心理、生活輔導，舉辦家長成長支持團體活動。

★ **轉介服務：**轉介醫療、社福機構或中途之家等相關單位。



守護行動家 - 攜手合作

√ **主動求助：**有疑問可撥打免費諮詢專線，尋求專業諮詢與協助。（詳見：第 63 頁）

√ **參加家長課程團體：**讓自己有足夠的知能去探討孩子使用毒品原因，並尋求適當解決辦法。

√ **尋求醫療服務：**孩子如果已經成癮了，請以正面態度面對，並鼓勵孩子接受藥癮醫療。

三、醫療機構

●使用毒品不是單純藥物問題，在接受成癮醫療時，需先診斷孩子身心狀況以及家庭問題等，評估孩子使用藥物及其成癮情形，目的是瞭解問題才能對症下藥。



醫療機構的協助資源

★ 定期門診治療：經醫師評估診斷後，安排藥物治療、心理治療、家族治療，及尿液毒物篩檢等處置。

★ 住院治療：對嚴重成癮個案，藉由全日住院治療緩解其急性戒斷症狀，及治療伴隨或引發之相關精神或生理疾病。

★ 藥癮衛教及諮詢服務：提供病人與家屬成癮疾患及其治療等相關衛教知識，增強改變動機。

★多元的毒癮戒治服務：例如整合性藥癮醫療示範中心、治療性社區計畫等，還能提供適性就學、補助考照、協助復歸等更完善的資源與協助。

守護行動家 - 攜手合作

√ **配合相關治療計畫、遵照醫囑**

√ **尋求適當的醫療：**可至衛生福利部指定辦理藥癮治療業務之醫療機構掛身心科、成癮治療科、精神科、心智科等就診。



√ **善用藥癮醫療補助資源：**

衛生福利部補助藥癮治療費用，可洽各縣市毒防中心或衛生福利部指定藥癮戒治機構。

指定藥癮戒治機構

四、警察局、少年警察隊



●警方查獲未成年的孩子使用愷他命等三、四級毒品案件，會依法以「曝險少年」移送少年法庭處理，後續並由少年警察隊（請見 66 頁）輔導與協助。

警察局、少年警察隊的協助資源

★ **法律諮詢：**提供毒品或其他偏差行為相關法律諮詢。

★ **轉介服務：**幫忙家長轉介少輔會或是尋求醫療協助，且與學校保持密切聯繫。

守護行動家 - 攜手合作

√ **主動告誡：**與孩子說明毒品相關的法律規範。

√ **警覺求助：**家長時時警覺孩子的異常行為，若懷疑孩子使用毒品，可蒐集毒品殘渣、夾鏈袋等證物，主動與警方聯繫。

√ **勇於自首：**孩子使用毒品，家長應陪同至警局進行筆錄，放心！如果自首，是不會留下案底的！（請見 44 頁）



【叮嚀】

依據少事法修正，112 年 7 月 1 日起少年警察隊負責有關青少年藥物濫用防制工作，將更動由少年輔導委員會承接辦理。

何謂曝險少年？

是指十二歲以上十八歲未滿之少年，有經常攜帶危險器械、施用三、四級毒品、預備犯罪或犯罪未遂等情形，而認有保障其健全自我成長之必要者。（少年事件處理法第三條第一項第二款）

