

研究計畫編號：DOH98-NNB-1019

科資中心編號：P G 9 8 0 1 -0065

行政院衛生署管制藥品管理局

九十八年度委託科技研究計畫

以生活技能為基礎融入藥物濫用衛教媒體之研發與
測試

研 究 報 告

執行機構：國立臺灣師範大學

計畫主持人：郭鐘隆

研究人員：黃久美、陳富莉、龍芝寧、張惠華、
張鈞惠、許敏秀

執行期間：自 98 年 01 月 01 日至 98 年 12 月 31 日止

本研究報告僅供參考，不代表本局意見

目 錄

| | 頁碼 |
|-------------------------------|-----|
| 目 錄 | I |
| 圖 次 | II |
| 表 次 | III |
| 中文摘要 | IV |
| Abstract..... | V |
| 壹、前言 | 6 |
| 貳、材料與方法 | 10 |
| 參、結果 | 21 |
| 肆、討論 | 29 |
| 伍、結論與建議 | 29 |
| 陸、參考文獻 | 35 |
| 柒、附錄 | 35 |
| 附件一：以生活技能融入藥物濫用防制課程之教學手冊及教學媒體 | |
| 附件二：媒體形成性評價-專家問題與討論 | |
| 附件三：空白問卷 | |

圖次

| | 頁碼 |
|-----------|------|
| 圖一：研究架構 | (10) |
| 圖二：教學單元 | (15) |
| 圖三：教學單元媒體 | (15) |
| 圖四：動畫範例 | (16) |
| 圖五：生活技能 | (18) |
| 圖六：研究設計圖 | (19) |

表 次

| | 頁 碼 |
|------------------------------|------|
| 表一 教學模組設計 | (13) |
| 表二 研究對象基本資料表 | (21) |
| 表三 青少年藥物濫用防制問卷-項目分析 | (25) |
| 表四 青少年藥物濫用防制問卷-試題分析 | (27) |
| 表五 青少年藥物濫用防制衛教媒體介入成效共變數分析摘要表 | (28) |

中文摘要

藥物濫用防制仍以傳統知識建構的方式來教導學生，缺少實際演練與生活情境實際連結，生活技能運用在促進健康行為之研究均發現有其成效，本研究以計畫行為理論以及生活技能為理論基礎，進行藥物濫用防制衛教媒體研究以及成效評估工具的發展，目的在於瞭解影響青少年學生藥物濫用的影響因素及現況，研發以生活技能為基礎融入的課程與教材，進行介入實驗及成效評估。

本研究對象立意選取自台北縣某兩所國中，選取四個班為實驗組(共 135 人)，並另擇四個班為校內控制組(共 134 人)，以及配對社經地位相似的學校選取四個班為校外控制組(共 144 人)。實驗組接受藥物濫用衛教媒體介入 8 週的課程，並進行介入前後之問卷施測。控制組則未給予介入。成效評估指標包含藥物濫用防制之知識、生活技能、態度、主觀規範、知覺行為控制以及行為意圖等。

研究結果發現，介入後實驗組在藥物濫用防制之知識、生活技能、態度、主觀規範、知覺行為控制以及行為意圖等六方面皆在控制前測得分後，後測分數顯著大於控制組，表示此六方面皆可藉由本衛教媒體的介入而得顯著提升的效果。將來可以依據此模式推廣及評量藥物濫用防制計畫。

關鍵字：藥物濫用防制、生活技能、計畫行為理論

Abstract

Didactic teaching strategy was still one of the most frequently used way for preventive education of drug abuse. Few chances were provided for students to skill practice and contents designed were lack of connection to real life circumstance. Life skills have been supported to be effective on adolescents' abilities of health promoting behaviors. We incorporate Theory of Planned Behavior and life skills into the intervention program. The purposes of the study were to explore the influencing factors of adolescents' behavior of drug abuse, develop drug abuse prevention program, and evaluate effects of this program.

A purposeful sample was selected from two junior high schools with similar social economic status in Taipei. There were four classes in each of the intervention (135 students) and control groups (134 students) in one of the two schools. In addition, four classes were used as the second control group in another school for external validity. An eight-week course was provided to intervention group only. Both intervention and control groups were received pre and post tests at the beginning and after course implementation. Outcome indicators were knowledge, life skills, attitude, subjective norm, perceived behavior control and behavioral intention related to drug abuse prevention. Study results revealed that the scores of the six indicators of the intervention group were significantly higher than that of the control group, after controlling the pre-test scores. The results support the effectiveness of the intervention program. Health professionals could use this model to plan and evaluate their drug abuse prevention programs.

Key words: Drug abuse prevention, life skills, Theory of Planned Behavior

壹、前言

近幾年來，使用非法藥物的年齡層有下降的趨勢，根據管制藥品管理局所公佈的 95 年度全國青少年非法藥物調查，顯示青少年使用非法藥物排名依序為搖頭丸(49.7%)、K他命(46.9%)、強力膠(17.7%)，以新興藥物為主。青少年藥物濫用問題一直是政府相單位、學術界及教育界所關注的議題，而這樣濫用的情形有持續擴大的現象，雖然藥物教育相關宣導政策以及其他學校相關的教育持續進行中，但總是無法確實有效達成防制的目的。

現行的藥物濫用防制工作以教育部負責預防教育、衛生署負責戒毒治療、法政單位則主要負責查緝的工作（行政院衛生署、法務部、教育部，2003）。在學校教育方面，九年一貫課程規劃中，與藥物濫用防制的相關指標顯示仍舊以傳統知識建構的方式來教導學生非法藥物的知識，缺少實際演練，欠缺與生活情境實際連結。而其他現行的藥物預防教育的相關宣導品來看，多數都以靜態為主，實際上對於青少年族群的影響力有限。因此需要一套具備生活技能融入的藥物濫用防制教育策略。

何謂生活技能？世界衛生組織的定義，生活技能是適應性強、積極向上的行為舉止所需具備的各種能力，這些能力將使個人能夠有效

處理、對待日常生活中的各種情境的需求和挑戰(WHO, 2003)。詹麗貞(2003)提出生活技能乃指達到個人及家庭生活、學校及社區生活、職業準備及獨立生活適應所需要的各種技能，如行動能力、自我照顧能力、居家生活能力、社會能力、溝通能力及娛樂休閒等。生活技能也包括與心理社會和人際交往相關的能力。生活技能可以用於個人行為或是對待他人的行為中，也可使用於環境變得對健康有益的行為中(高松景, 2006)。簡而言之，生活技能即是能讓人們邁向於具備良好生活品質的能力。符合九年一貫中主張『帶得走的能力』之理念，並且可藉由多項生活技能學習，協助學生建立十大基本能力；此外，生活技能之發展理念，由一開始的『概念與技能的形成，漸漸提升至『概念與技能的演練』，最後希望能夠達到『概念與技能的維持』，此理念著重在將生活技能融入學生的日常生活中，不僅僅是觀念的傳授，而能更進一步成為學生之生活習慣(郭鐘隆, 2007)。

在國外，運用生活技能促進研究對象健康行為之研究多能收其成效，例如運用生活技能中之相關技能教導大學生減少怒氣(Deffenbacher, Oetting, Huff, & Thwaites, 1995)、降低青少年吸菸率(Evans et al., 1978; Hanewinkel & Ashauer, 2004; Landman, 1980)、預防青少年毀滅性行為(Englander-Golden et al, 1989)以及壓力調適(Evans et al, 1978)等，皆有其顯著效果。此外，以生活技能融入於教學中的

成功經驗在國外並不少見，(Young et al,1997; Hahn et al, 2002; Zollinger et al., 2003)，例如幫助青少年設定目標、解決問題與建立社會支持的生活技能，青少年亦表示確有其正向效果(Formerise, 2007)。

由此可知，生活技能的訓練可使青少年學會技能後，能做有益健康的正向選擇，而減低危險的健康行為；並且其適用在健康課程的各主題，而特別適用在預防未婚懷孕、愛滋病及其它性病之感染、藥物濫用(林怡君, 2005)、暴力、性行為及自殺等課程上(American Medical Association, 1991)。而提高學生生活技能亦是促進青少年心理健康的有效途徑(蘇華, 2004)。

而回顧近年來國外預防藥物濫用課程之計畫(Project STAR、Multisystemic Therapy(MST)、Seattle Social Development Project(SSDP)、GOAL)，發現多數課程皆融入生活技能於教學中且運用多元的策略。其中，SSDP 課程不僅從青少年學校課程做介入，亦增強青少年其學校與家庭之連結；而 Project STAR 與 MST 亦使用多元策略之方式，針對青少年之家庭、學校、同儕與社區介入，其成效亦顯著。而這些課程計畫所運用的生活技能，多數皆強調其可以增進學生壓力調適的技巧、社交技能與拒絕物質濫用之技能。

而在預防藥物濫用課程的教材節數方面，Project STAR、MST、SSDP、GOAL 預防藥物濫用課程時程皆為十節以上，Hawkins et.al

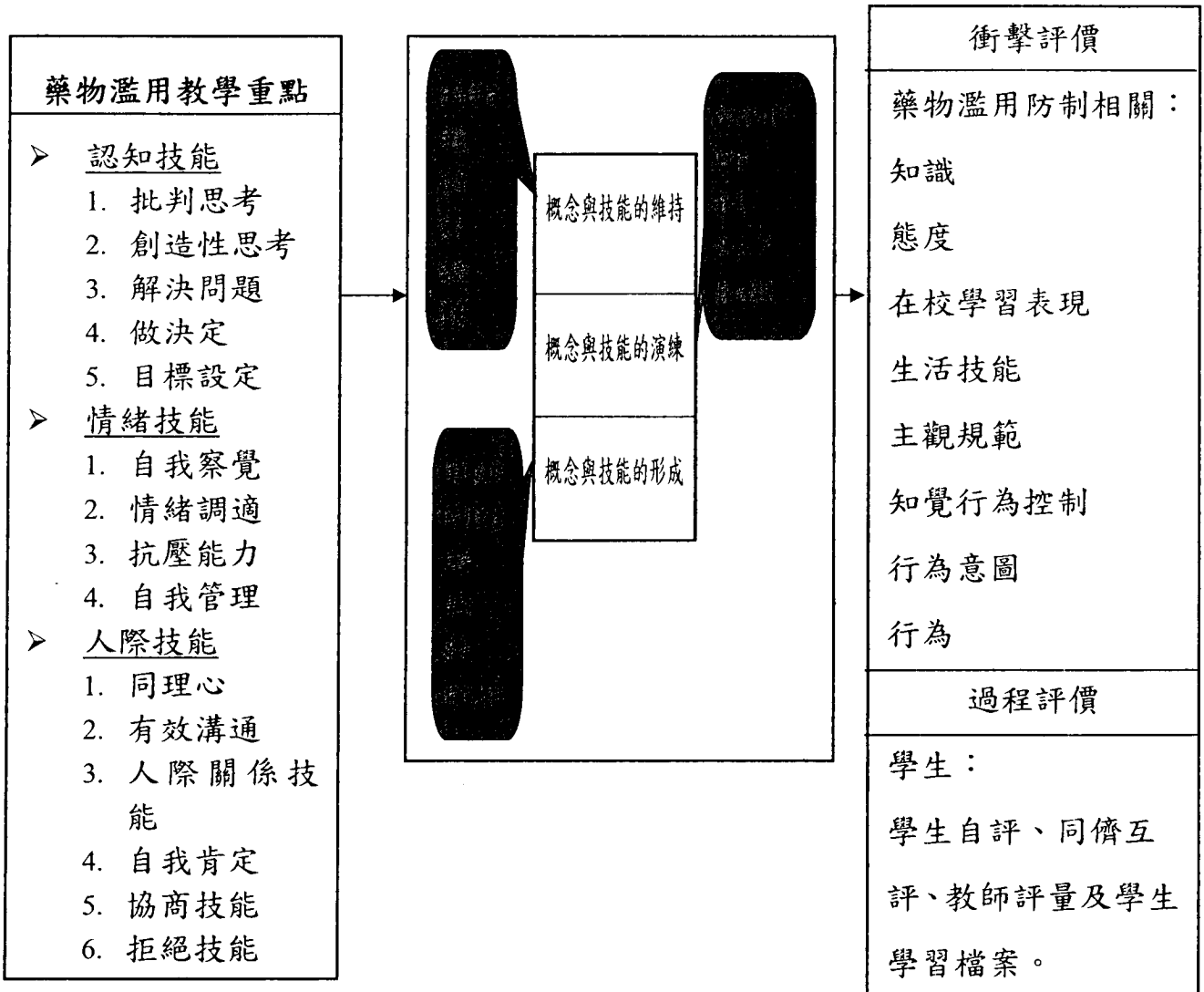
(2005) 的研究更顯示，預防青少年藥物濫用課程介入時間長，其介入效果則更為顯著。在教學策略運用上，多數課程皆強調其教師與學生之互動性，使用角色扮演、小組討論、學習單的教學策略，而 Fomeris, Danish, ScotT(2007)研究則指出邀請同儕領導者進入課程，不僅可作為學生的模範，更可提供學生演練之機會。在研究結果方面，青少年在參與實證基礎之預防物質濫用課程後，其拒絕藥物濫用之技能、使用生活技能之能力皆能夠顯著地提昇，並且可減少學生使用非法藥物之次數。

本研究之課程設計及依照國外研究結果，以生活技能為基礎發展藥物濫用防制課程並進行教育實驗介入，目的在於改善藥物濫用防制教育之教學成效，同時也希望能建立藥物濫用教學之新典範。

貳、材料與方法

(一) 研究架構

實驗介入要項 → 教學模組策略 → 成果變項



圖一：研究架構

(二) 研究對象：

本研究採立意取樣，選取台北縣某國中七年級 4 個班為實驗組，共計 135 人進行課程介入，並選取 4 班七年級學生為校內控制組，共計 134 人。此外，為避免校內污染，另外選取社經背景相似之台北縣另一所國中 4 個班為校外控制組，共計 144 人。

(三) 教學活動與衛教媒體之發展與內容介紹：

本研究團隊於 98 年建構生活技能為基礎結合相關傳播理論，發展符合青少年藥物濫用防治衛教教學活動與教具。此教材的發展分為兩部分，第一部份為青少年藥物濫用教育需求評估，在課程發展之前，進行二次的焦點團體，每次 8-10 人。

在兩次焦點團體訪談中，學生普遍認為被朋友引誘、心情不好、空虛及好奇皆是造成吸毒的主因，故在教材模組二：打造防護金鐘罩、教材模組三：徘徊在天堂與地獄之間，給予學生角色扮演的機會，請學生思考若朋友引誘他們使用藥物時，他們可以如何自我對話並拒絕對方。另外，過去曾經濫用藥物的學生皆已覺察藥物花費很高。故在教材模組一：藥不要，有關係，其中一項活動為請學生計算一週、一個月、一年於藥物濫用所需的花費，並請學生腦力激盪若將此筆錢挪作它用，可以做那些他們所喜愛的事情。此外，亦發現有將近一半的學生不會勸朋友戒除藥癮，因為他們普遍覺得事不關己、怕麻煩或是

被羞辱，故在教材模組五：助人為快樂之本，增進學生對於藥物濫用者的同理心、與學生討論該如何發現身邊有藥物濫用者並找出合適的因應方式。而法律刑責方面，在焦點團體的訪談過程中已得知法律刑責對於曾濫用藥物的學生是具有威嚇效果的，因為學生坦承怕被抓去牢裡，不僅限制了自由又將留有案底，故在課程設計中的模組四：毒品從哪來，列出所有與藥物濫用相關的刑責，讓學生明瞭藥物濫用法律的約束性。

第二部分，本衛教媒體結構發展依據理論發展，包括 McGuire 的說服溝通理論(Persuasion Communication Theory)、擴散理論(Diffusion of Innovation)、及 SMCR 的傳播過程模式、而在以生活技能理論方面包含認知、人際、情緒三大類別共 15 項技能，並且以計畫行動理論為基礎，目的在增強學生藥物濫用防制的態度、主觀規範以及知覺行為控制。

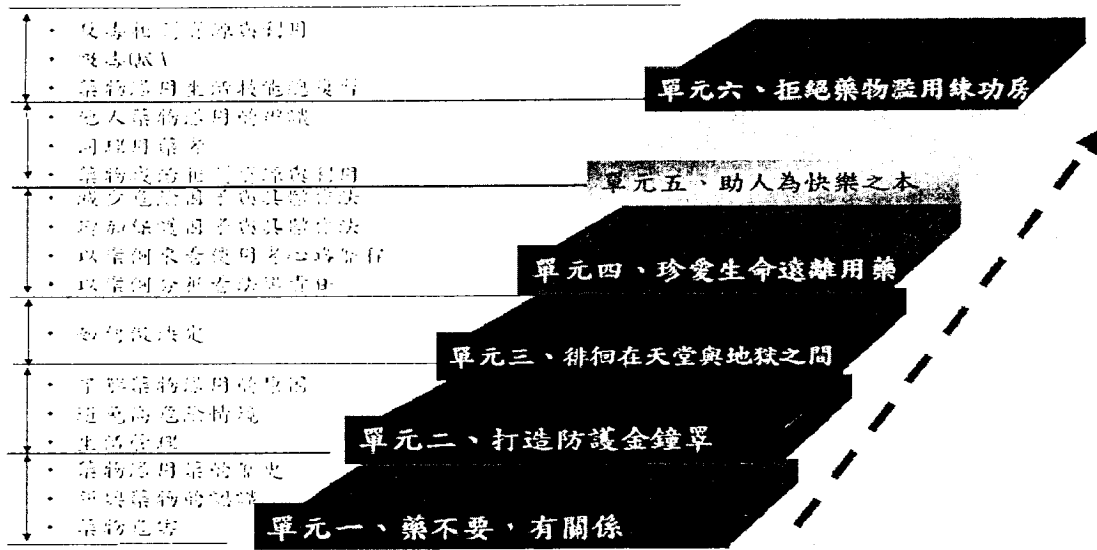
分別發展針對不同技能設計不同的教學活動，並製作教學投影片、Flash 動畫、教學情境劇本、教學活動學習單等，而其教學模組設計表如下：

表一 教學模組設計

| 教學目標/生活技能 | 教學方法與策略 | 教學活動 | 教學媒體 |
|--|------------------------|---|-------------------|
| 認知技能-做決定： 1. 認識做謹慎有意義的決定之重要性。 2. 學習並練習做決定的技巧。 | 故事分享、課堂分享、小組討論報告 | 1. 演練有關藥物濫用決定技巧的情境劇本。 2. 學生填寫並分享心得。 3. 面臨做決定時可能引發之行為。 4. 讓學生知道如何做一個好的決定。 | 教學投影片 Flash 動畫 |
| 認知技能-解決問題 1. 以正面態度面對生活的難題。 2. 認識解決問題的策略。 3. 運用解決問題的技巧以增進面對藥物濫用問題的知能。 | 小組討論、遊戲、問答法、自我檢核 | 1. 教師引導學生討論面對藥物誘惑的特定情境時，要如何解決。 2. 回顧並整理「問題解決六步驟」。 3. 填寫學習單。 4. 學生自我回報。 | 教學投影片 Flash 動畫 |
| 認知技能-創造性思考： 1. 能嘗試進行創造性思考，找出不同於以往的新觀念。 | 腦力激盪、分享 | 1. 自由分享面對非法藥物誘惑時的情境。 2. 填寫學習單並做討論，要以怎麼樣不同態度去看待該問題。 | 教學投影片 Flash 動畫 |
| 認知技能-批判思考 1. 能自覺學習分析在電視、雜誌、自我合宜的價值觀。 2. 能感受批判思考的過程，學習應用之。 | 小組分享、腦力激盪、個人分享、價值澄清 | 1. 閱讀相關雜誌所發出的新聞。 2. 引導學生對問題做批判討論，並進行批判性思考四步驟。 3. 總結批判性思考的幫助。 | 教學投影片 Flash 動畫 |
| 認知技能-目標設定： 1. 能以簡單、可測量、可達成且合理的方式，在指定期限內完成，個人設定為優先的事務。 | 小組討論、個人分享、情境演練 | 1. 引導學生設定如何拒絕非法藥物誘惑。 2. 讓學生使用目標設定五步驟去思考符合自己設定的目標。 | 教學投影片 Flash 動畫 |
| 人際技能-行為問題 1. 能理解有效溝通的重要性。 2. 能理解有效溝通的技巧。 3. 能理解有效溝通的技巧在藥物濫用方面的應用。 | 問答法、小組討論、角色扮演 | 1. 設計對講以不同精力處理的方式，以不同溝通方式，讓學生討論之非不同。 2. 填寫學習單。 3. 總結有效溝通的重要性。 | 教學投影片 Flash 動畫 |
| 人際技能-人際關係技能： 1. 運用合宜的方式與人相處。 2. 避免以非法藥物來建立與人交際的方式。 | 分享、腦力激盪、小組討論、情境演練 | 1. 填寫學習單，並且讓學生演練以非法藥物使用建立人際交往的情境。 2. 運動所編撰的教學投影片與相關教材，講解建立健康交友心態的重要性。 | 教學投影片 Flash 動畫 |
| 情意技能-自我察省 1. 能察省自己對藥物濫用所感與遺憾。 2. 建立正確價值觀。 | 問答法、角色扮演、小組討論、自我檢討 | 1. 引導學生對於藥物濫用相關生活情境中，最有印象的部分進行自我察省。 2. 填寫學習單。 3. 教師應說明在面對使用非法藥物的價值與態度。 | 教學投影片 Flash 動畫 |
| 人際技能-同理心： 1. 明白同理心的概念與技巧，並實際演練。 2. 藉由情境的分享，了解同理心的重要性。 | 短片欣賞、實際演練、講述、故事分享、小組討論 | 1. 以小故事說明同理心的意義，並運用講義說明同理心的基本觀念與技巧。 2. 播放同理心動畫短片。 3. 討論動畫中的情境，並請學生做演練。 | 教學投影片 Flash 動畫 |

| 教學目標/生活技能 | 教學方法與策略 | 教學活動 | 教學媒體 |
|--|---------------------|--|-------------------|
| | | 4. 學生討論，教師進行結語。 | |
| 情緒技能-情緒調適： 1. 學習不同情緒反應中，可以進行合理的接納。 2. 避免以藥物濫用來當做情緒抒發的管道。 | 課堂分享、講述、小組討論、實際表演 | 1. 讓學生清楚瞭解自己可能會有甚麼樣的情緒。 2. 面對不同情境時，要如何來調適。 3. 讓學生實際演練不同情境，學生討論後，由教師歸納進行結論。 | 教學投影片 Flash 動畫 |
| 情緒技能-抗壓能力： 1. 認識何謂壓力。 2. 了解使用非法藥物可能產生的壓力與其正負面影響。 3. 學習正確調適壓力的方式。 | 課堂分享、講述、動畫欣賞、練習 | 1. 請學生分享有關什麼是壓力，並且歸納學生的想法。 2. 學生填寫因應壓力的方法之學習單。 3. 說明使用非法藥物紓壓的價值澄清。 4. 運用正確的方式讓學生練習宣洩壓力的方式。 | 教學投影片 Flash 動畫 |
| 情緒技能-自我管理： 1. 學習自我情緒管理的方式，管理自己的身心健康，遠離藥物危害。 2. 檢視自己面對藥物危害的態度。 | 腦力激盪、角色扮演、小組討論 | 1. 讓學生看有關毒品或其他非法藥物使用後，對身心產生的作用。 2. 讓學生自己判斷自己能否有效達成拒絕藥物誘惑的信念，並分析其困難危害。 | 教學投影片 Flash 動畫 |
| 人際技能-拒絕技能： 1. 分析拒絕技術。 2. 演練拒絕藥物濫用的技巧。 3. 肯定拒絕藥物濫用是一種正確的選擇。 | 腦力激盪、分組討論、情境劇演練 | 1. 詢問學生是否有過被他人以非法藥物誘惑的經驗，並且是以甚麼樣的方式來拒絕。 2. 以具創意的投影片來讓學生了解相關拒絕技巧的方法與定義。 3. 分組討論，並上台演出情境劇。 4. 教師結論並且填寫學習單以檢視自己是否具備拒絕技能。 | 教學投影片 Flash 動畫 |
| 人際技能-自我肯定： 1. 認識肯定自我方法。 2. 認識自我肯定感對每個人的益處。 3. 展現自我肯定感表達拒絕非法藥物濫用的情境劇。 | 個人報告、腦力激盪、自我檢核、實際演練 | 1. 教師發問：如果遇到非法藥物誘惑的情境，學生會選擇做什麼？ 2. 說明人的反應可能可以幫助我們。 3. 請學生填寫自我檢核表，並且分析自己面對誘惑的因應方式。 | 教學投影片 Flash 動畫 |
| 人際技能-協商技巧： 1. 能夠善用與人協商之技能，有效解決衝突，並且遠離非法藥物的危害。 2. 練習合理表達自我想法，並且能讓對方了解。 | 腦力激盪、小組討論、角色扮演 | 1. 請學生實際扮演有關藥物濫用防制協商技能的情境劇本。 2. 讓大家從實際演練的過程中去瞭解如何正確表達自己的想法，又能夠避免衝突發生。 | 教學投影片 Flash 動畫 |