五、少年輔導委員會



●少年輔導委員會主要負責社區中個案輔導、教育宣導、社區工作、資源轉介，社工師協助孩子導正生活或方向，建立正確的價值觀，提供家長法律或生活的諮詢。

少年輔導委員會的協助資源

★ 法律諮詢：個案輔導級諮詢，以晤談、電訪、信件輔導孩子，協助親子間的溝通。

★ 預防宣導：進行毒品防制法令宣導及社區親職教育講座。

★ 轉介服務：提供相關資源單位資訊，例如醫療、安置、戒治服務等。

守護行動家 - 攜手合作

√ **回到正常生活：**要求孩子應就學或就業，提醒有些朋友不來往，有些場所不出入，幫助孩子回復正常生活。

√ **讓孩子承擔責任：**家長不要過度保護，要讓孩子學習自己去承擔責任、建立現實感。

√ **適度期待與調適心態：**孩子可能需要經過一段混亂期，改變與否，家長得失心要自我調適。

六、社會局（處）

●使用三、四級毒品的在學兒少，由學校納入春暉輔導外，社會局社工會針對未在學的兒少將提供個案輔導，與家長支持協助。

各地方政府社會局（處）的協助資源

★ **個案輔導**：透過家訪、電訪持續關懷孩子及家長，了解孩子的需求，進而輔導及協助提供資源。

★ **親職教育**：提供兒少藥物濫用相關法令、知識、與孩子溝通技巧等親職課程，提升家長教養效能及陪伴孩子遠離毒品、拒毒之知能。

★ **戒癮轉介**：如果孩子已經成癮或有需求，將協助轉介戒癮醫療資源，藉由專業醫師幫助孩子戒癮。

★ **資源提供**：提供就學、就業、技訓、社會福利等資源連結，不只幫助孩子走出毒品危害，更預防再次誤入毒網。

守護行動家 - 攜手合作



√ **信任與配合**：社工們的家訪、電訪及處遇計畫。

√ **積極參與**：加入親職教育課程或團體。

√ **攜手陪伴**：與社工一起瞭解、支持、幫助孩子。

√ **建立現實感**：願意承擔教養責任。

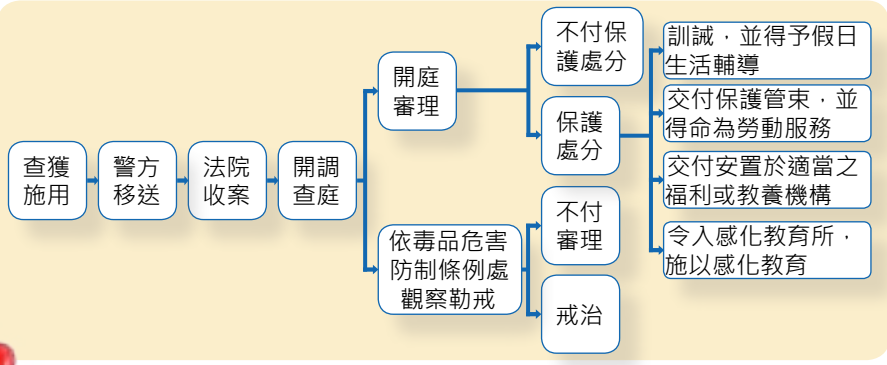


☆社會安全網 - 關懷 E 起來☆

提供線上保護性案件通報及福利服務案件轉介功能。

七、司法單位

12 至 18 歲施用第一、二級毒品處遇流程

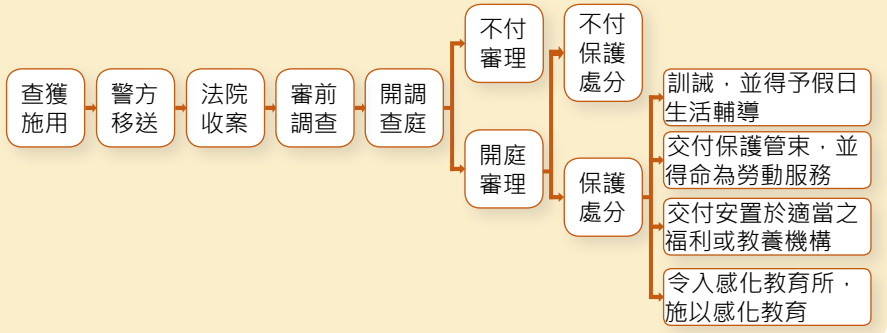




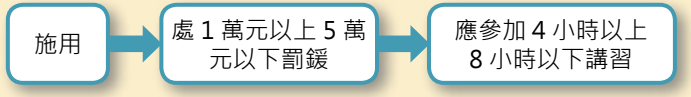
【給家長的叮嚀】

可建議法院依據毒品危害防制條例第 24 條規定，以少年事件處理法程序開庭審理，幫孩子爭取「保護處分」留在社區接受輔導。

12 至 18 歲施用第三、四級毒品處遇流程



18 歲以上施用第三、四級毒品處遇流程



司法單位使用的資源

★**觀察勒戒及戒治：**如果是因施用第一、二級毒品，初次進入少年法院，法官得依個案情狀判斷，依毒品危害防制條例第 24 條規定，以少年事件處理法程序審理、裁定保護處分，或者依毒品危害防制條例第 20 條規定，令入勒戒處所觀察勒戒。

★**戒治所強制勒戒：**經過觀察勒戒，評估認有繼續施用毒品傾向，令入戒治處所強制戒治，並委請專業單位辦理戒癮團體輔導課程。

★**轉介服務：**法院執行保護處分時，視個案需求轉介至：

- 醫療單位進行評估與治療，或其他安置機構、中途之家、民間團體進行戒癮輔導。
- 勞動部勞動力發展署各分署或各地勞工局職業訓練課程，學習專業技術，取得技術士證照，並輔導就業。

★**提供資源訊息：**連結各縣市衛生局、社會局 (處)、毒品防制中心資源，提供藥癮者家屬支持團體活動訊息。



守護行動家 - 攜手合作

√ **主動告誡：**信任與配合法官、少年調查官及少年保護官 (原觀護人)。

√ **維持聯繫：**隨時請教司法問題，以及告知孩子可能使用毒品的異常舉止。



如果有法律上的問題，我要如何得到諮詢？
家長可以諮詢法律扶助基金會
全國服務專線：02-6632-8282
法律諮詢預約專線：02-3322-6666

法扶基金會 QR code



一、毒品法律刑責知多少？



- 使用毒品被抓到了，法律制裁嚴重嗎？
- 單純攜帶毒品出門，應該沒關係吧？
- 免費讓別人使用毒品，會受到處罰嗎？



毒品是萬惡之淵，為維護國民身心健康，政府制定《毒品危害防制條例》，**禁止持有、施用、轉讓、販賣、製造、運輸、引誘、欺瞞或強迫他人施用毒品等行為**。處罰標準因毒品等級而異，販賣、運輸、引誘或欺瞞他人使用毒品之刑責，比施用及持有毒品重。



毒品法律刑責，知多少？

- 製造、運輸、販賣
- 意圖販賣而持有
- 強暴脅迫、欺瞞或非法方法使人施用
- 引誘他人施用
- 轉讓
- 施用
- 持有

（法務部 反毒大本營法律刑責）



若是成年人勸說
誘惑未成年人
施用毒品
將加重刑責
二分之一

毒品法律刑責要知曉

依據我國《毒品危害防制條例》，使用毒品是違法犯罪的，根據毒品分級與其製造、運輸、販賣、轉讓、施用、持有的行為，罰則有所不同，以下表格說明常見毒品以及相關罰則。

分級	第一級毒品	第二級毒品	第三級毒品	第四級毒品
常見濫用藥物	● 海洛因 ● 嗎啡 ● 鴉片 ● 古柯鹼	● 安非他命 ● 搖頭丸 ● 大麻 ● 搖腳丸 ● 西洛西賓 ● 浴鹽	● FM2 ● 愷他命 ● 一粒眠 ● 喵喵	● 蝴蝶 ● 煩寧 ● Lorazepam ● 火狐狸 ● 特拉嗎竇 ● 佐沛眠
製造 運輸 販賣	死刑或 無期徒刑 新臺幣三千萬元以下罰金	無期徒刑或 十年以上有期徒刑 新臺幣一千五百萬元以下罰金	七年以上 有期徒刑 新臺幣一千萬元以下罰金	五年以上十二 年 以下有期徒刑 新臺幣五百萬元以下罰金
轉讓	一年以上七年以下 有期徒刑 新臺幣一百萬元以下罰金	六月以上五年 以下有期徒刑 新臺幣七十萬元以下罰金	三年以下 有期徒刑 新臺幣三十萬元以下罰金	一年以下 有期徒刑 新臺幣十萬元以下罰金
施用	六月以上五年 以下有期徒刑	三年以下 有期徒刑	新臺幣一萬元以上五萬元以下罰鍰 接受四小時以上八小時以下 之毒品危害講習	
持有	三年以下有期徒刑、拘役或 新臺幣三十萬元以下罰金	二年以下有期徒刑、拘役或 新臺幣二十萬元以下罰金	新臺幣一萬元以上五萬元以下罰鍰 接受四小時以上八小時以下 之毒品危害講習	
	純質淨重十公克以上者，一年以上七年以下有期徒刑 新臺幣一百萬元以下罰金	純質淨重二十公克以上者，六月以上五年以下有期徒刑 新臺幣七十萬元以下罰金	五公克以上者， 二年以下有期徒刑 得併科新臺幣二十萬元以下罰金	五公克以上者， 一年以下有期徒刑 得併科新臺幣十萬元以下罰金