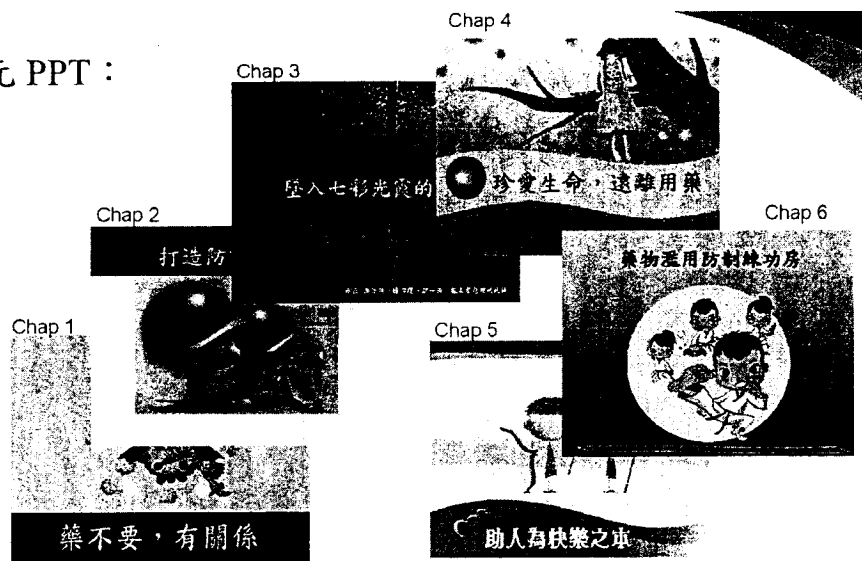
依據以上教學模組設計出共六個單元教材如下：



圖二：教學單元

以上單元均搭配學習單、教學動畫(15個)與教學影片、並利用學生日常生活中有可能碰到的情境，引發學生之共鳴。本計畫所設計之教學單元已設計成藥物濫用防制教學手冊，供學校老師作為教學之參考依據，並搭配教學 ppt、動畫及學習單共同使用。

● 各單元 PPT：



圖三：教學單元媒體

動畫：



圖四：動畫範例

以上內容皆已完成專家學者之形成性評價與建構教學模組之內容效度。專家顧問團乃由衛生教育與傳播媒體相關領域、醫療衛生相關單位、及公部門相關單位等三個領域，約 10 位專家組成(詳細內容請見附件一：以生活技能融入藥物濫用防制課程之教學手冊及教學媒體)：

- 鄭進峰 科長 行政院衛生署管制藥品管理局
- 郭鐘隆 教授 國立臺灣師範大學
- 黃久美 助理教授 國立陽明大學

- 龍芝寧 主任 台北縣立積穗國中
- 林淑君 主任 台北縣立明德國中
- 郭靜靜 老師 台北市立松山高中
- 張繻方 老師 台北縣立積穗國中
- 張惠華 老師 台北縣立積穗國中
- 黃蕙欣 老師 台北市立金華國中
- 彭彥凌 老師 台北縣立八里國中

(三) 介入成效評量工具：

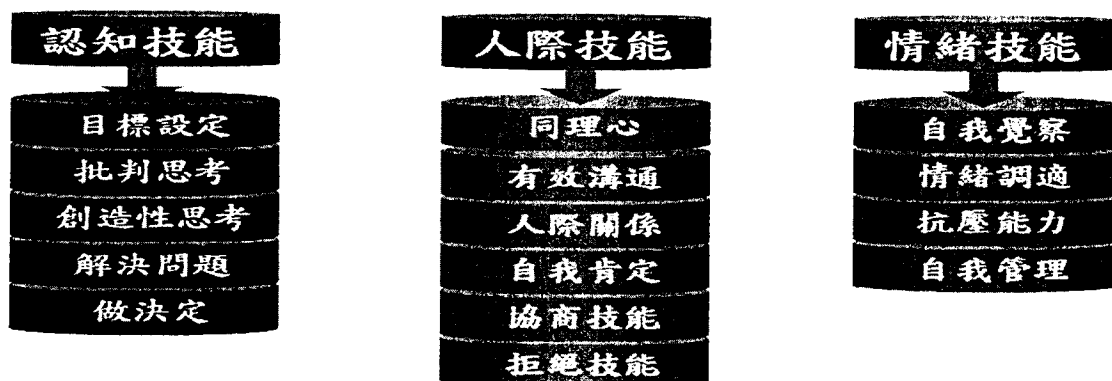
1. 本研究之評量工具結合計畫行為理論(Theory of Planned Behavior)

以及生活技能(Life Skill)進行問卷編制，並於本年度完成評量工具之預試以及信效度檢測（各分量表之信效度呈現如下），問卷主要內容包括：

- a. 基本資料：年齡、性別、在班上的排名、宗教信仰、父母親教育程度與職業、家庭教導等。
- b. 家庭功能：共 5 題(Cronbach's $\alpha=0.803$)。
- c. 在學校表現情形：共 9 題(Cronbach's $\alpha=0.825$)。
- d. 藥物濫用防制相關知識：共 12 題(KR20=0.573)。
- e. 藥物濫用防制之生活技能：主要分成三大類別，分別是認知

技能(4 題)、情緒因應技能(6 題)、人際技能(6 題)，共 16 題

(Cronbach's $\alpha=0.929$)。



圖五：生活技能

- f. 自己與他人對使用藥物的看法與行為：共 13 題(Cronbach's $\alpha=0.862$)。
- g. 藥物濫用的態度：共 4 題(Cronbach's $\alpha=0.901$)。
- h. 藥物濫用防制課程的學習經驗：共 5 題。

綜合上述，本量表之信度、專家效度以及因素效度(factoral validity)均相當良好，值得推廣應用。

(四) 藥物濫用防制衛教媒體介入研究設計

本研究之設計如下：

藥物濫用防制衛教媒體介入研究設計

| | 【前測】 | 【衛教介入】 | 【後測】 |
|--|------|--------|------|
| 第一階段：以生活技能為基礎融入藥物濫用防制課程 (10 堂課) | | | |
| 實驗組 | ○ | X | ○ |
| 校內控制組 | ○ | | ○ |
| 校外控制組 | ○ | | ○ |

圖六：研究設計圖

(五) 統計分析

前後測成效問卷完成後，進行資料處理、編碼、譯碼及代碼轉換，使用 SPSS15.0 進行統計分析，處理方式說明如下：

1. 描述性統計：

研究對象之背景資料，以次數分佈、百分比呈現。研究中各量表得分以平均值、標準差、最大值、最小值、及標準化得分描述。

2. 推論性統計：

以相依樣本 t 檢定比較各組在介入前後之各依變項的差異，以共變數分析 (ANCOVA) 比較實驗組與控制組、不同實驗組間

的介入效果。

(六) 倫理考量

本研究屬於非侵入性的介入研究，研究工具為自填式結構問卷，為確保被研究者的權益，擬以下列措施保障研究倫理。

1. 本研究在進行前會將計畫書內容、以及相關教材做成 PowerPoint 投影片，對介入學校行政人員、家長代表、教師進行簡報，並徵詢與會者建議才開始進行研究。
2. 在被告知權利部分，在施測之前會對受測者說明本研究的目的地及用途，受測者保有拒絕填答問卷的權利，同意填答問卷者再邀請作答。
3. 明確告知被研究者資料不做任何身份上的辨識，僅以號碼編序。也不進行個別描述，僅進行整體性的分析。
4. 留下研究者聯絡電話與電子郵件信箱，方便學生及家長就研究產生的相關問題提供諮詢。

參、結果

一、研究對象之背景資料描述

本研究前測資料樣本數共有 413 人，分為實驗組 135 人，校內控制組 134 人以及校外控制組 144 人。由於以班級為單位，因此性別與學業成績皆為平均分佈；在宗教信仰方面，則以一般民間信仰之學生居多，其次為佛教；主要監護人之教育程度則以高中職畢業居多，其次為專科大學畢業。有超過七成的學生與父母親以及兄弟姊妹同住；在家庭長輩管教方式方面，大多數家長的管教方式為可互相討論，其次為必須絕對服從。

表二 研究對象基本資料表

| 變項 | 變項類型 | N(%) | | |
|------|----------|----------|----------|-----------|
| | | 實驗組 | 校內控制組 | 校外控制組 |
| 性別 | 男生 | 65(48.9) | 61(46.6) | 65(45.8) |
| | 女生 | 68(51.1) | 70(53.4) | 77(54.2) |
| 年齡 | Mean(SD) | | | |
| 學業成績 | 全班的前四分之一 | 37(27.4) | 38(29.5) | 38(26.4) |
| | 全班的前二分之一 | 39(28.9) | 36(27.9) | 44(30.6) |
| | 全班的前四分之三 | 34(25.2) | 37(28.6) | 26(18.0) |
| | 全班的後四分之一 | 25(18.5) | 18(14.0) | 36(25.0) |
| 宗教 | 有 | 84(64.1) | 85(64.4) | 110(76.4) |
| | 佛教 | 13(16.9) | 20(23.5) | 23(20.9) |
| | 道教 | 11(14.3) | 7(8.2) | 14(12.7) |
| | 基督教 | 4(5.2) | 1(1.2) | 3(2.7) |
| | 天主教 | 1(1.3) | 1(1.2) | 1(0.9) |
| | 回教 | 1(1.3) | 0(0) | 1(0.9) |
| | 民間信仰 | 47(61.0) | 56(65.9) | 65(59.2) |
| | 其他 | 0(0) | 0(0) | 3(2.7) |
| 主要監護 | 無 | 47(35.9) | 47(35.6) | 34(23.6) |
| | 小學未唸完但識字 | 4(3.0) | 3(2.3) | 0(0) |

| | | | | |
|----------|--------------------|-----------|-----------|-----------|
| 人的教育程度 | 小學畢業 | 15(11.3) | 6(4.6) | 12(8.4) |
| | 國中畢業 | 32(24.1) | 28(21.4) | 27(18.9) |
| | 高中職畢業 | 42(31.6) | 68(51.9) | 55(38.5) |
| | 專科大學畢業 | 32(24.1) | 20(15.3) | 35(24.5) |
| | 研究所畢業 | 5(3.8) | 6(4.6) | 12(8.4) |
| | 其他 | 3(2.3) | 0(0) | 2(1.4) |
| 家庭型態 | 與自己的祖父組、父親及親戚同住一起 | 11(8.2) | 13(9.8) | 5(3.5) |
| | 子孫三代同住在一起(三代同堂) | 14(10.4) | 12(9.1) | 10(6.9) |
| | 與父母親及兄弟姊妹同住 | 90(67.2) | 83(62.9) | 118(81.9) |
| | 只與父或母其中一方同住 | 12(9.0) | 16(12.1) | 8(5.6) |
| | 只與親戚(如：叔叔、阿姨...)同住 | 3(2.2) | 4(3.0) | 0(0) |
| | 只與祖父母或外祖父母同住 | 0(0) | 1(0.8) | 0(0) |
| | 其他 | 4(3.0) | 3(2.3) | 3(2.1) |
| 家中長輩管教方式 | 必須絕對服從 | 16(11.9) | 22(16.9) | 16(11.1) |
| | 可討論互動 | 104(77.7) | 102(78.5) | 118(81.9) |
| | 一切由我自己作主 | 9(6.7) | 1(0.8) | 7(4.9) |
| | 其他 | 5(3.7) | 5(3.8) | 3(2.1) |

二、青少年藥物濫用防制問卷發展與分析

本研究工具『青少年藥物濫用防制問卷』之發展依據 WHO 之建議，將生活技能分為三大類，共 15 項技能，並計畫行為理論，分為藥物濫用防制態度、主觀規範、知覺行為控制、行為意圖以及藥物濫用防制行為等變項。此外，加上藥物濫用防制之知識、周遭人使用非法藥物狀況以及藥物濫用防制課程的學習經驗。問卷初稿完成後，經由 4 位專家學者，包含衛生教育、藥物濫用防制、護理以及健康教育教師等進行專家審查，並計算 CVI 值=0.952；此外，並邀請國中學生針對每一個題目進行內容以及理解方面的討論，學生均表示能夠理解並有能力作答。本問卷初稿完成後進行預試，並且依據預試結果進行問卷修正內容。

本問卷除家庭功能、知識、用藥意圖、周遭人使用非法藥物狀況以及藥物濫用防制課程的學習經驗之外，其他多採七等第量表，並無絕對的對錯劃分，因此採極端組檢核法(critical ration)與同質性檢核法進行分析。極端組檢核法為利用 t-test 考驗高、低分組的平均數差異，t 值越大且達顯著則表示此題項具有鑑別度(吳明隆、涂金堂，2004)。由表二可知，本問卷各題項之 t 值均達顯著，表示每題項皆具有鑑別度。而同質性檢核法則是檢驗題項與總量表之相關情形，發現每個題項與總量表間之相關皆達顯著，且除了第 55 題相關為 0.37 之外，其餘各題皆達 0.53 以上，有學者表示，每個題項與總量表之相關應高於 0.30 才具有可信度，因此表示本量表各題項是具有可信度的。

在量表的內部一致性方面，採用 Cronbach'α 係數進行探討。由表二可發現，家庭功能之 Cronbach'α 係數為 0.80 (第 10-14 題)；在學生的自主性方面，Cronbach'α 係數為 0.83 (第 15-23 題)；生活技能量表之 Cronbach'α 係數為 0.93(第 36-51 題)；而周遭人及自己對於使用藥物的看法方面，Cronbach'α 係數為 0.90(第 53-62 題)；藥物濫用防制態度方面，Cronbach'α 係數為 0.90 (第 66-69 題)。由此可知，本量表之內部一致性皆在 0.80 以上，表示本量之可信度較高，並且具有實用的價值性(Bryman & Cramer, 1997; Carmines & Zeller, 1979)。

在量表的因素分析共同因素的抽取中選用最大概似估計法

(Maximum likelihood)配合斜交轉軸(oblique rotation)，允許各因素間具有一定的共變，特徵值(Eigenvalue)大於 2。由表二結果發現，每個分量表皆萃取出 1 個主要因素；在家庭功能方面，KMO 值為 0.84，萃取出 1 個主要因素，特徵值為 2.81，可解釋的總變異量為 56.26%；研究對象在學校表現情形方面，KMO 值為 0.87，萃取出 1 個主要因素，特徵值為 4.29，可解釋的總變異量為 47.70%；在藥物濫用防制之生活技能方面，KMO 值為 0.94，萃取出 1 個主要因素，特徵值為 7.99，可解釋的總變異量為 49.96%；自己與周遭的人對於研究對象使用藥物濫用的看法方面，KMO 值為 0.83，萃取出 1 個主要因素，特徵值為 3.11，可解釋的總變異量為 53.40%；而在藥物濫用防制態度方面，KMO 值為 0.83，萃取出 1 個主要因素，特徵值為 3.11，可解釋的總變異量為 77.66%。

綜合上述結果，發現各分量表之內部一致信度在 0.80 以上，表示各個分量表之信度高且穩定(stability)；而各分量表的因素分析中，也發現 KMO 值皆大於 0.83，表示皆適合進行因素分析，並且每個分量表且萃取出 1 個主要因素，特徵值皆大於 2，解釋變異量大於 47.70%。

表三 青少年藥物濫用防制問卷-項目分析

| 題項 | 極端值比較 | | 同質性檢驗 | |
|---|----------------------|---------------------|-----------|--------------------|
| | CR | 題目與總分相關 | 校正題目與總分相關 | 題項刪除後的 α 係數 |
| 家庭功能 | | | | |
| 10 | 16.08 ^{***} | 0.78 ^{***} | 0.65 | 0.75 |
| 11 | 17.07 ^{***} | 0.76 ^{***} | 0.60 | 0.76 |
| 12 | 18.75 ^{***} | 0.73 ^{***} | 0.55 | 0.78 |
| 13 | 17.85 ^{***} | 0.71 ^{***} | 0.53 | 0.78 |
| 14 | 20.89 ^{***} | 0.77 ^{***} | 0.62 | 0.76 |
| Cronbach' $\alpha=0.80$ KMO=0.84 (萃取出 1 個主要因素—2.81) | | | | |
| 在學校表現情形 | | | | |
| 15 | 2.64 ^{**} | 0.17 ^{***} | -0.02 | 0.87 |
| 16 | 10.47 ^{***} | 0.58 ^{***} | 0.45 | 0.82 |
| 17 | 15.47 ^{***} | 0.71 ^{***} | 0.61 | 0.80 |
| 18 | 14.61 ^{***} | 0.72 ^{***} | 0.61 | 0.80 |
| 19 | 14.07 ^{***} | 0.72 ^{***} | 0.62 | 0.80 |
| 20 | 17.41 ^{***} | 0.80 ^{***} | 0.74 | 0.78 |
| 21 | 16.68 ^{***} | 0.75 ^{***} | 0.66 | 0.79 |
| 22 | 17.42 ^{***} | 0.75 ^{***} | 0.66 | 0.79 |
| 23 | 13.49 ^{***} | 0.69 ^{***} | 0.58 | 0.80 |
| Cronbach' $\alpha=0.83$ KMO=0.87 (萃取出 1 個主要因素—4.29) | | | | |
| 藥物濫用防制之生活技能 | | | | |
| 36 | 15.78 ^{***} | 0.74 ^{***} | 0.70 | 0.92 |
| 37 | 12.55 ^{***} | 0.59 ^{***} | 0.52 | 0.93 |
| 38 | 16.34 ^{***} | 0.74 ^{***} | 0.70 | 0.92 |
| 39 | 17.02 ^{***} | 0.69 ^{***} | 0.64 | 0.93 |
| 40 | 20.60 ^{***} | 0.80 ^{***} | 0.77 | 0.92 |
| 41 | 19.33 ^{***} | 0.83 ^{***} | 0.80 | 0.92 |
| 42 | 18.53 ^{***} | 0.78 ^{***} | 0.74 | 0.92 |
| 43 | 14.37 ^{***} | 0.64 ^{***} | 0.58 | 0.93 |
| 44 | 15.03 ^{***} | 0.67 ^{***} | 0.61 | 0.93 |
| 45 | 18.64 ^{***} | 0.73 ^{***} | 0.69 | 0.92 |
| 46 | 14.46 ^{***} | 0.60 ^{***} | 0.60 | 0.93 |
| 47 | 11.42 ^{***} | 0.53 ^{***} | 0.46 | 0.93 |
| 48 | 20.90 ^{***} | 0.72 ^{***} | 0.66 | 0.93 |
| 49 | 17.49 ^{***} | 0.80 ^{***} | 0.77 | 0.92 |
| 50 | 16.00 ^{***} | 0.65 ^{***} | 0.59 | 0.93 |

| | | | | |
|--|----------------------|---------------------|-------|------|
| 51 | 15.72 ^{***} | 0.67 ^{***} | 0.62 | 0.93 |
| Cronbach' α =0.93 KMO=0.94 (萃取出 1 個主要因素—7.99) | | | | |
| 自己與周遭的人對於研究對象使用藥物濫用的看法 | | | | |
| 53 | 5.76 ^{***} | 0.60 ^{***} | 0.69 | 0.47 |
| 54 | 17.87 ^{***} | 0.65 ^{***} | 0.66 | 0.51 |
| 55 | 13.00 ^{***} | 0.37 ^{***} | -0.08 | 0.07 |
| 56 | 13.61 ^{***} | 0.80 ^{***} | 0.68 | 0.74 |
| 57 | 12.65 ^{***} | 0.78 ^{***} | 0.65 | 0.75 |
| 58 | 16.56 ^{***} | 0.70 ^{***} | 0.49 | 0.53 |
| 59 | 23.24 ^{***} | 0.75 ^{***} | 0.54 | 0.49 |
| 60 | 15.87 ^{***} | 0.82 ^{***} | 0.62 | 0.67 |
| 61 | 16.86 ^{***} | 0.78 ^{***} | 0.54 | 0.66 |
| 62 | 23.36 ^{***} | 0.74 ^{***} | 0.25 | 0.08 |
| Cronbach' α =0.90 KMO=0.83 (萃取出 1 個主要因素—3.11) | | | | |
| 藥物濫用防制態度 | | | | |
| 66 | 9.96 ^{***} | 0.86 ^{***} | 0.73 | 0.90 |
| 67 | 9.31 ^{***} | 0.89 ^{***} | 0.81 | 0.86 |
| 68 | 14.87 ^{***} | 0.91 ^{***} | 0.84 | 0.85 |
| 69 | 11.86 ^{***} | 0.86 ^{***} | 0.76 | 0.88 |
| Cronbach' α =0.90 KMO=0.83 (萃取出 1 個主要因素—3.11) | | | | |

進行問卷知識題部分試題分析，由表三可知，在難度的部分，除第 24 題偏簡單外，其他各題皆在 0.2-0.8 之間，均屬於較良好的題目，而整體知識題平均難度為 0.64，接近 0.50，表示本試題之區別力良好 (Kubiszyn & Borich, 1996; 陳李綢, 1990)。在鑑別度方面，除第 24、26 題之外，其餘各題皆大於 0.30，表示除部分試題需要進行修改之外，本量表具有區別學生作答試題的功能 (吳明隆、涂金堂, 2004)。

表四 青少年藥物濫用防制問卷-試題分析

| 題號 | 高分組答對率 | 低分組答對率 | 難度 | 鑑別度 | 點二系列相關 |
|------------|--------|--------|------|------|---------------------|
| 知識 24 | 0.98 | 0.76 | 0.87 | 0.21 | 0.44 ^{***} |
| 知識 25 | 0.70 | 0.27 | 0.48 | 0.43 | 0.44 ^{***} |
| 知識 26 | 0.98 | 0.80 | 0.89 | 0.17 | 0.39 ^{***} |
| 知識 27 | 0.75 | 0.29 | 0.52 | 0.46 | 0.46 ^{***} |
| 知識 28 | 0.85 | 0.49 | 0.67 | 0.36 | 0.40 ^{***} |
| 知識 29 | 0.40 | 0.12 | 0.26 | 0.29 | 0.32 ^{***} |
| 知識 30 | 0.95 | 0.62 | 0.79 | 0.33 | 0.49 ^{***} |
| 知識 31 | 0.95 | 0.60 | 0.77 | 0.35 | 0.43 ^{***} |
| 知識 32 | 0.85 | 0.54 | 0.70 | 0.31 | 0.30 ^{***} |
| 知識 33 | 0.71 | 0.21 | 0.46 | 0.50 | 0.50 ^{***} |
| 知識 34 | 0.83 | 0.35 | 0.59 | 0.48 | 0.49 ^{***} |
| 知識 35 | 0.93 | 0.52 | 0.73 | 0.41 | 0.43 ^{***} |
| KR-20=0.57 | | | | | |

三、青少年藥物濫用防制衛教媒體介入成效

由表四可發現，控制前測分數後，實驗組在藥物濫用防制知識(Knowledge)、生活技能(Life Skill)、態度(Attitude)、主觀規範(Subjective norm)、知覺行為控制(Perceived behavior control)、行為意圖(Behavior intention)等六方面，皆於介入後顯著優於控制組。進行事後比較發現，知識與行為意圖方面，實驗組與校內控制組之後測得分皆顯著優於校外控制組，但實驗組與校內控制組間則未達統計上的顯著差異。在生活技能、態度、主觀規範以及知覺行為控制等方面，實驗組之後測得分皆分別顯著高於校內控制組與校外控制組。但在兩組控制組之間則未達統計上的顯著差異。由此可知，此介入課程可有效提升研究對象

之藥物濫用防制知識、生活技能、態度、主觀規範、知覺行為控制以及行為意圖等六方面。而同學校之實驗組與控制組間在知識以及行為意圖方面由研究結果顯示會有影響，將在本期末報告的最後進一步討論。

表五 青少年藥物濫用防制衛教媒體介入成效共變數分析摘要表

| 變項 | 變異來源 | 共變數分析 | | | | 調整後的平均值 | | | 事後比較 |
|----------------------------|------|----------|-----|---------|----------|------------|------------|-------------|-----------------|
| | | SS | df | MS | F | 實驗組 (I) | 控制組 | | |
| | | | | | | | 校內 (II) | 校外 (III) | |
| Knowledge | 組別 | 43.36 | 2 | 21.68 | 8.94*** | 9.24 | 8.84 | 8.40 | I>III II>III |
| | 誤差 | 883.11 | 364 | 2.43 | | | | | |
| Autonomy | 組別 | 228.91 | 2 | 114.45 | 2.47 | 42.41 | 40.35 | 41.50 | |
| | 誤差 | 16241.94 | 350 | 46.41 | | | | | |
| Life Skill | 組別 | 4043.78 | 2 | 2021.89 | 13.60*** | 96.53 | 90.92 | 88.38 | I>II I>III |
| | 誤差 | 51447.09 | 346 | 148.69 | | | | | |
| Family Function | 組別 | 24.59 | 2 | 12.30 | 2.70 | 10.23 | 10.88 | 10.57 | |
| | 誤差 | 1687.68 | 370 | 4.56 | | | | | |
| Attitude | 組別 | 109.02 | 2 | 54.51 | 4.49* | 27.43 | 24.40 | 26.13 | I>II I>III |
| | 誤差 | 4196.99 | 346 | 12.13 | | | | | |
| Subjective norm | 組別 | 201.98 | 2 | 100.99 | 6.58** | 29.51 | 28.06 | 27.77 | I>II I>III |
| | 誤差 | 5328.80 | 347 | 15.36 | | | | | |
| Perceived behavior control | 組別 | 222.74 | 2 | 111.37 | 14.91*** | 18.59 | 16.81 | 16.93 | I>II I>III |
| | 誤差 | 2614.17 | 350 | 7.47 | | | | | |
| Behavior intention | 組別 | 153.84 | 2 | 76.92 | 10.63*** | 23.01 | 22.31 | 21.40 | I>III II>III |
| | 誤差 | 2430.68 | 336 | 7.23 | | | | | |
| School | 組別 | 0.33 | 2 | 0.16 | 0.03 | 6.99 | 7.08 | 7.03 | |
| | 誤差 | 2034.89 | 326 | 6.24 | | | | | |

肆、討論

本研究所發展之青少年藥物濫用防制衛教媒體包括教學投影片、Flash 動畫、教學情境劇本、教學活動學習單，並採取國外研究建議之融入生活技能於教學中以及運用多元的策略。在本研究中所採取的策略，強調教師與學生之互動性，並且以角色扮演、小組討論、學習單等教學策略，提供學生有較多技能演練的機會，並可藉著教師的示範，做為學生的模範(Fomeris, Danish, Scott, 2007)。

然而，從研究結果也發現本課程尚須補強的部分在於家庭功能、學生在校表現等方面。國外 SSDP 課程不僅從青少年學校課程做介入，亦增強青少年其學校與家庭之連結(Hawkins, Kosterman, Catalano, Hill, Robert,2005)；Project STAR 與 MST 亦針對青少年之家庭、學校、同儕與社區介入，如此一來，不僅在學校方面可以提供青少年正向的藥物濫用防制教育，在社區、家庭方面亦可提供正向的支持力量 (Borduin et. al,1995；Pentz et. al,1989)。

在課程的節數方面，本研究在事後訪談授課健康教育教師發現，為配合於行政作業而採取 8 節課的措施，確實稍嫌不足，有許多的技能未能更深入地練習，在國外的藥物濫用防制課程，例如 Project STAR、MST、SSDP、GOAL 等藥物濫用防制課程皆在 10 節以上，

Hawkins et.al (2005) 的研究更顯示，預防青少年藥物濫用課程介入時間長，其介入效果則更為顯著，因此課程介入的時數方面需要再進行調整。

在研究結果方面，發現本研究所發展之藥物濫用防制課程介入可有效提升青少年之藥物濫用防制知識、生活技能、態度、主觀規範、知覺行為控制、行為意圖等，依據計畫行為理論，當學生之藥物濫用防制態度、主觀規範、知覺行為控制、行為意圖越高，則藥物濫用行為發生的機率越低。而在生活技能方面，國外相關研究結果指出，青少年在參與實證基礎之預防物質濫用課程後，其拒絕藥物濫用之技能、使用生活技能之能力皆能夠顯著地提昇，並且可減少學生使用非法藥物之次數，且這些課程計畫所運用的生活技能，多數皆可增進學生壓力調適的技巧、社交技能與拒絕物質濫用之技能 (Borduin et. al,1995 ; Fomeris,Danish,Scott,2007 ; Hawkins,Kosterman, Catalano, Hill, Robert, 2005 ; Pentz et. al,1989)。

有學者提出，針對青少年進行的有效藥物濫用防治教育計畫應包含生活技能的教導、適切的推廣模式以及至少兩年的追加教學。本研究的課程內容以及介入成效發現確實可提升學生在藥物濫用防制的生活技能、態度、主觀規範、知覺行為控制以及行為意圖，因此建議日後研究可進一步加入追加教學的課程內容，並進行長期追蹤 (Botvin

& Baker, 1995) °

伍、結論與建議

依據研究結果，發現結論如下：

- 一、 本研究所發展之『青少年藥物濫用防制問卷』的信、效度皆為良好，可作為日後學術研究以及實務工作之參考。
- 二、 本研究研發之衛教媒體及介入模式可有效提升青少年藥物濫用防制知識、生活技能、態度、主觀規範、知覺行為控制以及行為意圖。

本研究提出相關建議如下：

- 一、 發展多年期的藥物濫用課程：由於國外發展藥物濫用防制課程均採取多年期的分散學習方式，一來分散學習效果較佳，二來學生於青少年階段，均可能面對藥物濫用的社會誘惑，多年期介入計畫可增進學習成效、提高延宕效果，增加預防計畫的有效性，本計畫團隊誠摯建議管制藥品管理局能夠持續支持研究團隊繼續研發第二年與第三年的追加課程。
- 二、 邀請教育行政單位參與和結盟、以推廣本課程計畫：一套創新課程欲於學校中普遍推廣，有賴於教育行政單位的配合。本計畫初步成果於 11/10 教育部軍訓處主辦之 98 學年度中區國民中學防制學生藥物濫用教材種子教師培訓研習，甚獲

與會教師之欣賞，咸認為有在學校推廣之需要，並被邀請於北區和南區再次擔任講座。由於青少年白天皆在校學習，因此欲有效推廣本防制課程，有賴於和教育行政單位的推廣和結盟。本計畫主持人為教育部的學校衛生委員、健康促進學校中央輔導委員、健康與體育學習領域輔導團委員和多個縣市健康與體育學習領域輔導團指導教授，深感必須與教育行政單位結盟，邀請其參與，則可在花費少數經費的情況下，使受益學生人數快速成長，因此建議後續課程發展與推廣，皆須與教育行政單位結盟，以求最大效益。

三、 進行計畫成效之長期追蹤研究：國外一般藥物濫用預防介入計畫，通常為期3到5年，建議管制藥品管理局能夠仿照國外委託單位之辦理方式，支持本計畫團隊之後續年度的計畫執行，以追蹤各年參與學生之預防藥物濫用成效，長期縱貫性的追蹤，可以將研究成果深化，提高研究的品質。

四、 透過研討會專題報告機制，與國外專家進行共同研討，以求提升計畫品質：管制藥品管理局主辦之「International Symposium on Drug Abuse」為一良好的研討會平台，以後可透過邀請藥物濫用之國際級預防專家，與計畫團隊進行類似圓桌討論會議，建立如邀請其擔任計畫顧問之合作機制，除

了可以提升計畫品質外，更可讓台灣之研究成果得以與國際接軌。

五、 進行研究團隊進行研究成果之國內外宣揚工作：對於主持與發表較多藥物濫用研究之研究團隊，可鼓勵其進行研究成果之國內外宣揚工作，以增加國內計畫的能見度，並可在日後的計畫評選將此部分納入評分考量之一。

六、 發展符合特殊文化族群之藥物濫用預防課程：本計畫雖然頗有成效，但主要對象為一般國民中學學生，因而難以外推是否適用於國民中學生或是行為偏差之青少年，未來對於特殊文化之族群，仍應發展符合其特性與文化之相對應課程，不但可以顧及少數或弱勢族群之權益，也可以提升預防工作之多元性。

陸、參考文獻

中文部分：

1. 管制藥品管理局 (2006)。青少年藥物濫用調查。上網時間：2008 年 9 月 9 日。網址：<http://www.nbcd.gov.tw/admin/uploads/20070601113559531270555/青少年濫用藥物排名95.pdf>
2. 行政院衛生署、法務部、教育部 (2003)。93 年反毒報告書。
3. 世界衛生組織(2003)。健康促進和健康的生活方式。上網時間：2007 年 12 月 15 日。網址 http://www.who.int/gb/ebwha/pdf_files/EB113/ceb1137.pdf
4. 林怡君：運用同儕戲劇教育課程於國中生預防新興藥物濫用教育介入研究 - 以台北市某國中生為例。台灣師範大學衛生教育學系碩士論文，台北市，2005。
5. 高松景：「生活技能」為主的高中生性教育介入研究。台灣師範大學衛生教育學系博士論文，台北市，2006。
6. 郭鐘隆、李明憲、黃久美、鄭其嘉：95 年度台灣地區健康促進學校及生活技能人員訓練計畫教育部期末報告。台北市，未出版，2007。
7. 詹麗貞：「修正與支持教學策略」對國小中重度智能障礙學生生活技能學習成效之研究。台中師範學院國民教育研究所碩士論文，台中市，2003。
8. 蘇華：提高生活技能是促進青少年心理健康的有效途徑，江西科技師範學院學報 2002；2：86-88。
9. 張祖忻、朱純：教學設計-基本原理與方法。五南圖書出版社，台北，1995。

英文部分：

1. American Medical Association. *Healthy youth 2000 : National health promotion and disease prevention objectives for adolescents. 2002.*
2. Botvin, G. J., Eng, A., & Williams, C. L. Preventing the onset of cigarette smoking through Life Skills Training. *Preventative Medicine* 1980; 9, 135-143.
3. Botvin, G. J., E. Baker, et al. "A cognitive-behavioral approach to substance abuse prevention: One-year follow-up." *Addictive behaviors* 1990; 15(1): 47-63.
4. Botvin, G. J., E. Baker, et al. "Long-term follow-up results of a randomized drug abuse prevention trial in a white middle-class population." *Jama* 1995; 273(14): 1106-1112.
5. Borduin, C.M., Mann,B.J., Cone,L.T., Henggeler,S.W., Fucci,B.R., Blaske,D.M.,et al. Multisystemic treatment of serious juvenile offenders: Long-term prevention of riminality and violence. *J Consult Clin Psychol* 1995; 63, 569-578
6. Cohen, J. The Power Primer. *Psychological Bulletin* 1992; 112(1), 155-159.
7. Deffenbacher, J., Oetting, E., Huff, M., & Thwaites, G. Fifteen-month follow-up of social skills and cognitive-relaxation approaches to general anger reduction. *J Couns Psychol* 1995; 42(3): 400-405.
8. Education Development Center, Inc. and Mass Interaction. Building Foundations: Developing Skills for Life .Teenage Health Teaching Modules. 2003.
9. Englander-Goldern, P., Jackson, J., Crane, K., Schwarzkopf, A., & Lyle, P. Communication skills and self-esteem in prevention of destructive behaviours. *Adolescence* 1989; 14, 481-501.
10. Evans, R., et al. Deterring the onset of smoking in children: Knowledge of immediate physiological effects and coping with peer pressure, media pressure

- and parent modelling. *J Appl Soc Psychol* 1978; 8.
11. Forneris, T., Danish, S. J., & Scott, D. L. Setting goals, solving problems, and seeking social support: developing adolescents' abilities through a life skills program. *Adolescence* 2007; 42(165), 103-114.
 12. Glass, G. V. (1976). Primary, secondary and meta-analysis of research. *Educational Research*, 5(3-8).
 13. Hanewinkel, R., & Ashauer, M. Fifteen-month follow-up results of a school-based life-skills approach to smoking prevention. *Health Educ Res* 2004; 19(2), 125-137.
 14. Hawkins, J. Kosterman, D. R., Catalano, R.F., Hill, K. G. & Robert, D. Abbott, "Promoting Positive Adult Functioning Through Social Development Intervention in Childhood: Long-Term Effects from the Seattle Social Development Project," *Arch Pediatr Adolesc Med* 2005; 159(1), 25-31.
 15. Hyndman, M. J., & Evans, G. T. Social and life skill competence in potential early school-leavers. *Br J Guid Counc* 1989; 17 (3): 286-303.
 16. Junge, S. K., & Manglallan, S. Building life skills through afterschool participation in experiential and cooperative learning. *Child Study* 2003; 33(3), 165-174.
 17. Landman, J. T., Irvin, L. K., & Halpern, A. S. Measuring life skills of adolescents: tests for everyday living (TEL). *Measurement & Evaluation in Guidance* 1980; 13(2), 95-106.
 18. Mangrulkar, L., Vince Whitman, C., & Posner, M. Life skills approach to child and adolescent healthy human development. Washington, D.C.: Pan American Health Organization 2001.
 19. Marios, G, Irimi, D., & Aggeliki, L. The effectiveness of teaching a life skills program in a physical education context. *European Journal of Psychology of*

- Education* 2006; 4, 429-438.
20. McGuire, W. J. Theoretical foundations of campaigns. In R. E. Rice & C. K. Aktin (Eds.), *Public communication campaign* (2nd ed., pp. 43-65). CA: Sage 1989.
 21. Mize, J., & Ladd, G. A cognitive-social learning approach to social skill training with low-status preschool children. *Dev Psychol* 1990 26(3), 388-397.
 22. Nuananong, S. Preventing tobacco and drug use among Thai high school students through life skills training. *Nurs Health Sci* 2006; 8,164-168.
 23. Poole, M. E., & Evans, G. T. Life skills: Adolescents' perceptions of importance and competence. *Br J Guid Counc* 1988, 16(2):
 24. Pentz, M. A., J. H. Dwyer, D. P. MacKinnon, B. R. Flay, et al. Multi-Community Trial for Primary Prevention of Adolescent Drug Abuse: Effects on Drug Use Prevalence. *J Am Med Assoc* 1989; 261, 3259-3266
 25. Seeletso, L., & Sinkamba, G.(Eds.). Botswana's Window of Hope: Skills for Life Living .Primary School 5-7 Teacher's Guide 2003.
 26. Young, M., Kelley, R., & Denny, G. Evaluation of selected life-skills modules from the contemporary health series with students in grade 6. *Perceptual and Motor Skills* 1997; 84, 811-818.
 27. Zollinger, T. W., Saywell, R. M. Jr., Muegge, C. M., Wooldridge, J. S., Cummings, S. F., & Caine, V. A. Impact of the life skills training curriculum on middle school students tobacco use in Marion County, Indiana, 1997-2000. *J Sch Health* 2003; 73(9), 338-346.

柒、附錄

附件一：以生活技能融入藥物濫用防制課程之教學手冊及教學媒體

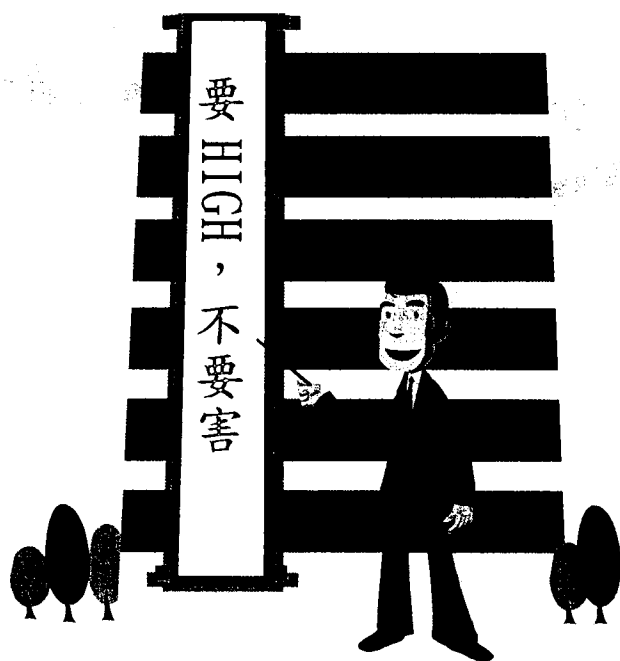
附件二：媒體形成性評價-專家問題與討論

附件三：空白問卷

行政院衛生署管制藥品管理局

委託研究計畫

藥物濫用防制 教學手冊



民 國 九 十 八 年

模組一

一、模組名稱：藥不要，有關係

二、教學目標：

1. 了解藥物濫用的定義、種類和其危害。
2. 願意視藥物濫用者為病犯，而非犯人。

三、教學時間：45-90 分鐘(一至兩節課)

四、教學對象：國中七至八年級學生

五、教學方法：

遊戲法、實地演練、小組討論、視聽法、小組討論、學生發表、價值澄清、問答法、個人報告、小組討論、實際演練

六、教學活動流程：

【活動一】歷史大回顧 10'

1. 教師詢問學生藥物濫用是近代才開始的嗎？教師講解五石散（教學小提醒附一、附二）的故事。讓學生了解其實古代的時候，已有許多的古人因藥物濫用而死。
2. 教師講解近年台灣地區在校青少年用藥種類比例順位，不僅讓學生瞭解台灣各個年代藥物濫用種類的不同，也讓學生知道民國 97 年 K 他命為濫用的第一名，安非他命為濫用的第二名，第三名則為搖頭丸。
3. 教師發下學習單 1：全球學習單，讓學生知道世界各國用藥的數據及情形，並告知學生其他國家青少年濫用藥物以大麻為最多。（答案可參考學習單 1 解答：全球學習單）

【活動二】新興藥物 45'

1. 教師詢問學生有聽過哪些毒品？毒品的具體定義為何？
2. 教師講解毒品的具體定義。依據毒品危害防治條例，所謂的毒品具有三種特性：成癮性、濫用性及對社會危害性。
3. 教師給學生看各類藥物的圖片，並講解各類常見的藥物（教學小提醒附三）。
4. 教師講解青少年常見的藥物，其濫用方式以及藥物的俗名。
5. 教師解釋何為心癮、身癮。並且讓學生辯論：心癮、身癮哪一種比較好戒？（教師將黑板分為兩邊，請學生舉手說出自己站哪一邊，並說出理由）教師總結：藥物濫用心癮比身癮難戒（教學小提醒附四）。
6. 教師講解藥物濫用的變身：安非他命的吸食器、K 粉、K 菸、FM2、下藥的動

畫、GHB、迷姦藥、笑氣。

7. 教師講解台灣目前藥物濫用的特徵和情形。(教學小提醒附五)
8. 教師詢問學生對於藥物濫用的三個迷思：(1) 大家都在用藥啦！所以你也該試試！、(2) 藥物可以增加性功能？、(3) K他命不會上癮？。請學生先自由舉手發言他們的看法，教師再講解。(教學小提醒附六)
9. 教師告知學生我們應視藥物濫用者為病犯，並且加以澄清浪子回頭金不換，戒毒成功者我們應給予其機會過嶄新的人生。(教學小提醒附七)

【活動三】藥物濫用傷很大 30'

1. 教師給學生看動畫兩則：向惡魔預支的體力；拉k不拉尿、拉尿不拉k。
2. 教師講解藥物對於生理、思考、心理、人際、社會的影響。(教學小提醒附八)
3. 教師發下學習單2：藥物花多少，計算使用K他命一年所需花費的金額。並請學生討論這樣的金額可以做哪些其它的事情(學習單2解答：藥物花多少)。
4. 教師發下學習單3：我的一週記事，並請學生需填寫完畢，下次上課需帶來報告。