二、未成年孩子使用毒品的刑責

● 如果未成年的孩子使用毒咖啡包被查獲，相關的毒品法律刑責是如何呢？

● 毒咖啡包可能混合不同分級的毒品，針對 12-18 歲的未成年「施用、持有、轉讓」時，該怎麼罰呢？

搖頭丸（二級毒品）
愷他命（三級毒品）
喵喵（三級毒品）

毒品分級	行為樣態		
	施用毒品	持有毒品（非販賣意圖）	轉讓毒品
一級、二級毒品	1. 保護處分，並得於之前或同時諭知令其入相當處所實施禁戒。 2. 觀察勒戒，如有繼續施用毒品傾向，再送強制戒治。	保護處分	保護處分
三級、四級毒品	保護處分	1 萬元以上 5 萬元以下罰鍰，並應限期令其接受 4 小時以上 8 小時以下之毒品危害講習	保護處分

【未成年人涉及販售毒品的刑責】
依據刑法 18 條、63 條，將可減輕期刑。

■**少年事件處理法** 為保障少年健全成長，調整成長環境，並矯治其性格，若查獲施用第三、四級毒品時，依據毒品危害防制條例規定，應依《少年事件處理法》，給予適當的保護處分。



【保護處分】依據《少年事件處理法》第 42 條
少年法院審理事件，應對少年以裁定諭知下列之保護處分
一、訓誡，並得予以假日生活輔導。
二、交付保護管束並得命為勞動服務。
三、交付安置於適當之福利或教養機構輔導。
四、令入感化教育處所施以感化教育。

三、父母制止孩子施用毒品的相關法令

● **如果父母未制止未成年孩子施用毒品，會有法律責任嗎？**



→綜整《兒童及少年福利與權益保障法》第 43.70. 91.102 條相關規定：
- 父母、監護人或其他實際照顧兒童及少年之人，應禁止兒童及少年施用毒品、非法施用管制藥品或其他有害身心健康之物質。
- 違反上述且情節嚴重者，處新臺幣一萬元以上五萬元以下罰鍰，且須接受四小時以上五十小時以下之親職教育輔導。
- 必要時，主管機關將派專業人員進行訪視、調查及處遇。

→依據《少年事件處理法》第 84 條
- 父母因忽視教養，致少年有觸犯刑罰法律之行為，而受保護處分或刑之宣告，或致保護處分執行難收效果，少年法院得裁定命其接受 8-50 小時親職教育輔導。
- 拒不接受前項親職教育輔導或時數不足者，得裁定處新臺幣 6 千元以上 3 萬元以下罰鍰；經再通知仍不接受者，得按次連續處罰，至其接受為止。

● **當孩子吸食毒品但未被發覺查獲，家長主動告知，請求醫療機構治療或是求助毒防中心等，孩子會被通報警方嗎？**

父母應及時的伸出援手，別讓自己的小孩人生掉入毒品深淵



不會通報警方的。**依據《毒品危害防制條例》第 21 條**：吸食毒品的行為被發覺前，自動向衛生福利部指定的醫療機構請求治療，可獲得寬免，醫療機構免將請求治療者送法院或檢察機關法辦。

未滿 18 歲青少年使用毒品，若主動告訴警察或送至司法、戒治機構，少年法院（庭）可提供法律上的協助，少年犯前科紀錄會塗銷，但仍需面對司法的處置。







諮詢管道 GO

■諮詢專線、求助 e 點通 「別讓毒品囚禁您和孩子的人生」

毒品危害防制中心諮詢專線

0800-770-885（請請你幫幫我）

由衛生福利部設置，各地方毒防中心接聽及提供諮詢服務，搭起毒品使用者、家屬等人與相關服務資源之間順暢的溝通橋梁。

周一至周日 24 小時免費服務專線

■求助e點通

QR code



當您和孩子需要遠離毒品方面的幫助，請留下您的問題，由各地方毒防中心指定專人按時檢閱，適時回覆與服務。您的基本資料及聯絡方式，本網站絕對保密，請放心留言。

礙於經濟問題，害怕無法負擔孩子藥癮醫療的費用，該怎麼辦？



便捷、迅速的諮詢管道

一、教育部各縣市學生校外生活輔導會

縣市別	地址	服務專線
宜蘭縣校外會	宜蘭縣宜蘭市泰山路 181 號	03-9351885
基隆市校外會	基隆市七堵區東新街 24 號	02-24568585
基隆市校外會	臺北市信義區市府路 1 號 8F(教育局內)	02-27256444
新北市校外會	新北市板橋區中山路一段 161 號 21 樓	02-29603456
桃園市校外會	桃園市桃園區縣府路 1 號 14 樓	03-3379530
新竹縣校外會	新竹縣竹東鎮大林路 2 之 1 號	03-5969885
新竹市校外會	新竹市博愛街 5 巷 120 號	03-5728585
苗栗縣校外會	苗栗縣苗栗市電台街 7 之 1 號	037-335885
臺中市聯絡處	臺中市豐原區陽明街 36 號 4 樓	04-25298585
南投縣校外會	南投縣南投市南崗二路 6 號	049-2230885
彰化縣校外會	彰化縣彰化市南郭路一段 372 巷 63 號	04-7278585
雲林縣校外會	雲林縣斗六市內環路 437 號	05-5343885
嘉義縣校外會	嘉義縣朴子市文明路 3 之 5 號	05-3704885
嘉義市校外會	嘉義市啟明路 132 號	05-2752525
臺南市第一校外會	臺南市福吉一街 18 巷 27 號	06-2288585
臺南市第二校外會	臺南市麻豆區南勢里 1 之 36 號	06-5712885
高雄市聯絡處	高雄市鳳山區澄清路 176 號	07-7400677
高雄市校外會	高雄市鳳山區光復路二段 132 號 3 樓	07-7406610
屏東縣校外會	屏東縣屏東市建國路 25 號 -1	08-7538585
臺東縣校外會	臺東縣台東市中山路 128 號	089-343885
花蓮縣校外會	花蓮縣花蓮市建國路 159 號	03-8341685
澎湖縣校外會	澎湖縣馬公市中華路 369 之 1 號	06-9264885
金門縣校外會	金門縣金湖鎮高職農場路 1 號	082-337458

(資料來源 : 教育部)