七、教學資源：

教學投影片：藥不要，有關係

學習單1：全球學習單

學習單2：藥物花多少

學習單3：我的一週記事

動畫：向惡魔預支的體力

動畫：拉k不拉尿、拉尿不拉k

影片：watchoutourdrink

八、教學小提醒：

附一：五石散：

五石散是由石鐘乳、紫石英、白石英、石硫磺、赤石脂五種礦物一併燒煉而成的散劑。

在漢武帝時，就有方士李少君、樂大諸人為武帝提供所謂的“仙藥”，其實就是經燒煉而製成的金石類礦物散劑。漢武帝最後便是因服用大量以壯陽為目的的此“仙藥”來助淫欲而精竭暴亡的。不僅漢武帝為五石散所害死，在晉朝時，晉朝的權貴亦沉溺於五石散以壯陽縱欲，圖一時之快，將寶貴的生命孤注一擲。還有晉朝的齊王亦不聽勸告，一意孤行長期服用五石散，最後的結果也是胸部癰疽(即為急性化膿)而亡。

附二：紅丸案

紅丸是由紅鉛、秋石、人乳、辰砂、松脂等藥物炮製而成。紅鉛乃指婦人之

經血，秋石是人尿，人乳為婦女所分泌之乳汁，辰砂則為湖南辰州出產的硃砂。某些歷史學家認為最有可能致死的原料是辰砂，辰砂即為書法所用之硃砂。因為硃砂含有汞的成份，汞不僅會傷害我們的腎臟，也會傷害我們的中樞神經系統。

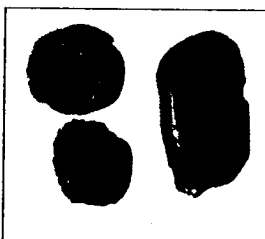
紅丸案是明代的三大奇案之一。西元 1620 年 8 月 1 日，明光宗登基，鄭貴妃立即向明光宗進獻 8 位美女，取悅明光宗。好色的明光宗照單全收，「退朝內宴，以女樂承應」，由於淫慾過度，8 月 10 日便病倒。

1620 年 8 月 29 日，因服用李可灼的紅丸，病情稍緩，暖潤舒暢，直呼：「忠臣！忠臣」於是下午三時復進一丸，9 月 1 日五更時暴斃，在位僅 29 天。

附三：藥物的種類(資料來源：新竹縣毒品危害防制中心全球資訊網)

一級毒品

鴉片

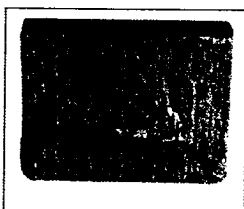


毒品來源：罌粟未成熟蒴果經割傷果皮後，滲出之白色乳汁乾燥凝固而得。含鴉片生物鹼約 25 種。

毒品性狀：形狀不一，呈圓球形、扁餅形、磚塊或不規則形，呈棕色或黑色，俗稱阿芙蓉或福壽膏。

濫用方式：以附煙袋鍋之長管抽吸。

嗎啡

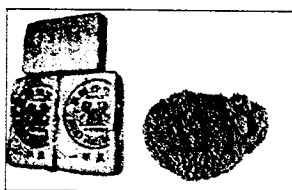


毒品來源：由鴉片提煉出的白色粉末。

毒品性狀：具光澤無嗅味苦之極微細白色針狀結晶粉末。通常裝入小紙如包藥般包裝或以封口塑膠帶方式流通市面。

濫用方式：口服、抽吸、鼻吸或注射。

海洛英

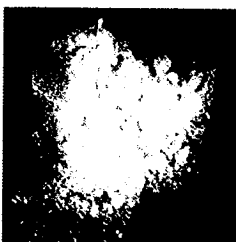


毒品來源：嗎啡與醋酸酐加熱反應成為海洛因。

毒品性狀：成分為高純度海洛因 Heroin，呈塊狀白色結晶。

濫用方式：口服、抽吸、鼻吸或注射。

古柯鹼

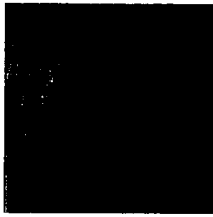


毒品來源：由古柯葉提煉而得，哥倫比亞、秘魯、玻利維亞、古巴為主要產地。美國及中南美洲為主要濫用地區。

毒品性狀：鹽酸古柯鹼 (cocaine HCl) 為無色或白色薄片狀結晶性粉末，味苦，具舌麻痺感，又稱為可卡因。

濫用方式：鼻吸、吸煙。

二級毒品



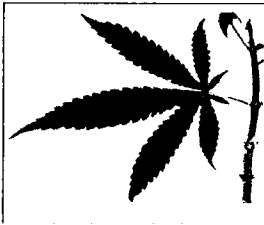
安非他命

毒品來源：由鹽酸麻黃素合成。國內濫用之安非他命主要為甲基安非他命。

毒品性狀：純品為無色至淡黃色油狀物，其鹽酸鹽或硫酸鹽為微帶苦味之白色結晶體粉末。甲基安非他命鹽酸鹽結晶如細碎冰塊，匿稱冰塊（Ice）目前市面流通之包裝已由保濟丸瓶裝改為封口小塑膠袋裝。

濫用方式：口服、注射或鼻吸或與菸草混合後抽吸。

大麻



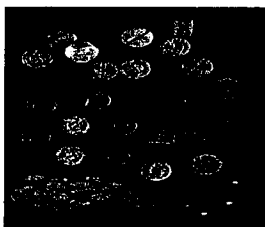
毒品來源：基源植物為印度大麻生長於溫帶或熱帶氣候。

毒品性狀：一年生植株為單一經草本，主根明顯；多年生植株形如灌木，以枝及根鬚為主；莖直立，密生細柔毛，掌狀深裂複葉，互生具長葉柄，莖下部葉對生，小葉 3~9 枚，針形先端尖邊緣粗鋸齒，上下表皮有鐘乳體及腺毛。雌雄

異株。主要成分（Tetrahydrocannabinoid, THC）富含於葉及雌花。大麻植物頂端之樹脂分泌物乾燥之大麻製劑。

濫用方式：吸煙或煙斗抽吸。

MDMA 搖頭丸

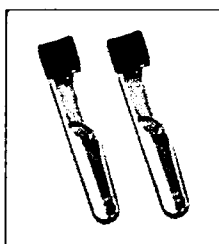


毒品來源：為亞甲雙氧甲基安非他命之簡稱。為安非他命類似物質。

毒品性狀：白色藥片、膠囊，亦有粉紅色或其他顏色。俗稱亞當、狂喜、搖頭丸。

濫用方式：口服。

俗稱液態快樂丸的 GHB



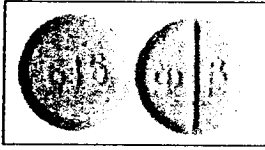
使用毒害：

被列為美國三大濫用藥物之一，在美國每年有近千名濫用者，美國 1995 年至今已有 32 人死亡。GHB 服用後 10 到 20 分鐘即發生作用，可持續長達 4 小時之久，其作用長短視劑量而定。在低劑量時，可減輕焦慮產生鬆弛作用；然而，當劑量增加時，會讓人睡覺，最後昏迷或死亡。

GHB 不良作用：噁心、嘔吐、頭痛、反射作用喪失，可能很快失去意識、昏迷及死亡，與酒精並用會更加劇其危險性。

三級毒品

FM2 強姦藥丸

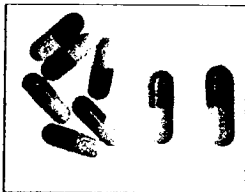


毒品來源：屬苯二氮泮類鎮定安神劑，主成分為 Flunitrazepam 2m g。

毒品性狀：製成藥片劑型，有的錠劑上打印 FM2 字樣及十圖案，俗稱十字架。

濫用方式：口服。

愷他命 Ketamine+Ephedrine+Caffeine

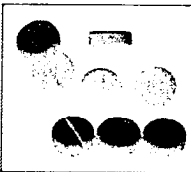


毒品來源：屬巴比妥酸鹽製劑。

毒品性狀：白色帶苦味無氣味粉末，作成膠囊。

濫用方式：口服、鼻吸、煙吸及注射方式施用，國內多以注射為主。

白板



毒品來源：屬禁用之安眠鎮靜類製劑。

毒品性狀：主成分為 Methaqualone，白色結晶性粉末製成錠劑。

濫用方式：口服。常被混在酒精、鎮定劑、可待因及大麻中服用。

青發

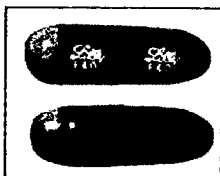


毒品來源：屬巴比妥酸鹽製劑。

毒品性狀：白色帶苦味無氣味粉末，作成膠囊。

濫用方式：抑制中樞神經，短期間低劑量服用大多產生鬆弛與安寧感，有時則感到興奮並可能出現思想障礙及動作不協調。

紅中



毒品來源：屬巴比妥酸鹽製劑。

毒品性狀：白色帶苦味無氣味粉末，作成膠囊。口服或注射。有時與酒精、安非他命、海洛因等混合使用，危險性增高。

濫用方式：抑制中樞神經，短期間低劑量服用大多產生鬆弛與安寧感，有時則感到興奮並可能出現思想障礙及動作不協調。

一粒眠 (Nimetazepam)



毒品來源：名 E r i n i m 的「一粒眠」，主要成分為「硝甲西洋」，作用為中樞神經抑制劑，臨床醫學用來治療焦慮、失眠、

酒精戒斷以及肌肉緊縮等症狀。

毒品性狀：根據醫學臨床經驗，長期使用「一粒眠」，只要超過四周以上，及產生藥物依賴性且長期使用者，將對其記憶力、注意力等造成障礙。若併用其他藥物，如酒精或搖頭丸等藥物，將對智力造成損害。

濫用方式：口服。

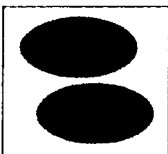
四級毒品



煩寧

毒品來源：屬苯二氮洋類鎮定安神劑 主成分為 Flunitrazepam 2mg。

Xanax (俗稱蝴蝶片)



毒品性狀：成分為 Alprazolam，屬苯二氮洋類安眠鎮靜劑，列屬第四級管制藥品管理。

濫用方式：口服。

附四：心癮比身癮難戒

一旦沾上毒…身癮易除、心癮難戒

2008/05/30 【聯合報／柯俊銘／公職臨床心理師】

某立委在議場質詢時，要求法務官員報告毒品戒治成效如何。法務官員呈現統計數據指出，回流比率已經逐年減少，僅近三分之二的人再犯。正當大家為此慶幸時，有其他立委好奇地問：「剩下的到哪兒去了？」只見官員從容地表示，他們早已蒙主寵召，不在人世了。

這話乍聽雖嫌誇張，卻也道出戒毒的困難。正如許多過來人所言：「身癮易除，心癮難戒」、「一朝吸毒，十年戒毒，終身想毒」，一旦沾染該惡習，要從這條不歸路全身而退，恐怕需長期，甚至是一輩子與「癮」奮戰才行。

美國藥物濫用研究所 (NIDA) 於去年 4 月發行刊物「藥物、大腦與行為—成癮科學」中指出，吸毒剛開始雖是個人自由意志下的選擇，但成癮後便是一種慢性且極易復發的腦病，並非只是單純缺乏道德感、意志力不足的問題。

透過先進的腦部造影技術，科學家發現濫用非法藥物會導致大腦局部結構與運作方式改變，衝動控制的降低，酬賞機制的異常，使得當事人即使知道這樣子做不好，卻仍強迫性使用，藉以降低戒斷造成的不舒服，陷入無法自拔中。

最可怕的是，毒品帶來的愉悅感覺會儲存在大腦神經迴路中，即使已經許久

未接觸，但若遭遇與吸毒情境相關或類似的景物、聲音、味道、事件等，往往瞬間喚起埋藏已久的記憶，進而產生所謂的渴求現象，個人也因而又故態復萌。

雖說毒癮背後有其複雜的神經生化機轉，並非無法治療。目前醫囑藥物依功能不同，有的可解毒與緩解戒斷時的痛苦，有的能抵銷毒品增強作用。最近政府推行「減害計畫」，就是以美沙酮取代非法藥物，一方面止癮，一方面也能減少愛滋病、B或C型肝炎等疾病傳播。

心理治療的介入也不容忽視。臨床研究證實，透過「動機式晤談」能引發個案改變用藥的偏差行為，提高接受專業處遇的意願；而以「認知行為治療」為主軸的個別或團體諮商，則可矯正個案錯誤的用藥思維，學習辨識復發的高風險情境，並懂得如何因應與做好自我調適，去除對藥物的心理依賴。

話雖如此，上述治療效果仍要配合生活型態與環境重建，才能延續。穩定的工作、正當休閒、良好的家庭功能與人際關係等則是復發與否的關鍵。

面對新的開始，戒癮者除倚賴醫療的協助外，也需要社會的支持與關懷，唯有更多鼓勵與督促的力量，相信才能幫助他們早日走出迷幻森林，找回真正的自我。

附五：台灣近年來藥物濫用的特徵及情況

1. 毒品形式圖樣多樣化。
2. 毒品不純且為無均質毒品，即為混藥。
3. 多重毒品的混合使用，危險性大幅增高。
4. 吸食方式的多元化。
5. 合法藥品遭濫用，如嗎啡、FM2。
6. 共用針頭致毒癮愛滋的急速增加。

附六：藥物濫用的迷思

Q1：有朋友說：「大家都在用藥啦！所以你也該試試！」這是真的嗎？

A1：根據2004年郭憲文教授的調查，國、高中生使用藥物的比率為1.6%，即為每一百個人中，有1-2位同學使用藥物，所以吸毒者並不是多數，一直都是社會上的少數！如有同學如是說，應予以求證，不可信其偏頗之言。

Q2：藥物可以增加性功能？

A2：吸毒會增加性功能，這是很多初級毒品使用者步入深淵的原因之一，注射海洛因的初期，的確可使吸毒者產生快感。可是一旦依賴之後，百分之百一定會出現性抑制，並伴有性功能障礙、陽痿、射精不能的現象。

Q3：K他命不會上癮？

A3：很多人都以為比起安非他命，搖頭丸、K他命、FM2等的藥品不會上癮，但這絕對是錯誤的。臨床上已經有越來越多K他命藥物成癮的病人，甚至還有導致膀胱炎、神智改變、自殺等的案例出現。

附七：視吸毒者為病犯而非罪犯。

以前清朝時，曾無法管控嚴重的鴉片問題，「成癮性」在當時並未有一清楚的定義。但當時對於鴉片煙吸食的人多以「癮發」、「痼疾」形容之，可見當時的社會已經將此視為一種疾病，已知鴉片的吸食會造成難以戒治的惡疾。

民國87年，法務部正式在修法理由中承認吸毒者的病人地位，認為吸毒成癮者是一種兼具「病人」與「犯人」的「病犯」。

我們不應歧視曾經藥物濫用的人，因為不是每一個人都是有足夠的保護，來遠離藥物。有些人還懵懵懂懂的就踏上這條不歸路。想想看，當你(妳)小時候，如果有朋友拿毒品給你(妳)，而那時又不知道毒品的危害，也不懂得拒絕，你(妳)覺得自己拒絕得了他(她)嗎？

所以，每個人都有機會成為藥物濫用者，不是所有藥物濫用者都是壞人。一旦曾經吸毒者能夠戒毒成功，忍受過身癮跟心癮的痛苦，是非常了不起的，應給予戒毒成功者一個機會。

附八：藥物對於生理、思考、心理、人際、社會的影響

(一) 吸毒對於生理的影響：

吸毒對於身體的危害不僅僅是短期的，長期的危害往往會造成身體的病變，甚至有可能會直接造成死亡。

1. 呼吸系統：古柯鹼、強力膠等可導致肺水腫或肺炎等。
2. 心臟血管系統：如安非他命可導致虛脫、發燒、錯覺、全身性痙攣等，並可能因心臟衰竭或心律不整致死；注射海洛因感染引起心內膜炎而導致死亡。
3. 消化系統：導致消化系統功能不良、營養失調等。
4. 神經系統：導致腦部受創，使思考、感覺、語言、記憶功能受損。
5. 肝臟：肝功能失調，產生併發症。
6. 泌尿與生殖系統：有研究指出使用大麻可能減少男性精子數目，也會增加女性不孕或胎死腹中之機率。古柯鹼則可能導致胎兒早產。孕婦吸毒，胎兒同樣受到影響，出生體重偏低，出生後戒斷現象，在發展上也可能會有影響，產後胎兒對於環境的認知能力亦會變差。

(二) 吸毒對於思考的影響：

毒品會損害一個人思考的能力，降低此人對週遭的警覺性，這些影響不僅會發生在吸食毒品的時候，甚至在藥性退去好久之後，仍然會持續著。

一個曾經吸過毒的人，會與現實生活脫節。很明顯地，你與他同處一室，你會看到他只有一段時間處在當下，而另一段時間的他，卻處於過去的某些事件中。

（三）吸毒對於心理的影響：

藥物成癮者在用藥時，會呈現平和、舒適的感覺，對於生活當中一切不順心的事物都感到都沒關係。而當他們藥效退後，清醒了，他們卻須承受嚴重的身心反撲。所以用藥者在面對現實生活的挫折時，就會很想利用藥物來得到解脫與舒適感，因為一旦他們用藥，所有不好的感覺全都煙消雲散。他們的身體、心理久而久之就會自然而然地習慣藥物，心情好時，會想用藥；心情不好時，更想用藥來讓消除煩惱。

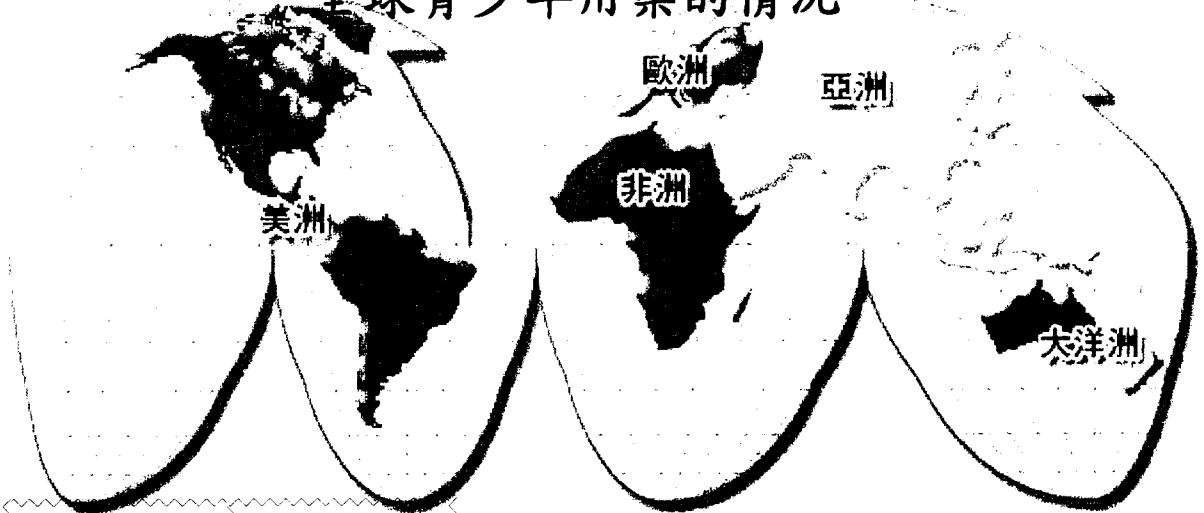
（四）吸毒對於人際的影響：

1. 個人的情緒不穩定、脾氣暴躁，與家人、朋友相處不好，常衝突。
2. 學校或工作適應能力減退，學習興趣降低。
3. 做事鬼鬼祟祟怕被人看到。
4. 對於穿著和衛生都不再講究。
5. 朋友圈子顯著地改變，常與吸毒者來往。

（五）吸毒對於社會的影響：

1. 吸毒危害他人安全：吸毒除了危害自我之外，有時甚至為了要買毒品所需要的金錢，做出殺父弑母、搶劫等非法的事。
2. 吸毒危害社會的風氣：例如清朝時，國人普遍使用鴉片而得到「東亞病夫」的稱號，此稱號在當時給中國人所帶來的恥辱是不言而喻的

全球青少年用藥的情況

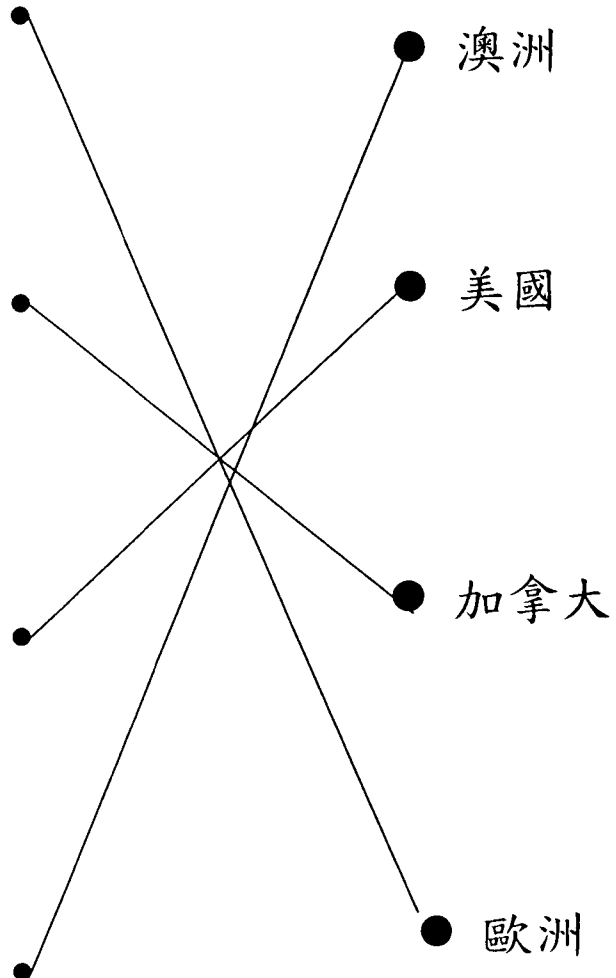


| | |
|------|-------|
| 大麻 | 23.0% |
| 安非他命 | 3.3% |
| MDMA | 2.8% |
| 古柯鹼 | 0.9% |
| LSD | 2.6% |

| | |
|------|-------|
| 大麻 | 34.7% |
| 安非他命 | 9.5% |
| MDMA | 5.4% |
| 古柯鹼 | 3.3% |
| LSD | 10.3% |

| | |
|------|-------|
| 大麻 | 40.9% |
| 安非他命 | 15.7% |
| MDMA | 6.0% |
| 古柯鹼 | 4.0% |
| LSD | 8.5% |

| | |
|------|-------|
| 大麻 | 42.8% |
| 安非他命 | 9.3% |
| MDMA | 5.0% |
| 古柯鹼 | 4.0% |
| LSD | 9.3% |



學習單2解答：

藥物花多少

請計算每週用藥的錢：

每天用1份×7天×\$ 400 = \$2800(每週所需花的錢)

請計算每月用藥的錢：

每天用1份×30天×\$ 400 = \$12000 (每月所需花的錢)