各縣市校外會地圖查詢
教育部國民及學前教育署
「校外會查詢」QR Code



二、各縣市政府毒品危害防制中心

縣市別	地址	服務專線
宜蘭縣政府毒品危害防制中心	宜蘭縣宜蘭市女中路 2 段 287 號 4 樓	03-9313995
基隆市政府毒品危害防制中心	基隆市七堵區明德一路 169 號	02-24565988
臺北市政府毒品危害防制中心	臺北市昆明街 100 號 4 樓	02-23754068
新北市政府毒品危害防制中心	新北市板橋區英士路 192-1 號	02-22570380
桃園市政府毒品危害防制中心	桃園市桃園區縣府路 55 號	03-3341066
新竹市政府毒品危害防制中心	新竹市中央路 241 號 10 樓	03-5355361
新竹縣政府毒品危害防制中心	新竹縣竹北市光明七街 1 號	03-5536336
苗栗縣政府毒品危害防制中心	苗栗縣後龍鎮大庄里 21 鄰光華路 373 號	037-558220
臺中市政府毒品危害防制中心	臺中市豐原區中興路 136 號	04-25290505
南投縣政府毒品危害防制中心	南投縣南投市復興路 6 號	049-2230518
彰化縣政府毒品危害防制中心	彰化縣彰化市中山路 2 段 162 號	04-7116710
雲林縣政府毒品危害防制中心	雲林縣斗六市府文路 34 號	05-5376703
嘉義市政府毒品危害防制中心	嘉義市德明路 1 號	05-2810995
嘉義縣政府毒品危害防制中心	嘉義縣太保市祥和二路東段 3 號	05-3625680
臺南市政府毒品危害防制中心	林森辦公室 - 臺南市東區林森路 1 段 418 號 東興辦公室 - 臺南市新營區東興路 163 號	06-2909595 06-6372250
高雄市毒品防制局	高雄市前金區成功一路 420 號 4 樓	07-2111311
屏東縣政府毒品危害防制中心	屏東縣屏東市自由路 272 號	08-7351595
臺東縣政府毒品危害防制中心	臺東縣臺東市博愛路 336 號	089-325995
花蓮縣政府毒品危害防制中心	花蓮縣花蓮市林森路 391 號	03-8311486
澎湖縣政府毒品危害防制中心	澎湖縣馬公市中正路 115 號 2 樓	06-9261025
金門縣政府毒品危害防制中心	金門縣金湖鎮新市里復興路 1-12 號	082-337555
連江縣政府毒品危害防制中心	連江縣南竿鄉復興村 216 號	083-622095

【聯繫多、好便利】 除了透過 0800-770-885 諮詢專線外， 亦可在上班時間撥打各縣市毒品危害防制中心服務專線，進行諮詢。



各地方毒防中心信箱網站、地圖查詢
(法務部 反毒大本營)

「毒防中心查詢」QR code

三、各縣市少年警察隊

縣市別	地址	服務專線
宜蘭縣警察局少年隊	宜蘭縣宜蘭市中山路 2 段 167 號	03-9330202 03-9359560
基隆市警察局少年隊	基隆市信義區信一路 103 號 1 樓	02-24211730
臺北市警察局少年隊	臺北市信義區信義路 5 段 180 號	02-23467585
新北市警察局少年隊	新北市土城區和平路 22 號 5 樓	02-22665750
桃園市警察局少年隊	桃園市桃園區縣府路 51 號 7 樓	03-3472001
新竹縣警察局少年隊	新竹縣竹北市光明六路 12 號	03-5535564
新竹市警察局少年隊	新竹市中山路 1 號	03-5247640
苗栗縣警察局少年隊	苗栗縣苗栗市建功里府前路 2 號	03-7369757
臺中市警察局少年隊	臺中市西屯區文心路二段 588 號	04-22583092
南投縣警察局少年隊	南投市南崗二路 133 號	049-2200943
彰化縣警察局少年隊	彰化縣彰化市中正路二段 778 號	04-7625999 04-7516243
雲林縣警察局少年隊	雲林縣斗六市大學路三段 100 號	05-5371727
嘉義市警察局少年隊	嘉義市中山路 195 號	05-2220861
嘉義縣警察局少年隊	嘉義縣太保市祥和一路東段 3 號	05-3621598
臺南市警察局少年隊	臺南市新營區碑寮里埤寮 59-8 號	06-6370080
高雄市警察局少年隊	高雄市三民區覺民路 366 號 7 樓	07-3954648
屏東縣警察局少年隊	屏東市中正路 119 號	08-7329595
臺東縣警察局少年隊	臺東市中山路 268 號	089-356981
花蓮縣警察局少年隊	花蓮市府前路 226 號	03-8239853
澎湖縣警察局少年隊	澎湖縣馬公市治平路 36 號	06-9279530
金門縣警察局少年隊	金門縣金城鎮金山路 15 號	082-329559
連江縣刑事警察大隊	連江縣南竿鄉介壽村 260 號	08-3625859