請計算每年用藥的錢：

\$12000(每月所需花的錢)×52 週= \$624000 (每年所花費的錢)

請想想這樣的金額，你可以做什麼，或拿來買什麼東西？

例如：

買好幾十台遊樂器

吃兩千多次的大餐

唱幾千次的 KTV

買六千多本漫畫

買六百多份大禮送家人或喜歡的人

買一部小轎車

買二十幾台筆電

模組二

一、模組名稱：打造防護金鐘罩

二、教學目標：

1. 分析藥物濫用之原因。
2. 能管理自己的時間。
3. 能運用拒絕技能。

三、教學時間：45-90 分鐘(一至兩節課)

四、教學對象：國中七至八年級學生

五、教學方法：

案例分享、小組討論、角色扮演、小組討論、情境演練、小組討論法、實際演練、個人報告、自我檢核、行為增強、監督法

六、教學活動流程：

【活動一】藥物濫用的原因 10'

1. 教師請學生想想藥物濫用常見的原因有哪些？請學生自由舉手發言。
2. 教師請學生觀看教學投影片中的 96 年青少年初次藥物濫用原因統計表，讓學生知道藥物濫用原因主要是受到朋友引誘卻不懂得拒絕，還有壓力大不懂得如何紓解造成的。而除了個人的因素之外，還有社會環境的因素，包括打工的場所如：PUB、舞廳、KTV，還有參加幫派、參加民俗陣頭、結交用藥的朋友都是造成用藥的不歸路。

【活動二】危險勿近 15'

1. 請學生觀看動畫：高危險情境 part1、高危險情境 part2。
2. 請學生討論動畫中之危險情境 part1、part2，其人、事、時、地為何。
動畫高危險情境 Part1 的人：學長和同儕，事：玩線上遊戲，時：週末一整天，地：「勁颯速」網咖。
動畫高危險情境 Part2 的人：學長、學弟、學長學弟的朋友們，事：跳八家將，時：神明慶典，地：廟前。
3. 教師請學生自由舉手發言，說出若是他(她)自己遇到此情境，會選擇哪一個解決方法。
4. 請學生想想還有哪些的人、事、時、地是會是用藥的高危險情境，並自由舉手發言。
5. 教師根據學生的意見給予回饋，並引導學生說避免藥物濫用其實並不困難，

只要我們能夠避免以上的高危險情境，就是避免藥物濫用最有效的預防針！

【活動三】生活管理大師 35'

1. 學生觀看動畫：生活管理有一套 打造防護金鐘罩
2. 看完此動畫之後，教師詢問學生是否知道動畫中的主角小白其最主要的問題，並請學生舉手回答。
3. 教師發下學習單 4-1：用藥者的一生，請學生小組自編用藥者的生命歷程。
4. 教師請一至兩個小組派代表唸出他們所編的用藥者的生命歷程。
5. 教師發下學習單 4-2：阿誠與阿明，並請學生小組討論兩者的差別。
6. 教師請一至兩個小組派代表唸出阿誠與阿明一生遭遇的差別。
7. 教師依學生的意見給予回饋，並說明一顆小小的藥物，就會對於我們的一生造成如此大的差別！
8. 教師請學生現在來反思自己時間運用的情形。詢問學生除了上課，補習之外，閒暇時間都在做些甚麼，請學生自由舉手發言。
9. 教師講解事情分為四類：重要又緊急、重要但不緊急、緊急但不重要、不緊急且不重要，請學生排出優先之順序。
10. 教師舉例各類事情的例子。重要又緊急，例如：期中考、作業；重要但不緊急往往是想要加強的能力，例如：英文能力的加強、成為籃球校隊的夢想。不重要但緊急，例如：起床後被子沒折好、忘了帶筆；不重要且不緊急，例如：買零食、看漫畫、聊天、看電視、打電動。教師請學生想想自己在各類事情上，花最多時間在做哪一類的事情？
11. 教師說明我們每一天的時間，都有生理上的黃金時段、白銀時段、青銅時段、石頭時段。請學生想想自己的黃金時段是何時呢？
12. 教師講解若將時間與事情搭配起來，應是在黃金時段做重要又緊急的事，白銀時段做重要但不緊急的事，青銅時段做緊急但不重要的事，石頭時段做不緊急且不重要的事。
13. 教師結語：學生應花最多的時間在重要又緊急的事情上面，而重要但不緊急的事情，則是最常被我們所遺忘的，每天應規定自己花一段的時間做重要但不緊急的事情。而不重要的事情則應花我們較少的時間。

【活動四】一週記事 30'

1. 教師請學生拿出上週的回家作業，每位學生上台報告自己的一週記事（可識情況調整）。
2. 教師請學生提名並舉手票選最值得學習的生活方式。
3. 教師帶領學生來分析此位最值得學習學生的生活方式。
4. 教師發下學習單 3：我的一週記事交代回家作業：請學生此週回家後規劃自己一週的生活方式並實踐它。

【活動五】天龍八不 20'

1. 教師請同學幻想校園中某一常見的情境：某天，當大家一起玩國王遊戲時，自己不幸淪為乞丐，而身為國王的同學，命令你喝下一杯奇怪的液體，當時你會怎麼做？
2. 教師發下學習單 5：天龍八不。教師請學生想想天龍八不的各個招數該如何使用並自由舉手發言。之後，教師一一舉例各個招數的用法。
3. 教師總結：其實，我們不應去玩遊戲規則不確定的遊戲，連他人叫你做什麼都難以確定。而當自己已經玩此遊戲後，若他人提出不合理的要求，你配合完成他(她)的要求，此舉並非勇敢，而是給別人機會利用你！這是不明智的決定。

七、教學資源：

教學投影片：打造防護金鐘罩

動畫：高危險情境 part1

動畫：高危險情境 part2

動畫：生活管理有一套 打造防護金鐘罩

學習單 3：我的一週記事

學習單 4-1：用藥者的一生

學習單 4-2：阿誠與阿明

學習單 5：天龍八不

天龍八不

【天龍八不第一招：堅定拒絕。】

Jason：同學，這個不好，我不要，你不要拿給我。

【天龍八不第二招：找尋藉口。】

阿凱：同學，我身體不好，吃了這個我怕會死翹翹，再說電視上不是也一直教我們吸毒不好，我還是不要嘗試的好！

【天龍八不第三招：縮小自己。】

小斌：我膽子很小啦，我爸媽知道會罵死我，這個你拿回去啦！

【天龍八不第四招：裝瘋賣傻。】

魯蛋：同學，你看起來臉色不好哩，有問題喔，你昨天沒睡覺喔，我沒有顧左右而言他阿，學長你一定是沒吃飽厚，要不要趕快去吃飯睡覺，否則這樣對身體不好喔！

【天龍八不第五招：追根究底。】

阿凱：同學，這個是什麼，吃了會怎樣，有醫師證明嗎，還是你先拿醫師證明給我看，不然我拿去給醫師看好了，看它到底是什麼，吃了有沒副作用，同學你不要嫌我煩，弄清楚很重要。

【天龍八不第六招：反向說服。】

Jason：同學，你知道嗎，使用這種藥物傷身傷心，社會上有多少新聞事件都是因為吸毒造成的，聽我的勸，你也不要用了，免得後悔都來不及。

【天龍八不第七招：閃人開溜。】

魯蛋：同學，我想起來了我還有事，剛老師好像在找我，我先閃喔。

【天龍八不第八招：尊重生命。】

Jason、小真、同學：青春只有一次，我們要HIGH！不藥害！

模組三

一、模組名稱：徘徊在天堂與地獄之間

二、教學目標：

1. 能說出自己該如何拒絕用藥。
2. 演練如何拒絕同儕的誘惑。

三、教學時間：45 分鐘(一節課)

四、教學對象：國中七至八年級學生

五、教學方法：

價值澄清、動畫欣賞、實際練習、個人報告、小組討論、自我檢核

六、教學活動流程：

【活動一】躲在書包裡的死神 15'

1. 教師帶領學生來看第一個故事：墜入七彩光霞的男孩。
2. 教師請學生自由舉手發言若他們是故事中的男主角小齊，遇到有朋友叫他們試試強力膠他們當場會怎麼做。
3. 教師帶領學生看第二個故事：凋謝的百合。
4. 教師請學生自由舉手發言如果他們是故事的女主角小珍會如何拒絕濫用藥物。

【活動二】天使與魔鬼的自我對話 30'

1. 教師發下學習單 4：決定是否用藥的自我對話，並請學生小組討論。
2. 教師請每一小組上台演出剛剛所討論之內容(若學生不願配合演戲，則可以改為小組報告所討論之內容)。一位組員演惡魔，一位組員演天使，一位組員演猶豫不定的學生。猶豫不定的學生思考內容：「我可以用藥嗎?」、「用藥後對自己沒有傷害嗎?」、「碰一次不會怎樣，不要給別人知道就可以」、「好朋友不會害我」、「我家人不會發現吧」、「別人都有，我沒有不大好吧?」、「我看有人用完後好像感覺很爽的樣子」、「可是我一群好朋友都在用，不用好掃興喔」、「反正氣氛那麼好，有人帶搖頭丸分給大家吃，我就跟著吃而已也沒差吧」、「如果我說了我不要用，會不會讓人覺得我在裝清高啊?」、「用也沒關係吧，我這麼強，一定戒的掉。」、「讀萬卷書不如行萬里路，所以就親身試試吧!」
3. 教師依據學生的意見給予回饋，並請學生觀看動畫：天使與魔鬼 part1、天使與魔鬼 part2。教師告知學生如果我們能在用藥前就有正確的自我對話(思

考)，就能夠堅定地拒絕同儕的誘惑(行為)，未來就能夠避免步入用藥者的人生歷程(結果)。

七、教學資源：

教學投影片：徘徊在天堂與地獄之間

學習單 4：決定是否用藥的自我對話

動畫：天使與魔鬼 part1

動畫：天使與魔鬼 part2

模組四

一、**模組名稱：** 珍愛生命，遠離用藥

二、**教學目標：**

1. 能說出預防藥物濫用的方法。
2. 理解藥物濫用相關之法律責任。

三、**教學時間：**45 分鐘(一節課)

四、**教學對象：**國中七至八年級學生

五、**教學方法：**

腦力激盪、上台報告、小組討論、行為增強、實際演練、案例分析

六、**教學活動流程：**

【活動一】做好情緒管理，不用藥物紓壓 15'

1. 教師播放動畫：悶鍋快爆炸。
2. 教師詢問學生，若你(妳)是悶鍋快爆炸的主角，當你(妳)的心情不好，又有人拿藥給你(妳)，你(妳)會使用嗎？若不會，會如何拒絕用藥的朋友並調適自己的心情？
3. 教師講解五十個紓壓法。(詳見八、教學小提醒附一)
4. 教師播放動畫：轉念心就開。
5. 教師詢問學生用藥物減肥的後遺症有哪些？你覺得有哪些較好的減肥方法？教師依據學生的回應給予回饋。
6. 教師講解減肥的正當方法。(詳見八、教學小提醒附二)

【活動二】減少危險因子，增加保護因子 20'

1. 教師播放動畫：藥頭的秘密、脫不了身的夢魘。
2. 教師講述新聞挖挖哇!!的新聞案例。(詳見八、教學小提醒附三)
3. 教師詢問學生並請學生自由舉手發言：這則新聞，給你(妳)們什麼感受?哪些時間或地點是新聞主角接觸這些藥物的場所?想看看，這些吸毒學生，除了吸毒，平常生活與大家有什麼不同?是否曾有人向你賣藥?你當時如何回答他(她)?
4. 教師講解如何預防接觸到毒品。(詳見八、教學小提醒附四)
5. 教師講解大餅的故事。

【活動三】以案例分析來看藥物濫用之法律責任 15'

1. 教師詢問學生是否知道以下故事內的主角：「悶鍋快爆炸」、「轉念心就開」、「新聞挖挖哇！」、「藥頭的秘密」、「脫不了身的夢魘」、「大餅」觸犯了哪些法律？並請學生自由舉手發表。（答案請見八、教學小提醒附五）
2. 教師詢問學生以下七項：「製造、運輸、販賣」、「持有」、「引誘他人施用」、「轉讓」、「意圖販賣而持有」、「以強暴、脅迫、欺瞞或其他非法之方法使人施用」、「施用」，哪一個最重？請學生自由舉手發表。
3. 教師講解「製造、運輸、販賣」、「持有」、「引誘他人施用」、「轉讓」、「意圖販賣而持有」、「以強暴、脅迫、欺瞞或其他非法之方法使人施用」、「施用」的法律責任。（詳見八、教學小提醒附五）

【活動四】大餅的故事探討

1. 教師發下學習單 5：大餅的故事，請學生小組討論其中可改變之因素。
2. 教師請各組派一位學生輪流上台報告，教師給予回饋。

七、教學資源：

教學投影片

學習單 5：大餅的故事

動畫：悶鍋快爆炸

動畫：轉念心就開

動畫：脫不了身的夢魘

動畫：藥頭的秘密

八、教學小提醒：

附一：

抒解壓力的技巧

- 盡可能以各種方式和你身邊的人發展出聯繫感。
- 絕對不要獨自焦慮，分享焦慮的感覺，如此可減少一半焦慮。
- 聘請專家引導你，將有害的壓力改變為具有建設性的壓力。
- 徵詢建議：請求他人的協助與建議。
- 運用團隊合作：三個臭皮匠，勝過一個諸葛亮。
- 與他人有適當的肢體上接觸 ex. 拍肩、擁抱。
- 抱怨：一個不錯的發洩方法。
- 每兩天至少運動一次：解除壓力的最佳療法之一。
- 適當的睡眠。
- 適當的飲食。
- 若覺得壓力太大，試著先做些喜歡的事。
- 在床邊放張筆記紙，方便你在半夜想到任何事情寫下來。
- 運用幽默感：即使處境艱難還是可以笑臉迎人。

- 尋求生活的好事。
- 聽音樂。
- 獲得充足的光線：陽光有助於提振你的情緒，並減少憂慮。
- 試試瑜珈：包括了呼吸練習和身體的運動，對大腦有幫助。
- 讓自己度個假。
- 唱歌：焦慮和唱歌要同時進行並不容易。
- 閱讀、看錄影帶：收藏一些容易使你專注於其中的書，並可分心。
- 哭泣：能放鬆心智，是生活中重要的一部份。
- 區辨出有害的壓力與有益的壓力。
- 主動去分析問題，並採取正確的行動。
- 主動解決你的壓力，而不是讓你的壓力來壓垮你。
- 辨識出真實情況，此不是用想像力捏造出來的幻想。
- 學習如何以冷靜、肯定的方式和自己說話。
- 不要成為自己最大的敵人：不迷信自己必得受焦慮折磨。
- 不為自己貼上輸家的標籤。
- 有時候極度焦慮是正當的：告訴你正處於危險，必須遠離。
- 請切記：沒有什麼事情能永久留存，就連壓力也是如此。

附二

如何健康減重？

飲食處方：

- 每天 3-4 餐，避免餐間吃點心。
- 每天必須吃早餐，
- 避免吃宵夜。
- 改變進餐的順序：先喝湯，喝完湯之後再吃蔬菜，最後小口小口的慢慢吃肉和飯。
- 進餐應定量，細嚼慢嚥，宜專心飲食，千萬不可邊看電視或看書邊進餐。
- 如果兩餐之間感到飢餓，可吃一份新鮮的水果或蔬菜，降低饑餓感。
- 盡量少吃任何零食及甜膩、油炸、油煎、油酥等高熱量之食物。
- 家裡不要留存零食。
- 烹調時應多利用蒸、煮、燉、烤、涼拌等不必加油的烹調方式。
- 少喝含糖飲料，ex. 根據統計，一天一杯珍珠奶茶，一年可以胖 13 公斤，總熱量高達 100100 大卡。

身體活動處方：

- 減少久坐行為(例如看電視和打電玩)。
- 設定簡單的身體活動目標：ex. 一日一萬步。
- 以有氧運動為主(ex. 快走、慢跑、游泳、跳繩、腳踏車、有氧舞蹈)，無氧運動為輔。

- 盡量選擇全身性的運動。
- 運動要有團體或同儕壓力，對於持續運動有幫助。
- 若要減重，則運動持續的時間比運動強度更重要。
- 減重的運動，其效果是可以分次累積的。
- 提高日常生活的活動度(ex. 多走樓梯、做家事)，以增加身體能量的消耗。

減重門診

- 是藉由醫師等專業人士看診，藉由開立處方的方式做正確的體重管理。ex. 要求減重者填寫每週的體重日記表、每餐食物種類，必要時會建議減重者使用合法的減重藥物。

附三：

新聞挖挖哇！！國三生校園賣搖頭丸 毒害9同學

資料來源取自：TVBS 2006/4/26 報導

嘉義市一名國中三年級的學生，竟然與藥頭接洽，疑似把搖頭丸以半顆5百元的價格，帶到學校販售，目前已知有9位同學吃了搖頭丸，他們為了規避檢查，還把毒品摻在可樂內服用，消息傳出，震驚校園。

學校正門正在施工，學生全由側門進出，加上圍牆又矮，三年級的蔡姓學生，疑似就從這些漏洞，闖出校外，與藥頭接洽買毒品，被巡邏的員警逮個正著。少年隊員警：「在校園外發現學生跟藥頭接觸，深入追查，發現部分在校園流通。」

這名一度輟學的蔡姓學生，涉嫌在2、3月間，多次購買搖頭丸，引誘同學嘗試，把毒品帶進校園。國中校長郭義騰：「7位同學有吃到搖頭丸。」

少年隊員警：「部分已賣給學生吸食，學生有些承認，有些不承認。」

警方發現，蔡姓學生以半顆搖頭丸5百元的價格，在校園內販售，為了逃避檢查，他們還將毒品摻在可樂內服用，但蔡姓學生否認販賣毒品，說是免費提供給同學分享，警方已經將他函送少年法庭處理。郭義騰：「8名學生正常上課。」

附四：

如何預防接觸到毒品

- 正常的生活作息：不規則的生活作息，如：經常熬夜、日夜顛倒等等，會間接造成不良嗜好或偏差行為。
- 當心情不好、壓力大的時候，可以找你信任的朋友、親人、老師傾訴：當心情不好時候，應用正確的方式來排解，如聽音樂、寫日記、看電影、做運動或找人傾訴等。
- 多參與校園活動：學校都有提供很多的休閒活動、社團活動，可以藉由參與活動結交很多志同道合的朋友，並且也可以在此找到自己的專長與興趣。
- 避免進出容易碰到毒品的場合：例如啤酒屋、PUB、地下舞廳、MTV、KTV、溜冰場、撞球場、陰暗的娛樂場所、網咖、汽車旅館。
- 不要靠藥物來提神或減肥：適當的飲食、運動與休息，才能獲得健康的身體。

- 而且不法商人常在提神或減肥藥物中摻入毒品，引人吸毒上癮以賺取暴利。
- 預防誤食毒品：不接受不太熟或陌生人給的飲料、密封的飲料務必親自打開、不要讓別人幫你看管飲料。

附五：

運輸：藥頭的秘密——阿明運輸藥物。

販賣：悶鍋快爆炸——藥頭小三販賣藥物。

脅迫用藥：脫不了身的夢魘——學長脅迫用藥：「敬酒不喝，想喝罰酒嗎？」。

欺瞞而逼人使用藥物：轉念心就開——小莉想減肥，美容院老闆娘卻拿安非他命給她。

引誘他人施用：藥頭的秘密——藥頭。

轉讓藥物：新聞案例中的蔡姓學生，他自稱為免費與同學分享搖頭丸，此行為是轉讓毒品。

施用：「悶鍋快爆炸」、「轉念心就開」、「新聞挖挖哇！」、「藥頭的秘密」、「脫不了身的夢魘」、「大餅」，以上案例中的每一個人皆有。

持有：「悶鍋快爆炸」、「轉念心就開」、「新聞挖挖哇！」、「藥頭的秘密」、「脫不了身的夢魘」、「大餅」，以上案例的每一個人皆有。

附六：

與毒品使用相關之刑責

資料來源：全國法規資料庫整理，毒品危害防治條例第 4-11 條

製造、運輸、販賣各級毒品者：

可處三年以上有期徒刑至無期徒刑等罪刑，併科一千萬元以下罰金。

以強暴、脅迫、欺瞞或其他非法之方法使人施用：

可處一年以上有期徒刑至死刑等罪刑，併科一千萬元以下罰金。

意圖販賣而持有各級毒品者：

可處一年以上有期徒刑至無期徒刑等罪刑，併科七百萬元以下罰金。

引誘他人施用各級毒品者：

可處六個月以上有期徒刑至十年以下等罪刑，併科三百萬元以下罰金。

轉讓各級毒品者：

可處六月以上有期徒刑至七年以下等罪刑，併科一百萬元以下罰金。

施用者：

施用一、二級毒品，可處六月以上有期徒刑至五年以下等有期徒刑罪等罪刑。

施用三四級毒品，可處一萬元以上五萬元以下罰金，並限令其接受 4 小時以上 8 小時以下的毒品危害講習。

持有者：

一、二級毒品，可處拘役至三年以下有期徒刑罪等罪刑，併科罰金五萬元以下罰金。

模組五

一、模組名稱： 助人為快樂之本

二、教學目標：

1. 能辨別用藥者的特徵。
2. 同理用藥者。
3. 知道協助用藥者的管道。

三、教學時間：45-90 分鐘(一至二節課)

四、教學對象：國中七至八年級學生

五、教學方法：

角色扮演、腦力激盪、小組討論、情境劇演練

六、教學活動流程：

【活動一】他人藥物濫用的徵兆 10'

1. 教師播放魔戒電影片段。
2. 教師請學生自由發表看完電影之感受。
3. 教師詢問學生是否有看見每個人在親眼看見魔戒之後，那渴望得到魔戒的表情。而那時的表情和平常的表情有何不同？請學生自由發表。
4. 教師總結每個人看見魔戒之後，那個渴望得到魔戒之表情和平常之表情大相逕庭。而毒品也具有同樣的魔力，只要用藥成癮了之後，每個用藥者渴求毒品的表情也是如此之猙獰。
5. 教師帶領學生看用藥前與用藥後之面部特徵。
6. 教師播放動畫：瞭解毒品之異味異狀異樣。
7. 教師講解吸毒者之徵狀：異味、生理特徵、行為表徵。(詳見八、教學小提醒)

【活動二】同理用藥者 20'

1. 教師講解新聞稿一：吸毒的可怕 戒毒者螢幕說從頭。
2. 教師詢問學生當藍柏昇毒癮發作時，經歷過怎麼樣的痛苦？藍柏昇後來為何戒毒？歷經了幾年的時間？
3. 教師總結：每一位用藥者當初可能只因使用一次藥物即成癮，可是卻要花上好幾年的時間，甚至是一輩子的時間戒毒。當初用藥者設想不到——需花上一輩子的時間來掙脫毒品的枷鎖。而在戒毒的過程中，這些曾用藥者也經歷了很多難以想像的生理及心理上的痛苦。現在，在台灣的監獄中，正有一些曾用藥者正在經歷這樣的生心理痛苦，我們能做的就是給予他們祝福！

4. 教師發下小卡，並請學生在此張小卡上畫圖，並寫上對監獄的用藥者的祝福語。

【活動三】幫助用藥者相關之情境設計 45'

1. 教師詢問學生三個問題：曾有同學跟你推銷毒品嗎？你採用何種方式拒絕他？你是否曾反說服他停止使用毒品？請學生自由舉手發表。
2. 教師帶領學生觀看兩個動畫——動畫：勇敢和吸毒同學互動、動畫：我該如何幫助他？。
3. 教師依據動畫講解其實在溝通的過程中，有一些的小訣竅可以被使用，並發下溝通備忘錄講義。教師依據溝通備忘錄講解溝通時應掌握語言和非語言訊息、傾聽和溝通的重要性以及多使用「我」訊息。
4. 教師發下小組學習單 6：溝通模擬考學習單，並請各組想想小嬌與小花應如何溝通。
5. 請小組上台報告他們所設想的小嬌與小花的對話。
6. 教師詢問學生若發現有朋友用藥，他們會如何處理。請學生舉手發表會選擇下列的哪一種方式：會沉默以對、當面勸說、暗中幫助？
7. 教師播放動畫：該說、不該說？播放完畢後，教師詢問學生是否有注意到動畫中所提及的舉報方式。(答案：輔導室前面通常都會有一個信箱，用這種方式可以幫助用藥的朋友，又可以解決問題。)
8. 教師鼓勵學生舉報：其實，若班上有同學在用藥，自己、周圍的同學都會受到很大的影響，包括會聞到吸毒的味道、見到一些吸毒的用具等等。現在舉報用藥同學是在幫助他，也是在幫助自己跟大家，建構一個無毒的環境。
9. 教師講解舉報同學心理的建設要點：記住，我們同理用藥者，但不認同他們的行為。而且我們不應與用藥者正面衝突，此無助於事，且要妥善處理自己的情緒。另外，我們也可以鼓勵用藥者使用自首條款。
10. 教師講解自首條款，並請學生討論自首條款訂定之原因。
11. 教師進行結語。

七、教學資源：

教學投影片：助人為快樂之本

魔戒電影片段

溝通備忘錄講義

學習單 6：溝通模擬考學習單

新聞稿 1：吸毒可怕 戒毒者螢幕說從頭

動畫：瞭解毒品之異味異狀異樣

動畫：勇敢和吸毒同學互動

動畫：我該如何幫助他？

動畫：該說、不該說？

小卡片

八、教學小提醒：

異味：

- 1 塑膠味：若學生使用 K 他命，則會有強烈的塑膠味。
- 2 溶劑味道：學生使用強力膠，其呼吸、頭髮、衣服會有溶劑味。
- 3 藥味：學生使用甲基安非他命，其汗液會有明顯的藥味。

吸毒者的生理特徵：

- 1 瞳孔不正常地放大：服用了甲基安非他命、幻覺劑
- 2 瞳孔不正常地縮小：服用了海洛因
- 3 眼眶泛黑
- 4 時常流鼻水、流眼淚、噁心、嘔吐
- 5 食慾變差
- 6 體重減輕

吸毒者的行為表徵：

- 1 行為舉止出現變化：做事鬼鬼祟祟或迴避熟人、學業急遽退步、對學校活動缺乏興趣、經常逃學逃家、完全換了一批朋友、不斷反抗家中或學校的規範、常有金錢需求、長(沉)睡難以叫起等。
- 2 情緒狀態漸趨不穩：猜忌多疑、注意力不集中、心神不定或焦躁不安、喜怒無常等。
- 3 在校表現失序：違反校規及紀律、有攻擊傾向、對學校活動失去興趣、時有不明原因缺曠課、開始不明原因長時間不到校等。
- 4 家庭方面出現徵兆：易與家人發生衝突、經常放學後延遲回家或不回家、家中財務突然失竊、常帶友人或同學回家過夜並抽菸或喝酒、長時間滯留於房間且門窗閉鎖等。
- 5 發現燒焦的錫箔捲、針筒、注射器、強力膠、溶劑味的塑膠袋、不明吸食器等。
- 6 言詞、週記、寫作出現不正常的用語或術語，如：煉丹、螞蟻蛋、拉 K、打管、走水路等。

模組六

一、模組名稱：防制藥物濫用練功房

二、教學目標：

1. 能說出反毒的資源和戒癮之資源。
2. 複習前五個模組認知與情意的內容。

三、教學時間：45 分鐘(一節課)

四、教學對象：國中八年級學生

五、教學方法：

腦力激盪、小組討論、問答法、遊戲法、實際演練

六、教學活動流程：

【活動一】反毒相關資源與利用 10'

1. 教師請學生先想想有哪些反毒、戒治藥物成癮的資源。
2. 教師講解常用的反毒資源與藥物成癮戒治資源：反毒線上博物館、反毒參一咖、青少年純潔協會、晨曦會、戒毒成功專線。(見八、教學小提醒)
3. 教師請學生自由舉手發言若自己的身邊有藥物濫用者，要如何鼓勵用藥者使用藥物戒治資源？
4. 教師總結在台灣其實已有許多的戒癮資源，若知道自己身邊有親朋好友在用藥，應當要讓這位用藥者知道在他(她)身邊有很多的資源是可以被使用的，這樣他(她)才不會感到很無助，也可以讓這位用藥者知道，哪裡有資源可以協助他，以增加用藥者戒毒的動機，不要一步錯，步步錯。

【活動二】用藥 Q&A 10'

1. 教師講解用藥 Q&A 的遊戲規則：(1) 各組輪流推出一位代表。(2) 請這一位代表抽題。(3) 抽題之後請大聲地念出題目。(4) 請在唸完題目後的五秒內說出正確答案。(4) 若說出了正確的答案，此組則可得一分。若學生無法說出正確答案，則此組無法得分，且教師應澄清此題的正確答案。
2. 題目抽完後，教師計算各組的總分並與以獎勵。

【活動三】藥物濫用生活技能總複習 25'

1. 教師發給各組學習單 7 各一張。
2. 請各組討論學習單 7 之內容，並上台報告。
3. 教師給予回饋並總結。

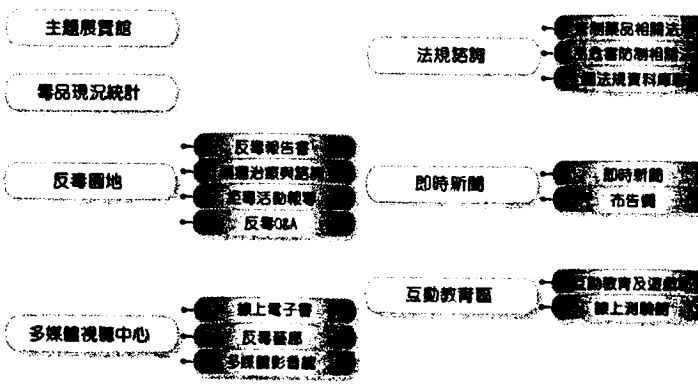
七、教學資源：

教學投影片：防制藥物濫用練功房

防制藥物濫用大會考題庫

學習單 7：假如我是

八、教學小提醒：

1. 管制藥品管理局之反毒線上博物館：<http://www.antidrug.nat.gov.tw/>
反毒線上博物館分為以下六部份：(1) 主題展覽館：介紹各種毒品的分級和濫用方式以及生、心理的危害。(2) 毒品現況統計：了解毒品現況的統計分析。(3) 反毒園地：有最新的反毒報告書、藥癮治療與諮詢、拒毒活動報導、反毒 Q&A。(4) 多媒體視聽中心：線上電子書、反毒藝廊、多媒體影音館。(5) 法規諮詢：管制藥品相關法規、毒品危害防制相關法規、全國法規資料庫連結。(6) 即時新聞：即時新聞與佈告欄。(7) 互動教育區：互動教育及遊戲區，線上測驗館。

The diagram illustrates the structure of the Anti-Drug Online Museum. It is organized into six main sections, each with sub-sections:

 - 主題展覽館** (Main Exhibition Hall)
 - 毒品現況統計** (Drug Situation Statistics)
 - 反毒園地** (Anti-Drug Garden): Includes 反毒報告書 (Anti-Drug Report), 藥癮治療與諮詢 (Drug Addiction Treatment and Consultation), 拒毒活動報導 (Anti-Drug Activity Reports), and 反毒Q&A (Anti-Drug Q&A).
 - 多媒體視聽中心** (Multimedia Visual and Audio Center): Includes 線上電子書 (Online E-books), 反毒藝廊 (Anti-Drug Art Gallery), and 多媒體影音館 (Multimedia Audio-Video Hall).
 - 法規諮詢** (Regulation Consultation): Includes 管制藥品相關法規 (Regulations on Controlled Substances), 毒品危害防制相關法規 (Regulations on Drug Hazard Prevention), and 全國法規資料庫 (National Regulation Database).
 - 即時新聞** (Real-time News): Includes 即時新聞 (Real-time News) and 佈告欄 (Notice Board).
 - 互動教育區** (Interactive Education Area): Includes 互動教育及遊戲區 (Interactive Education and Game Area) and 線上測驗館 (Online Test Room).

2. 法務部之反毒參一咖：<http://www.moj.gov.tw/drugfree/>
為去年法務部所舉辦之活動，有三個連結值得上去瀏覽：(1) 徵愛無敵：陪伴親友抗毒歷程的好文分享。(2) 我最閃亮：反毒專屬的表情符號、大頭貼、桌布下載。(3) 咩~我不吸毒：為人氣部落格，有最可愛的反毒宣言。
3. 青少年純潔協會：<http://www.purelove.org.tw/>
青少年純潔協會舉辦多場的校園宣導活動，包括相聲、戲劇及演講，內容囊括兩性教育、生命教育、生涯規劃、反毒等。而神仙遊相聲是以詼諧有趣的故事，說明因功課壓力大、好奇心、誤交損友以及涉足不良場所等原因，導致吸毒進而犯罪的行為。
4. 晨曦會：http://www.dawn.org.tw/index_H.htm
 - (1) 戒毒輔導村：苗栗縣、台東縣、台北縣新店、台北縣雙溪皆有戒毒輔導村。
 - (2) 門徒訓練中心：提供福音戒毒治療模式，訓練門徒成為福音戒毒人員。
 - (3) 職業輔導中心：給予學員一技之長的訓練，幫助學園健康的回歸社會。

5. 戒毒成功專線：<http://refrain.moj.gov.tw/html/helpme.php>
法務部為協助毒癮者戒除毒癮，整合民間反毒資源，讓戒毒者在離開監獄後，可以透過警察、醫療、社政、職訓、毒品危害防制中心等機構之協助及輔導，徹底斷絕毒癮，遠離毒害。戒毒成功專線為：0800770885，可讓藥癮者詢問問題，各縣市毒品危害防制中心會為其服務。

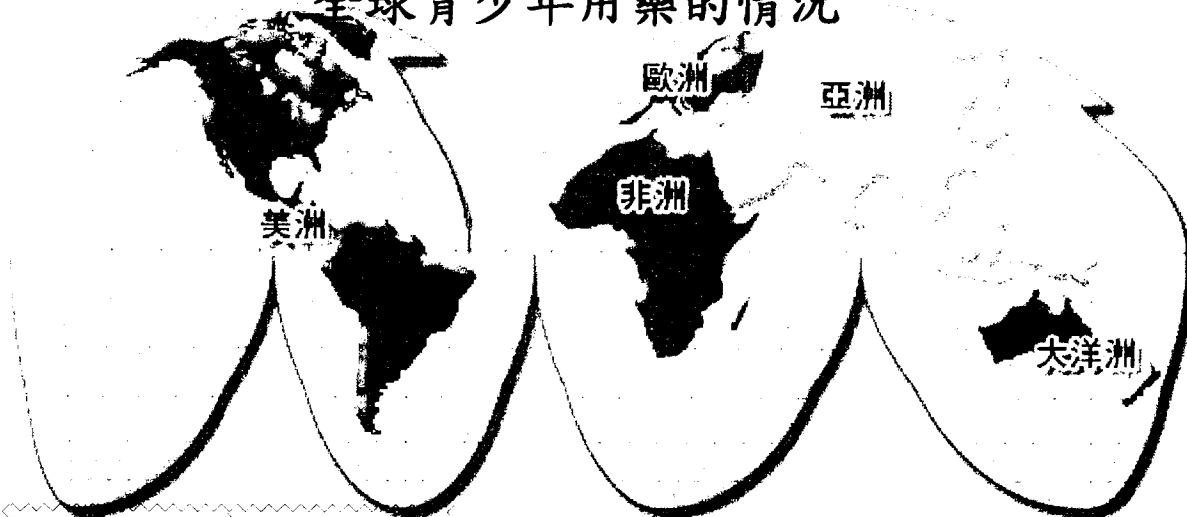
防制藥物濫用大會考題庫-解答篇

- 很早以前就有人濫用藥物了，像是晉朝齊王就死於藥物濫用。 (○)
- 台灣近年來的青少年藥物濫用，以海洛因為第一名。 (×)
- 下藥所需要的時間非常短，所以我們不應喝曾離開自己視線的飲料。 (○)
- 「大家都在用藥！」這句話是符合台灣現今真實情況的。 (×)
- K他命並不會上癮。 (×)
- 吸食K他命的人身上會有塑膠味。 (○)
- 我們可以將藥物濫用者看作病犯。 (○)
- 吸毒雖然對於身體有很不好的影響，但卻不會致死。 (×)
- 自首條款即是指吸毒者於未被發覺前，自動向行政院衛生署指定之醫療機構請求治療毒癮，醫療機構免將請求治療者送法院或檢察機關。 (○)
- 當吸毒者清醒時，他們必須承受嚴重的『身心反撲』。不僅有身體上的不適，還有心理上的失落。 (○)
- 戒毒成功專線是 0800770885。 (○)
- 管制藥品管理局有反毒線上資源博物館，若有毒品方面的問題可以上此網站查詢。 (○)
- 不懂得善用時間——也是讓人可能吸毒的原因。 (○)
- 參加民俗陣頭、去舞廳打工等，都是讓人可能吸毒的危險場所。 (○)
- 吸毒不僅傷身，對於金錢的花費也是很高的。 (○)
- 現今，台灣青少年吸食毒品的第一名毒品為強力膠。 (×)
- 依毒品危害防治條例，毒品依其成癮性、價格及對社會危害性來做分級。 (×)
- 身癮比心癮難戒。 (×)

- 吸毒可以增加性功能，且偶爾用一次對於身體無副作用，所以我們可以吸毒來助”性”。(x)
- 戒毒成功的人，我們應給予其一個機會。(○)
- 毒品會損害一個人思考的能力，降低一個人對週遭的警覺性。(○)
- 為了增進自己的人際關係，促進自己與身邊好友的關係，我應該要吸毒來表示我們友誼的堅定。(x)
- 吸毒可以提神，所以當我功課寫不完的時候，可以暫時吸毒一天沒有關係。(x)
- 吸毒對於一個人的生命歷程並不會造成太大的影響。(x)
- 我應該要在自己生理的黃金時段，做重要又緊急的事情。(○)
- 與人溝通時，只需要使用語言訊息即可。(x)
- 班上有同學吸毒對我不會造成任何影響。(x)
- 依據毒品危害防治條例，毒品共分為幾級？(1)二級 (2)三級 (3)四級 (4)五級(3)
- 清朝所濫用的鴉片，是屬於第幾級的毒品？(1)一級 (2)二級 (3)三級 (4)四級(1)
- 以下何者非台灣目前藥物濫用之趨勢？(1)毒品形式圖樣多樣化。(2)毒品很純。(3)多重毒品的混合使用。(4)吸食方式的多元化。(4)
- 下列哪一類的事情應要最先完成它？(1)不緊急不重要 (2)緊急但不重要 (3)重要但不緊急 (4)重要且緊急。(4)
- 下列何者不是可以預防接觸毒品的的方法？(1)正常的生活作息 (2)多參與校園活動 (3)當心情不好的時候，可以找人傾訴 (4)與父母起爭執時，應與朋友在外面過夜以消心中的怒氣。(4)
- 請問下列哪一個刑責最重？(1)持有二級毒品 (2)製造一級毒品 (3)轉讓一級毒品 (4)引誘他人施用二級毒品。(2)
- 吸毒者的特徵以下何者錯誤？(1)瞳孔不正常的放大或縮小 (2)老

- 是打呵欠沒精神 (3) 食慾變差 (4) 體重增加 (4)
- 藥物濫用面部特徵以下何者錯誤？ (1) 嘴角上揚 (2) 眼眶泛黑 (3) 眼神空洞 (4) 鼻水流不停 (1)
 - 得知有朋友用藥，我應該要怎麼做？ (1) 嘲笑他(她) (2) 可以告知一位自己信任的大人，並與此大人討論要如何協助此位用藥的朋友 (3) 覺得他不再是我的朋友了 (4) 用藥朋友不聽勸，直接與他發生當面的衝突。 (2)
 - 說話技巧有哪些要點？ (1) 說話內容盡量具體明確 (2) 說話速度越快越好 (3) 盡量採用「你訊息」 (4) 說「一直……」 (1)

全球青少年用藥的情況



| | |
|------|-------|
| 大麻 | 23.0% |
| 安非他命 | 3.3% |
| MDMA | 2.8% |
| 古柯鹼 | 0.9% |
| LSD | 2.6% |

● 澳洲

| | |
|------|-------|
| 大麻 | 34.7% |
| 安非他命 | 9.5% |
| MDMA | 5.4% |
| 古柯鹼 | 3.3% |
| LSD | 10.3% |

● 美國

| | |
|------|-------|
| 大麻 | 40.9% |
| 安非他命 | 15.7% |
| MDMA | 6.0% |
| 古柯鹼 | 4.0% |
| LSD | 8.5% |

● 加拿大

| | |
|------|-------|
| 大麻 | 42.8% |
| 安非他命 | 9.3% |
| MDMA | 5.0% |
| 古柯鹼 | 4.0% |
| LSD | 9.3% |

● 歐洲

學習單2：

藥物花多少

請計算每週用藥的錢：

每天用1份×7天×\$_____ = \$_____ (每週所需花的錢)

請計算每月用藥的錢：



每天用1份×30天×\$_____ = \$_____ (每月所需花的錢)




請計算每年用藥的錢：

\$_____ (每月所需花的錢)×52 週= \$_____ (每年所花費的錢)

請想想這樣的金額，你可以做什麼，或拿來買什麼東西？

學習單 3: ~我的一週記事~

完成請畫 ，未完成則畫 

| 日期 | 星期 | 星期 | 星期 | 星期 | 星期 | 星期 | 星期 |
|--|----|----|----|----|----|----|----|
| 預計完成事項 | | | | | | | |
| 早上我要 | | | | | | | |
| 完成..... | | | | | | | |
| 完成請畫  | | | | | | | |
| 下午我要 | | | | | | | |
| 完成..... | | | | | | | |
| 完成請畫  | | | | | | | |
| 晚上我要 | | | | | | | |
| 完成..... | | | | | | | |
| 完成請畫  | | | | | | | |



中國古代的毒藥-五石散

在魏晉時代，上至達官貴人，下到平民百姓，芸芸眾生，莫不為五石散所傾倒！

- 漢武帝
- 晉朝的權貴
- 晉朝齊王

郭鍾隆老師工作團隊

台灣地區在校青少年用藥種類比例順位

| 年度 | 第一位 | 第二位 | 第三位 |
|----|------|------|--------|
| 83 | 安非他命 | 強力膠 | 海洛因 |
| 84 | 安非他命 | 強力膠 | 海洛因 |
| 85 | 安非他命 | 海洛因 | 大麻及古柯鹼 |
| 86 | 安非他命 | 強力膠 | 搖頭丸 |
| 87 | 安非他命 | 強力膠 | 搖頭丸 |
| 93 | 搖頭丸 | K他命 | 大麻 |
| 94 | 搖頭丸 | K他命 | 大麻 |
| 95 | 搖頭丸 | 強力膠 | 一粒眠 |
| 96 | K他命 | 安非他命 | 一粒眠 |
| 97 | K他命 | 安非他命 | 一粒眠 |

學習單

資料來源：周慧慧、陳為堅、教育部軍訓處



毒品的定義

- 依據毒品危害防治條例，所謂的毒品---

指的是具有成癮性、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。

郭鍾隆老師工作團隊

毒品也分級

· 依毒品危害防治條例其成癮性、濫用性及對社會危害性分為四級：

- 第一級：

 海洛因 鴉片 古柯鹼 嗎啡
- 第二級：

 安非他命 大麻 搖頭丸 GHB

郭鍾隆老師工作團隊

毒品也分級

- 第三級：

 FM2 K他命 一粒眠

 紅中 青發 白板
- 第四級：

 XANAX 俗稱為蝴蝶片 煩寧

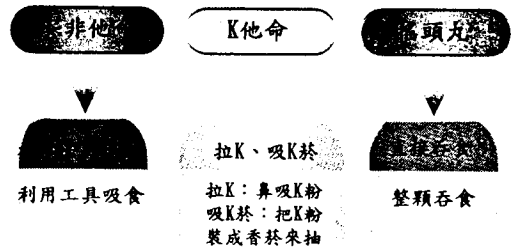
郭鍾隆老師工作團隊

青少年常用藥物的俗名 & 成癮性

| 藥物名稱 | 俗名 | 成癮性 | 備考 |
|------------|-----------------------------|-----|-----------|
| 安非他命 | 冰塊、冰糖、鹽、安公子、糖果 | 80% | |
| 搖頭丸 (MDMA) | 快樂丸、狂喜、忘我、衣服、丸子、E、搖頭丸、亞當、夏娃 | 50% | PUB或舞廳常用 |
| K他命 | 褲子、K、K仔 | 30% | 目前為濫用的第一名 |