●少年警察隊

執行少年犯罪偵防與少年輔導等工作包括青少年反毒預防。







家長、孩子攜手，遠離毒品

青少年階段的孩子，本來就容易衝動，加上開始思考未來的角色、面臨新的社會要求而感到困擾和混亂，因此急著想建立新的同儕認同及在別人眼中的形象，所以常會適應不良而有偏差行為、情緒失控、缺乏自信等行為；若再加上親子互動不良、家人情感疏離、學校功課表現不佳，一不留意，誤以為認同自己的同儕是好友，很容易誤交損友，因而接觸成癮性物質或毒品，無法自拔。

當孩子陷入使用毒品的困境時，家長要以無比的愛心與耐心，運用社會資源，陪孩子重建健康的生活連結，與孩子一同攜手共創未來。

愛的叮嚀

孩子的後盾是家庭，一旦孩子陷入困境，只要親子攜手努力，藥物濫用防範的挑戰或戒治路程雖然漫長，但絕對不是遙不可及。



家長行動檢核表

就像上面成功家長的故事一樣，孩子使用毒品雖然痛心，遠離毒品的路也不容易走，但只要努力，未來仍然充滿希望！

●以下是「我可以做的事」清單，請您依照實際狀況勾選。

我可以做的事	我做到了	我要繼續學習
學習照顧好自己	☐	☐
學習分辨、說出和用正向方法宣洩自己的負面心情	☐	☐
找個可信任的人或參加專業團體聊聊心情和事情	☐	☐
相信自己可以成功幫助孩子遠離毒品	☐	☐
聽從專業的建議	☐	☐
陪伴孩子一起面對協助毒癮處遇的過程	☐	☐
配合學校、法院、醫院、及民間協助毒癮處遇機構的規定與建議	☐	☐
配合專業的協助毒癮處遇和社會心理復健機構來幫助孩子遠離毒品	☐	☐
努力增進親子關係	☐	☐
了解使用毒品的孩子想要什麼	☐	☐
了解如何並能幫助孩子處理焦慮和憤怒的情緒	☐	☐
了解如何並能和使用毒品中的孩子增進親子關係	☐	☐
了解如何並能和使用毒品的孩子有效溝通	☐	☐
了解如何並能引導孩子拒絕使用毒品的朋友和環境	☐	☐
了解如何並能引導孩子對生活和未來有正向的規劃	☐	☐

◆上面的清單，您做得愈多，陪孩子遠離毒品的路就愈容易成功。

感謝：諮詢及審查專家群



（依姓氏筆畫排序）

才煒民 心理諮商師	王文惠 督導
何美慧 社工師	吳之凡 教官
吳豫州 督導	束連文 醫師
封崇勛 上校軍訓副督導	徐錦鋒 總會長
張淑慧 理事長	梁瑞珊 心理諮商師
章君萍 個案管理師	許日誠 調查保護官
陳孝盈 主任教官	陳彥君 主任
陳義峰 預防組長	廖信榮 老師
廖麗萍 督導	劉民和 牧師
謝欣穎 督導	覺志弘 主任教官

有愛無懼　翻轉人生



家長親職手冊

發 行 人：潘文忠
總 策 劃：吳林輝
總 編 輯：周麗端
主 編 輯：張鳳琴、黃淑滿、葉明芬、龍芝寧
執行編輯：曹翠英、黃蘭琇、鄭文瑤、陳宗志、林筱青、王雅萍、賴竑融
顧問編輯：王以凡、吳建昇、林郁智、唐先梅、許育華、郭鐘隆、陳甘華、
黃瑞雯、蘇郁智（依姓氏筆畫排序）
出版機關：教育部
主 編 者：教育部學生事務及特殊教育司
地 址：10050 臺北市中正區忠孝東路一段 172 號 4 樓
電 話：（02）7736-6666（代表號）
網 址：https://www.edu.tw/
出版年月：中華民國１１０年１１月
著作財產權人：教育部

本手冊歡迎使用，請洽教育部

有愛無懼 翻轉人生



教育部 發行

廣告