郭鍾隆老師工作團隊

青少年常見藥物濫用的方式



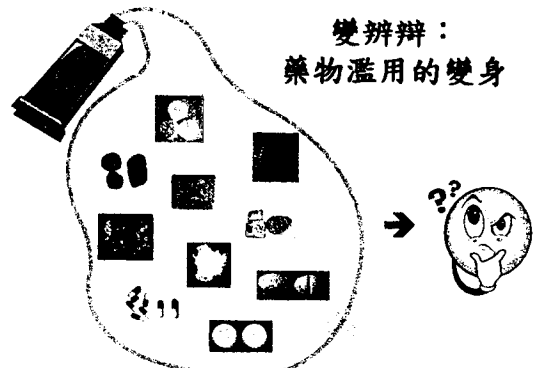
郭鍾隆老師工作團隊

想一想

你(妳)覺得心癮難戒，還是身癮難戒呢？

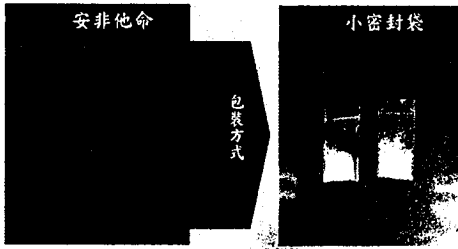
郭鍾隆老師工作團隊

變辨辨： 藥物濫用的變身



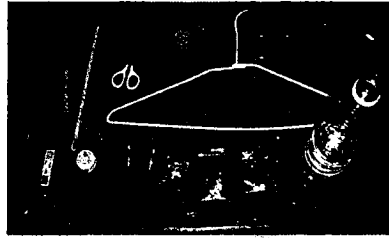
郭鍾隆老師工作團隊

安非他命的變身



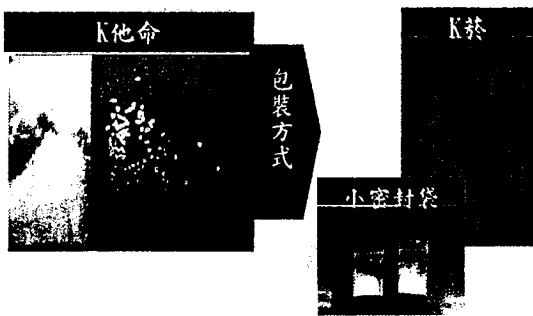
郭鍾隆老師工作團隊

你知道嗎，這些東西可以組成
安非他命吸食器！？



郭鍾隆老師工作團隊

K他命的變身



郭鍾隆老師工作團隊

變辨辨：FM2

請小心您的飲料

你可知道下藥的速
度有多快？請看影
片：

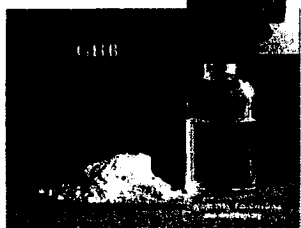
動畫



郭鍾隆老師工作團隊

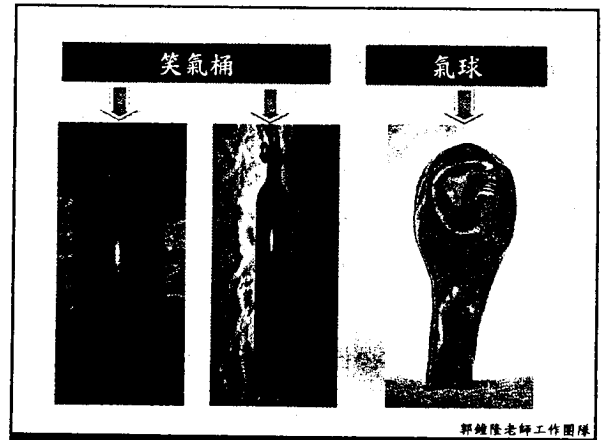
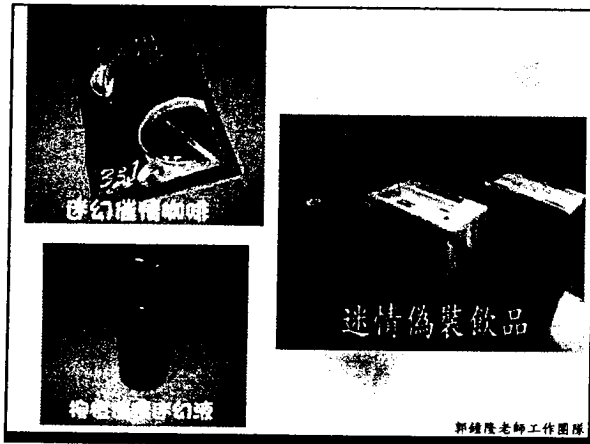
GHB (液體快樂丸、神仙水)

• 會產生暫時性失憶症



郭鍾隆老師工作團隊

郭鍾隆老師工作團隊



目前台灣藥物濫用的特徵及情況

- 圖樣多樣化
- 多重毒品的混合使用
- 多元化的吸食方式
- 合法藥品遭濫用
- 共用針頭 → 愛滋病患速增

圖樣多樣化

共用針頭

郭鍾隆老師工作團隊

藥物濫用的迷思

Q 有朋友說：「大家都在用藥啦！所以你也要試試！」這是真的嗎？

2004年，國、高中生使用藥物的比率為 1.6%

郭鍾隆老師工作團隊

藥物濫用的迷思

Q 藥物可以戒除後就沒事

一旦依賴，百分之百會出現性抑制！

郭鍾隆老師工作團隊

藥物濫用的迷思

Q 戒除後不會上瘾？

這絕對是錯誤的！

以上摘自-廖德瑋、陳淑瑛、翁世恆、躲在書包裡的死神
郭鍾隆老師工作團隊

我們該如何看待藥物濫用者

視其為病犯而非罪犯。



- 清朝時期的認定
- 法務部的認定

郭鍾隆老師工作團隊

藥物的危害

不要為了一時的欣快感而去使用毒品，也不要輕忽使用藥物的後遺症，就讓我們來看一下小貞和小敏的例子：



郭鍾隆老師工作團隊

藥物濫用對於身體的危害

- 對於身體的危害不僅是短期的，甚至有可能會造成死亡！

神經系統
心臟血管系統
呼吸系統
消化系統
肝臟
泌尿與生殖系統



郭鍾隆老師工作團隊

藥物對於我們的思考有何影響

- 損害思考的能力
- 降低對週遭的警覺性
- 與現實生活脫節



郭鍾隆老師工作團隊

藥物對於我們心理的影響



清醒時要承受嚴重的身心反撲

郭鍾隆老師工作團隊

吸毒對於人際的影響

- 個人的情緒不穩定
- 學校或工作適應能力減退
- 鬼鬼祟祟
- 對於衛生不講究
- 常與吸毒者來往



郭鍾隆老師工作團隊

藥物濫用對於社會的影響

- 吸毒危害他人安全
- 吸毒危害社會的風氣



郭維隆老師工作團隊

藥物花多少？

| 藥物名稱 | 分級 | 價格(公克or粒) |
|------|----------|-----------|
| 海洛因 | 第一級 | 5000-5500 |
| 安非他命 | 第二級 | 3600-4000 |
| 搖頭丸 | 第二級 | 350-500 |
| K他命 | 第三級 | 400-800 |
| FM2 | 第三級 | 350-550 |
| 一粒眠 | 第三級 | 20-50 |
| 笑氣 | 未列 等級 | 3000/罐 |

學習單

郭維隆老師工作團隊

下週作業



- 請大家回去後，要記得紀錄此週的每日活動行程。下禮拜的此時間將要與同學一起分享自己平日的作息情況！






學習單

郭維隆老師工作團隊

學習單 3: ~我的一週記事~

完成請畫 ，未完成則畫 

| 日期 預計完成事項 | 星期 | 星期 | 星期 | 星期 | 星期 | 星期 |
|--|----|----|----|----|----|----|
| 早上我要 | | | | | | |
| 完成..... | | | | | | |
| 完成請畫  | | | | | | |
| 下午我要 | | | | | | |
| 完成..... | | | | | | |
| 完成請畫  | | | | | | |
| 晚上我要 | | | | | | |
| 完成..... | | | | | | |
| 完成請畫  | | | | | | |

天龍八不

【天龍八不第一招：堅定拒絕。】

Jason：_____

【天龍八不第二招：找尋藉口。】

阿凱：_____

【天龍八不第三招：縮小自己。】

小斌：_____

【天龍八不第四招：裝瘋賣傻。】

魯蛋：_____

【天龍八不第五招：追根究底。】

阿凱：_____

【天龍八不第六招：反向說服。】

Jason：_____

【天龍八不第七招：閃人開溜。】

魯蛋：_____

【天龍八不第八招：尊重生命。】

Jason、小真、同學：



郭錦隆老師工作團隊

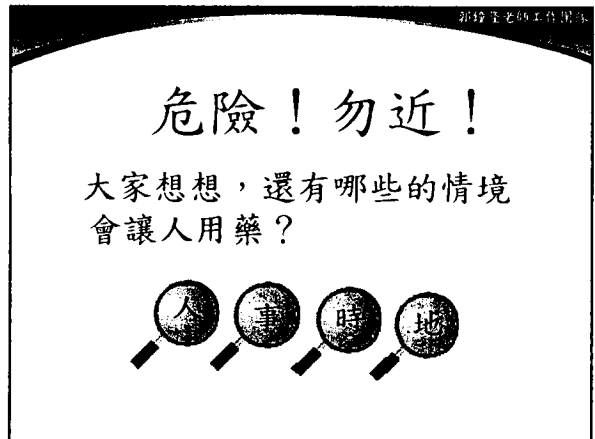
96年度藥物濫用原因統計表

| | | |
|---------|--------|-------|
| 受同儕團體影響 | 5,537 | 18.5 |
| 抒解壓力 | 4,683 | 15.7 |
| 安眠 | 1,050 | 3.5 |
| 好奇 | 1,993 | 6.7 |
| 無聊 | 953 | 3.2 |
| 提神 | 612 | 2.0 |
| 找刺激 | 1,130 | 3.8 |
| 治療疾病 | 251 | 0.8 |
| 自殺 | 97 | 0.3 |
| 減肥 | 38 | 0.1 |
| 其他 | 1,251 | 4.2 |
| 合計 | 29,888 | 100.0 |

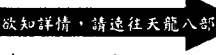
郭錦隆老師工作團隊

藥物濫用背後的主要原因

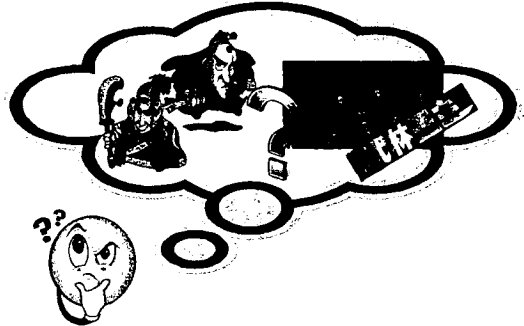
| | |
|--|--|
| 個人因素： <ul style="list-style-type: none"> 不會利用時間 以為試一次不會上癮 以為可以提神 無聊、空虛 好奇 人生無目標 生活中缺乏成就感 不瞭解人生的意義 | 社會因素： <ul style="list-style-type: none"> 於高危險場所打工 如：PUB、網咖、KTV、啤酒屋 參加幫派 參加民俗陣頭表演團，受成員的影響 不善於拒絕，難以抗拒朋友的邀請或蠱惑 |
|--|--|



如何預防接觸毒品

- 正常的生活作息
- 拒絕不當的同儕壓力  欲知詳情，請速往天龍八部
- 當心情不好、壓力大時，可以找你信任的朋友、親人、老師傾訴
- 多參與校園活動
- 避免進出容易碰到毒品的場合
- 不要靠藥物來提神或減肥
- 預防誤食毒品

天龍八不



我該怎麼辦？

某某國中的七年某班，每當下課時，班上同學都很愛玩一個遊戲，此遊戲叫做“國王遊戲”。

在此遊戲中，當國王的人，可以命令乞丐去做任何的事情。今天，如果你不幸成為了乞丐，國王命令你喝下一杯奇怪的液體，當時身為乞丐的你，會怎麼辦？

天龍八不

- 天龍八部第一招：堅定拒絕
- 天龍八不第二招：找尋藉口
- 天龍八不第三招：縮小自己
- 天龍八不第四招：裝瘋賣傻
- 天龍八不第五招：追根究底
- 天龍八不第六招：反向說服
- 天龍八不第七招：閃人開溜
- 天龍八不第八招：尊重生命



生活管理



我們來看看小白如何浪費時間？



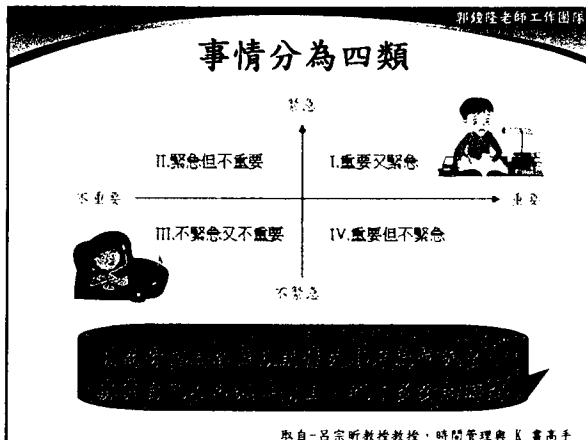
時間的運用

- 大家除了上課，補習之外，都在做甚麼？



• 電視、電話、電腦、電玩……？





郭錦隆老師工作團隊

大時間作大事，小時間作小事

每個人按照自己的生理時鐘，可將一天分為四種時段：

- 黃金時段-效率最高
- 白銀時段-效率次高
- 青銅時段-效率普通
- 石頭時段-效率最差

郭錦隆老師工作團隊

取自-呂宗昕教授教授，時間管理與 K 書高手

郭錦隆老師工作團隊

將時段與事情結合起來：

- 黃金時段-效率最高-重要又緊急的事
- 白銀時段-效率次高-重要但不緊急的事
- 青銅時段-效率普通-緊急但不重要的事
- 石頭時段-效率最差-不緊急且不重要的事

郭錦隆老師工作團隊

取自-呂宗昕教授教授，時間管理與 K 書高手

郭錦隆老師工作團隊

時間的運用

• TIME 秘訣：

- T (Target) 目標
- I (Instruction) 引導
- M (Management) 管理
- E (Execution) 執行

郭錦隆老師工作團隊

取自-呂宗昕教授教授，時間管理與 K 書高手

郭錦隆老師工作團隊

現在，請大家報告自己一週的生活方式

待會將票選出大家覺得最棒的生活方式哦！

郭錦隆老師工作團隊

郭錦隆老師工作團隊

想想自己

- 你覺得自己的時間管理要如何改進呢？
- 課後規劃自己此週的生活方式：
 - (事情完成，畫一個蘋果；未完成，則畫一條蟲)

學習單

郭錦隆老師工作團隊

能把玩樂及想做的事顧好，一切就
在你掌握中！



墜入七彩光霞的男孩

取自-廖德琦、陳滄理、翁世傑、賴在書包裡的死神

- ❖ 我，似乎天生就被父母親帶著優良的基因來到這個世界上，我的父親是小學校長，母親是國中的教務主任。在學校，我是老師眼裡的資優生，在親友及鄰居眼裏，我是我父母親調教出來的最佳見證。
- ❖ 高二的那年，我開始心存疑惑：這就是我自己的人生嗎？我越來越想要掙脫原本的束縛。
- ❖ 在考完期中考的那一天，我跟著班上同學偷溜去西門町，我認識了一位叫做小愛的女孩。她雖然不漂亮，但是卻有一股與眾不同的風格。

- ❖ 我很佩服她居然當眾叨著菸，說：這可不是一般的菸呢！是大麻菸，她完全不顧別人異樣的眼光，享受著自己的快樂，夠酷吧！
- ❖ 自從認識了小愛這一幫人之後，我才發現原來世界這麼大，為了慶祝我生命的重現，他們幫我辦了一場：黑白人生告別式！
- ❖ 那場告別式在淡水舉行，他們說我應該要徹底的汰舊換新，我看到有一些人拿著塑膠袋狂吸，阿清也拿了一袋，說要給我試試。

- ❖ 「哇！真嗆！」我吸了一口說道。阿清就說：「用力吸幾次，包你會飛上天……」阿清教我煉丹，我知道這就是強力膠，反正又不會上癮，偶爾吸一兩次，應該不會怎麼樣。吸了幾口後，我沉醉在一種無法言語的遐思幻境裡。
- ❖ 「小齊啊！你的房間怎麼會有一股怪味道？還有，你看你，最近都瘦了一圈，是不是在學校都沒有好好吃飯？功課忙也要好好照顧自己，別把身體累垮了！」
- ❖ 老媽前腳一離，我就跳起床，翻開藏在書桌裡的寶貝盒，盒裡藏有我快樂的來源。

- ❖ 「安公子阿！你知道你帶給我多大的快樂嗎！哈！漂亮的彩虹又來了……等等，我要去彩虹上跳舞！彩虹！別跑等我呀！」
- ❖ 「飛了飛了，我終於飛了……」我奮力一躍，想抓住我的彩虹，結果彩虹卻煙消雲散！
- ❖ 「啊！有人跳樓了！」「救護車，快打119叫救護車！」隔壁棟傳出驚人的尖叫聲……

案例取自-廖德琦、陳滄理、翁世傑、賴在書包裡的死神

想想看，如果你是小齊，遇到有朋友叫你試試看強力膠，你會怎麼做？

凋謝的百合

取自-廖德瑞、陳漢理、翁世恆，發表在《壹周刊》

- ❖我是小珍，生長在一個小康家庭，每天上學、放學、回家、寫功課、看電視，生活都很正常。我常常不停的告訴我自己：不要讓媽咪擔心把書唸好，就是回報給媽咪最棒的禮物了。
- ❖但是，高二那年，我開始談戀愛了，男友子瑜他是夜校生，白天在一家報關行跑單子，他對我很好，也很溫柔，不像同年紀的男生只會打打鬧鬧，玩郊遊聯誼的遊戲。

- ❖或許是因為沒有哥哥的緣故，他對我的好，讓我忘記媽咪曾經對我付出的一切。
- ❖因為沒有心思想上學，高三那年我乾脆輟學在家，媽咪知道我交了男朋友之後，極力反對我跟他在一起，被愛情沖昏頭了的我和媽咪吵架、冷戰，甚至翻臉，我離家和他同居。

- ❖知道子瑜有用[他命，是同居了一個禮拜之後的事情。當時的我對這些毒品一無所知。他告訴我：像海洛因，可以提神、解悶，吸一點對身體沒有害，有錢人都吸這個。這可以讓人飄飄然，忘卻一切煩心的事。

- ❖懷著好奇的心態，我接過了他遞給我的一顆藥丸，從此掉進了魔鬼的漩渦當中……

案例取自-廖德瑞、陳漢理、翁世恆，解在書包裡的死神

想想看，如果你是小珍，你會怎麼做，好讓自己不會吞下那顆藥丸呢？

學習單

現在，請大家想想，當有朋友慫恿你用藥時，你該如何做決定呢？

使用藥物前，不要隨便別人
說動，聽聽小天使怎麼說：
~天使與魔鬼~



學習單 4：決定是否用藥的自我對話

現在，妳們的身邊都有一隻小魔鬼，一直慫恿你用藥，所以
你正在考慮是否要嘗試你人生中的第一次用藥。而守護你的
小天使為了阻止你用藥，不斷的和你對話。你覺得你的小天
使會對你講什麼話呢？小天使要講什麼話才會讓你決定不
要用藥呢？

- 你在思考：「我可以用藥嗎？」

- 你在思考：「用藥後對自己沒有傷害嗎？」

想完了！YA！

演小惡魔的是_____，演被慫恿用藥的人是_____，

演小天使的是_____。

決定是否用藥的自我對話

現在，妳們的身邊都有一隻小魔鬼，一直慫恿你用藥，所以
你正在考慮是否要嘗試你人生中的第一次用藥。而守護你的
小天使為了阻止你用藥，不斷的和你对話。你覺得你的小天
使會對你講什麼話呢？小天使要講什麼話才會讓你決定不
要用藥呢？

- 你在思考：「碰一次不會怎樣，不要給別人知道就可以」



- 你在思考：「好朋友不會害我」



想完了！YA！

演小惡魔的是_____，演被慫恿用藥的人是_____，

演小天使的是_____。

決定是否用藥的自我對話

現在，妳們的身邊都有一隻小魔鬼，一直慫恿你用藥，所以你正在考慮是否要嘗試你人生中的第一次用藥。而守護你的小天使為了阻止你用藥，不斷的和妳對話。你覺得你的小天使會對妳講什麼話呢？小天使要講什麼話才會讓妳決定不要藥呢？

- 你在思考：「我家人不會發現吧」



- 你在思考：「別人都有，我沒有不大好吧？」



想完了！YA！

演小惡魔的是_____，演被慫恿用藥的人是_____，

演小天使的是_____。

決定是否用藥的自我對話

現在，妳們的身邊都有一隻小魔鬼，一直慫恿你用藥，所以你正在考慮是否要嘗試你人生中的第一次用藥。而守護你的小天使為了阻止你用藥，不斷的和你對話。你覺得你的小天使會對你講什麼話呢？小天使要講什麼話才會讓你決定不要藥呢？

- 你在思考：「我看有人用完後好像感覺很爽的樣子」

- 你在思考：「可是我一群好朋友都在用，不用好掃興喔」

想完了！YA！

演小惡魔的是_____，演被慫恿用藥的人是_____，

演小天使的是_____。

決定是否用藥的自我對話

現在，妳們的身邊都有一隻小魔鬼，一直慫恿你用藥，所以妳正在考慮是否要嘗試妳人生中的第一次用藥。而守護妳的小天使為了阻止妳用藥，不斷的和妳對話。妳覺得妳的小天使會對妳講什麼話呢？小天使要講什麼話才會讓妳決定不要用藥呢？

- 妳在思考：「反正氣氛那麼好，有人帶搖頭丸分給大家吃，我就跟著吃而已也沒差吧」

- 妳在思考：「如果我說了我不要用，會不會讓人覺得我在裝清高啊？」

演小惡魔的是_____，演被慫恿用藥的人是_____，

演小天使的是_____。

決定是否用藥的自我對話

現在，妳們的身邊都有一隻小魔鬼，一直慫恿你用藥，所以你正在考慮是否要嘗試你人生中的第一次用藥。而守護你的小天使為了阻止你用藥，不斷的和你對話。你覺得你的小天使會對你講什麼話呢？小天使要講什麼話才會讓你決定不要用藥呢？

- 你在思考：「用也沒關係吧，我這麼強，一定戒的掉。」



- 你在思考：「讀萬卷書不如行萬里路，所以就親身試試吧！」



演小惡魔的是_____，演被慫恿用藥的人是_____，

演小天使的是_____。



千萬不要為了舒壓而使用藥物，以下先來觀賞動畫
~悶鍋快爆炸~

動畫

悶鍋快爆炸

想一想

- ❖如果你(妳)的心情和阿明一樣不好，此時有人拿藥給你(妳)，你(妳)會接受嗎？
- ❖如果你(妳)不接受，你(妳)會如何和此用藥朋友對話？
- ❖你(妳)通常都如何轉換自己心情的？

減壓的好方法

- 尋求他人的協助
- 做一些讓自己開心的事
- 個人想法的調適

以下來觀賞動畫
~轉念心就開~

動畫

轉念心就開

想一想

- ❖用藥物減重有哪些後遺症？
- ❖你(妳)覺得有哪些其它減重方法是好方法？

減重方法

飲食方法



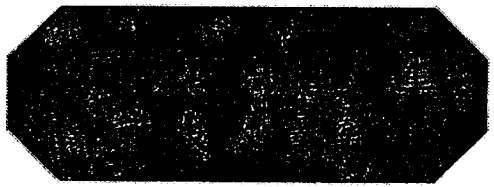

- 避免吃宵夜
- 改變進餐的順序
- 進餐應定量，細嚼慢嚥
- 兩餐之間感到飢餓，可吃一份新鮮的水果或蔬菜

運動方法

- 減少久坐行為
- 運動以有氧運動為主
- 設定簡單的身體活動目標
- 運動持續的時間比運動強度更重要

觀賞兩篇動畫

~藥頭的秘密~
~脫不了身的夢魘~

新聞挖挖哇!!



想一想

- ✧ 這樣的新聞，給你(妳)們什麼感受?
- ✧ 哪些時間或地點是新聞主角最先接觸到這些藥物的場所?
- ✧ 想看看，這些吸毒學生，除了吸毒，平常生活與大家有什麼不同?

想一想

- ✧ 如果好朋友(不論校內外)向你們推銷毒品，號稱不會上癮，你會想試一試嗎?
- ✧ 是否曾有人向你賣藥?你當時如何回答他(她)?
- ✧ 你會如何拒絕向你賣藥的人?

~不要抗拒不了
他人的誘惑~



大餅的故事



大餅的自白

- ✧ 從小，因為我的家境不好，就離開家裡和爺爺奶奶住在一起，不過卻和我的爺爺奶奶處得不好。
- ✧ 直到唸華岡藝校時，才回到家裡和爸媽、弟弟相聚。不過，那時我覺得自己在家像陌生人，誰都不熟，也不能融入他們的話題中，覺得自己很可憐。



大餅的自白

- ✧ 當我10多歲的時候，就不小心接觸安非他命。當時，是因為我還在唸書，因同學起鬨，經不起刺激，就試了安非他命，但吸完感覺很不舒服，就想說再也不要碰了。
- ✧ 後來，在好友ASOS的推薦下，我意外地進入了演藝圈。



大餅的自白

- ✧ 進入演藝圈之後，我對於自己的期許很高，我不僅會變裝秀搞笑，我也有一個拿手的特技，也就是“吞拳頭”。
- ✧ 因為我會講流利的英文，讓我成為臺灣第一位進軍好萊塢的新生代藝人。
- ✧ 那時我父母親很高興說我能夠幫家裡紓解龐大的債務問題，我也成為了家中的經濟支柱。




大餅的自白

- ✧ 但是，我始終覺得我在螢光幕上的身材不夠好看，我甚至還被別人說有水桶腰。
- ✧ 我試過很多種的減肥方法，我不吃澱粉類、肉類食物，不喝含糖分飲料、啤酒，我也去做腰部抽脂、打肉毒杆菌瘦小腿等，但我仍不滿意。

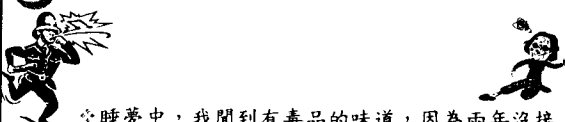


大餅的自白



- ✧直到最近，約半年前，我吃某種減肥藥後都不想吃也不想睡了，朋友告訴了我原因。是因為內含安非他命，所以，我開始碰安非他命。
- ✧某天的晚上，我和朋友談論停車糾紛事宜，因為朋友家有小孩，改到汽車旅館去聊，當時我很累躺在床上休息，朋友就陸續打電話找了其他人進來。

大餅的自白

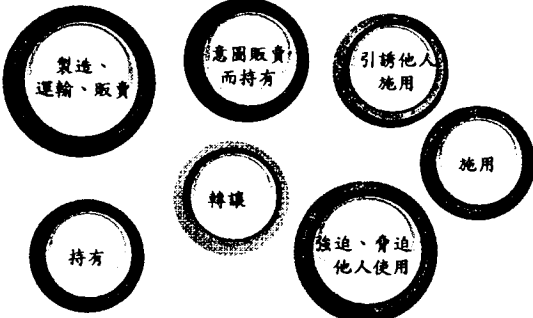


- ✧睡夢中，我聞到有毒品的味道，因為兩年沒接觸毒品，二手吸入後，覺得噁心不已，但最後還是禁不起誘惑，也跟著朋友們一起吸了。
- ✧沒想到後來警察突然進來搜索，我當時裸著身體，和同性友人獨處在內，桌上放著安非他命及吸食器，眼神接觸警察的那一刻，我腦子不斷浮現出「完蛋了」的字眼……

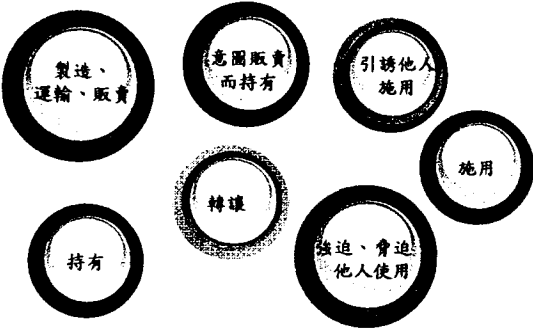
大餅的自白

- ✧我被移送板橋地檢署，偵訊過程我不斷掉淚大哭，我知道驗毒馬上會有結果，沒辦法欺瞞下去，只能向警方坦承吸食。
- ✧像我這樣的人，我不知道除了表演還能夠做些，可是我想我有必要暫時或者是永遠的離開娛樂圈停止我的工作。

以上案例的主角，觸犯了哪些藥物相關的法律？



猜猜看，哪一個刑責最重？



施用毒品的法律責任

1. 製造、運輸、販賣各級毒品者：
可處三年以上有期徒刑至無期徒刑等罪刑，併科一千萬元以下罰金。
2. 以強暴、脅迫、欺瞞或其他非法之方法逼人施用：
可處一年以上有期徒刑至死刑等罪刑，併科一千萬元以下罰金。

資料來源：全國法規資料庫整理

施用毒品的法律責任

3. 意圖販賣而持有各級毒品者：
可處一年以上有期徒刑至無期徒刑等罪刑，併科七百萬元以下罰金。

4. 引誘他人施用各級毒品者：
可處六個月以上有期徒刑至十年以下等罪刑，併科三百萬元以下罰金。

資料來源：全國法規資料庫整理

施用毒品的法律責任

5. 轉讓各級毒品者：
可處六月以上有期徒刑至七年以下等罪刑，併科一百萬元以下罰金。

6. 施用者：
一、二級毒品，可處六月以上有期徒刑至五年以下等有期徒刑罪等罪刑。

施用毒品的法律責任

7. 持有者：
一、二級毒品，可處拘役至三年以下有期徒刑罪等罪刑，併科罰金五萬元以下罰金。

8. 施用或持有者：
三、四級毒品，可處一萬元以上5萬以下罰金，並限期令其接受4小時以上8小時以

分析

看完了大餅的例子，大家想想看，中間是不是有一些的重要因素，導致著大餅如此的結局？請大家試著分析看看唷！

學習單



學習單 5：

大餅的故事，有一些的因素是可以被改變的

從小，因為我的家境不好，我就離開家裡，和爺爺奶奶住在一起，不過卻和我的爺爺奶奶處得不好。直到唸華岡藝校時，才回到家裡和爸媽、弟弟相聚。不過，那時我覺得自己在家像陌生人，誰都不熟，也不能融入他們的話題中，覺得自己很可憐。也因為我從小不住家中，我和我弟之間也沒什麼感情，兩人那時見了面最常說的便是「好久不見」。

當我 10 多歲的時候，就不小心接觸了安非他命。當時，因為我還在唸書，因同學起鬨，經不起刺激，就試了安非他命，但吸完感覺很不舒服，就想說再也不要碰了。那時，我也從沒想過要成為一位藝人，只想往劇場發展。不過在好友 ASOS 的推薦下，讓我意外地進入了演藝圈。

畫線處有哪些其他可行的解決方案？

方法一：

後果：

方法二：

後果：

而在進入演藝圈之後，我對於我自己的期許很高，我希望我每次的表現都能夠完美。所以每一次的表演我都賣力演出，也都獲得不錯的迴響。我不僅會變裝秀搞笑，我也有一個拿手的特技，也就是吞拳頭。還有，我也會講流利的英文，讓我成為臺灣第一位進軍好萊塢的新生代藝人。那時，我父母親很高興說我能夠幫家裡紓解龐大的債務問題。我也成為了家中的經濟支柱。但是，我始終覺得我在螢光幕上的身材不夠好看，我甚至還被他人說有水桶腰，所以我開始減肥。

我試過很多種的減肥方法，我不吃澱粉類、肉類食物，不喝含糖分飲料、啤酒，我也去做腰部抽脂、打肉毒杆菌瘦小腿等，但我仍不滿意。

直到最近，約半年前，我吃某種減肥藥後都不想吃也不想睡了，朋友告訴了我原因。是因為內含安非他命，所以，我開始碰安非他命。

畫線處有哪些其他可行的解決方案？

方法一：

後果：

方法二：

後果：

某天的晚上，我和朋友在朋友家裡談停車糾紛事宜，一直談到很晚。因為朋友家有小孩，隔天要上學，不好意思耽誤人家休息時間，改到汽車旅館去聊，當時我很累，我躺在床上休息，朋友就陸續打電話找了其他人進來。

睡夢中，我聞到有毒品的味道，因為安非他命在吸食時，會有味道飄出去，所以朋友們都緊閉門窗，房裡的空氣瀰漫著濃濃的毒品味道。

因為我已經兩年沒接觸毒品，二手吸入後，覺得噁心不已，還到廁所去吐，最後，我實在禁不起誘惑，也跟著朋友們一起吸了。

畫線處有哪些其他可行的解決方案？

方法一：

後果：

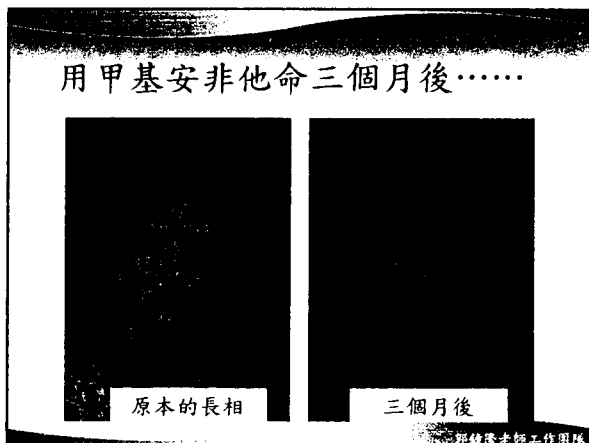
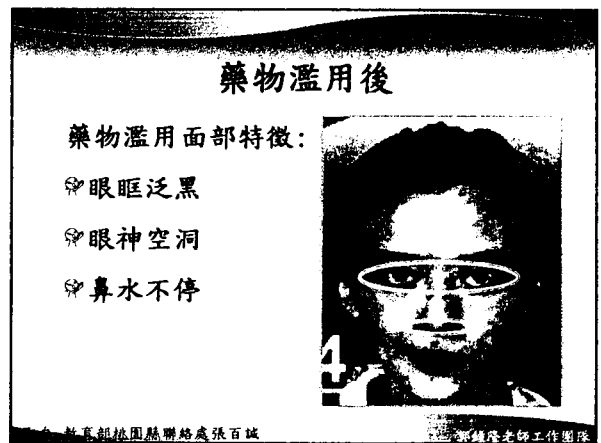
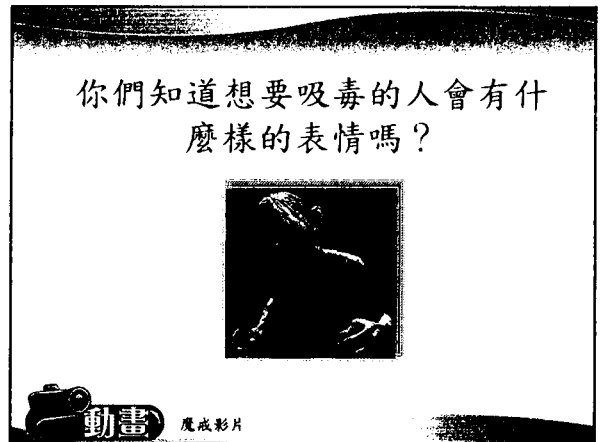
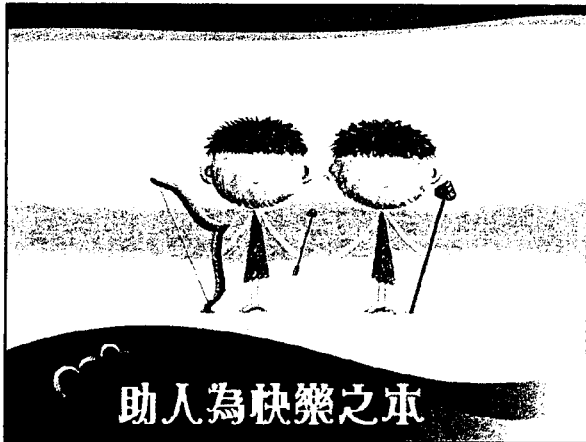
方法二：

後果：

沒想到後來警察突然進來搜索，一直到被警察抓到前，只剩下我和黃姓友人。我當時裸著身體，和同性友人獨處在內，桌上放著安非他命及吸食器，眼神接觸警察的那一刻，我腦子不斷浮現出「完蛋了」的字眼。



被捕後，我被移送板橋地檢署，偵訊過程我不斷掉淚大哭，只能打一通電話，我選擇打給經紀公司，經紀公司的人幫忙通知我爸，我爸著急趕到警局，卻沒辦法見我，只好回家等待消息。我知道驗毒馬上會有結果，沒辦法欺瞞下去，只能向警方坦承吸食。

我知道像我這樣的人，到底有什麼樣的打算，對各位來說應該其實是一點都不重要的事情，但是我還是想說，謝謝大家這幾年來大家對我的支持。像我這樣的人，像我這樣一個自己都認為天生就應該做表演的人，我不知道除了表演還能夠做些，可是我想我有必要暫時或者是永遠的離開娛樂圈停止我的工作。



吸毒者的特徵-有味道!


- 塑膠味
- 溶劑味道
- 藥味

郭維隆老師工作團隊

吸毒者的生理特徵



- 瞳孔不正常的放大或縮小
- 眼眶泛黑
- 時常流鼻水、流眼淚、噁心、嘔吐
- 食慾變差
- 體重減輕



郭維隆老師工作團隊

吸毒者的行為特徵

- 行為舉止出現變化
- 情緒狀態漸趨不穩
- 在校表現失序
- 家庭方面出現徵兆
- 發現燒焦的錫箔捲、針筒等
- 言詞出現不正常的術語

郭維隆老師工作團隊

吸毒的可怕 戒毒者螢幕說從頭




新聞稿

郭維隆老師工作團隊



~讓我們一起祝福所有的用藥者
都能走向人生正確的道路~



郭維隆老師工作團隊

藥頭來找碴



- 曾經有同學跟你推銷毒品嗎?
- 你會採用何種方式拒絕他?
- 你會不會反過去說服他(她), 不要繼續用藥了?

學習單

郭維隆老師工作團隊

我們要如何幫助使用藥物的人呢？
聽聽他們怎麼說：

~我該如何幫助他？~
~勇敢和吸毒同學互動~

三寶壟老師工作團隊



得知有朋友用藥該怎麼辦

• 你可以做的因應方式：

(1) 沈默以對-完全避開他？

- 看見他走過來，遠離他？
- 有人辱罵他、嘲笑他的時候，完全不予理會？
- 表現出不受影響的樣子，一笑置之？

(2) 當面勸說-直接說服他？





三寶壟老師工作團隊

得知有朋友用藥該怎麼辦

(3) 暗中幫助-告訴你所信任的成人，朋友用藥的事



- 當班上有同學在用藥時，自己、自身周圍的好友、同學都會受到很大的影響。



三寶壟老師工作團隊

怎麼樣才算是幫助吸毒的同學？
聽聽小惠和小莉怎麼說：


~該說、不該說？~

三寶壟老師工作團隊

得知有朋友用藥該怎麼辦

- 我們同理用藥者，但不認同他們的行為
- 不要與他(她)正面發生衝突
- 不要嘲笑用藥者
- 理解用藥者的感受
- 妥善處理自己的情緒
- 請朋友善用「自首條款」



三寶壟老師工作團隊

何謂「自首條款」？



三寶壟老師工作團隊

自首條款即為
毒品危害防制條例第21條

- 於未發覺前，自動向行政院衛生署指定之醫療機構請求治療，醫療機構免將請求治療者送法院或檢察機關。



郭曉蓮老師工作團隊

想一想

- 為何當初要設立此一自首條款？
- 對於那些吸毒者有何幫助？

郭曉蓮老師工作團隊

謝謝聆聽！



郭曉蓮老師工作團隊

吸毒可怕 戒毒者螢幕說從頭



更新日期:2009/04/18 05:53 蔡曉恩



【記者蔡曉恩台北報導】吸毒者有多痛苦？戒毒又有多困難？多年來從事戒毒成功，引起歷任法務部長關注的晨曦會劉民和牧師，及與戒毒成功者藍柏昇，在由台灣醒報與台灣藝術台合作的『2100 醒報現場』節目中，提醒年輕朋友毒品的可怕，也強調他們都是在母親的眼淚和上帝的大能下，才能戒毒成功。

劉民和也說，馬英九總統擔任法務部長時，曾到晨曦會參觀過三次，並花了二、三小時聽取戒毒成功者的經驗談，仔細一一詢問：「你是怎麼戒毒成功的」。後來還跟他去泰北金三角看戒毒及罌粟花生長情形，並曾感嘆：「罌粟花啊，多少人為你癡狂。」

現任的法務部長王清峰也到晨曦會參觀過，並推出戒毒專線 0800-770-885，二十四小時專人提供相關協助。劉民和也在王部長引薦下，多次前往法務部及更生保護會演講上課。

藍柏昇指出，自己在很年輕時就染上安非他命毒癮，因自己有工作，於是就把賺到的錢都拿去買毒品，到了當兵服役時，在軍中變本加厲，從安非他命「升級」到海洛英，毒癮愈來愈大。

藍柏昇形容，毒癮發作時，整個人都變形，有次家人把他關起來不讓他碰毒品，他卻跳窗逃跑找毒，那天，手都脫白了，也不覺得痛，一路爬到朋友家吸毒，滿身是血，可見毒品誘惑之大。

但後來為何戒毒？藍柏昇說，主要是母親一再流淚懇求，不放棄他，讓他深覺至少要讓母親覺得他有戒毒的可能，給母親希望。後來母親帶他去晨曦會戒毒，他第三天就想逃，但想到母親，就勉強留下，而且協助戒毒的弟兄也勸他要給自己一個回頭的希望，歷經五年時間，總算成功戒了毒。

劉民和則說，自己原本不僅是毒犯，也愛打架鬧事，整個人根本是扭曲的，但母親是虔誠基督徒，一再為他流淚禱告，讓他覺得不能辜負母親。

有一次他販毒，與人發生糾紛，被帶到半山上打得半死，整個人昏了過去，醒來時人已在醫院，看見他母親跪在牀頭為他在禱告，並且叮囑他：不要想報仇了，趕快去晨曦會戒毒。

當母親帶他認識耶穌時，他本來覺得不可思議，怎能因這樣就戒毒，但後來弟兄及上帝的愛，終於感化了他，最特別的是，連心毒都戒了。

劉民和回憶說，出院後，他一直想找那仇家報仇，想殺了他，但真正戒毒成功後只想告訴他，願意原諒他了。每一次回到他的家鄉香港，都一直在找尋這位仇家，直到卅年後才真正找到人，他握著對方的手告訴他並不恨他，連仇家也不敢置信。

劉民和與藍柏昇都說，時下很多青少年以為安非他命，K他命是次級毒品，以致台灣毒品問題愈來愈嚴重，事實上毒品就是毒品，沒有級別之分，千萬不要嚐試。

溝通模擬考

說話是門藝術，如何說才會清楚又得體，掌握說話技巧五個要點，一定沒有問題：

情境

小嬌和小花，在班上同學的眼中她們是一對好姐妹。今天，小嬌約小花晚上一起到 KTV 一起唱歌，小花依約在 19:00 在富櫃 KTV 門口出現，小花看到小嬌約了一些其他校外的朋友一起來唱歌，小花雖然有些詫異，但也願意與小嬌的這群朋友一起同歡。但當氣氛正 HIGH 時，小花發現小嬌和她的朋友都拿出一包包白色的東西，看起來好像是毒品，但是不怎麼確定！突然，小嬌約小花一起使用她手上的這一包白色粉末，小嬌說這樣會更 HIGH，小嬌的朋友們也在旁一起鼓噪，表示希望小花加入她們。讓小花感到相當的為難，你們覺得此時小嬌和小花彼此之間應如何有效溝通對話呢？請討論。

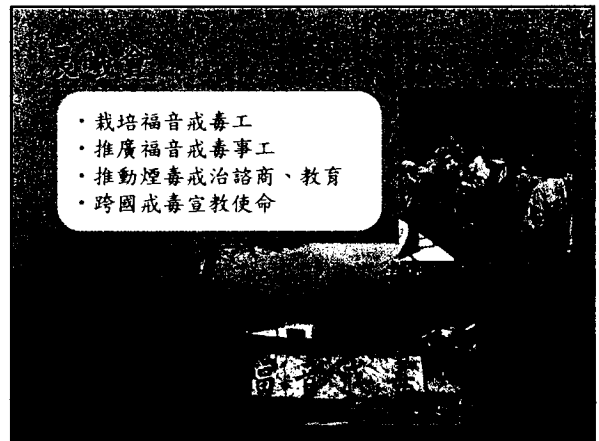
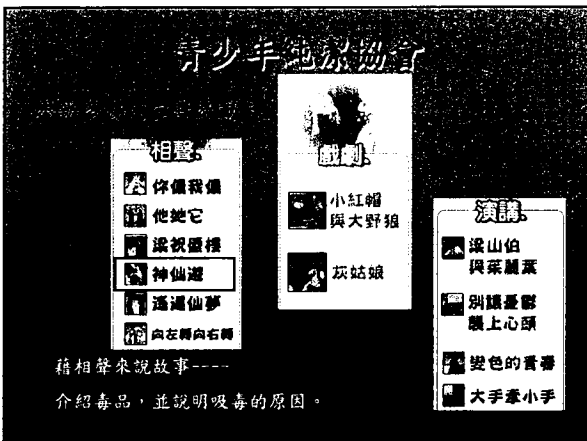
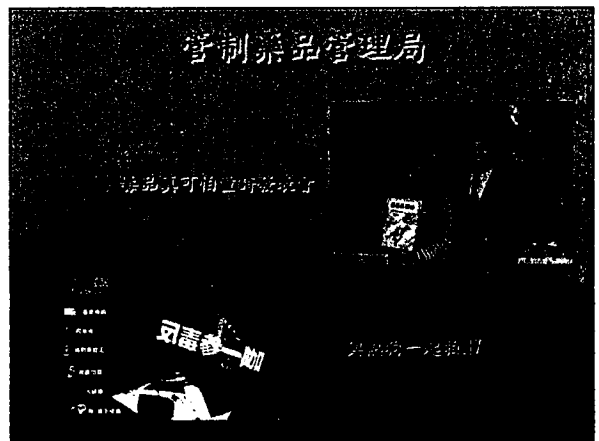
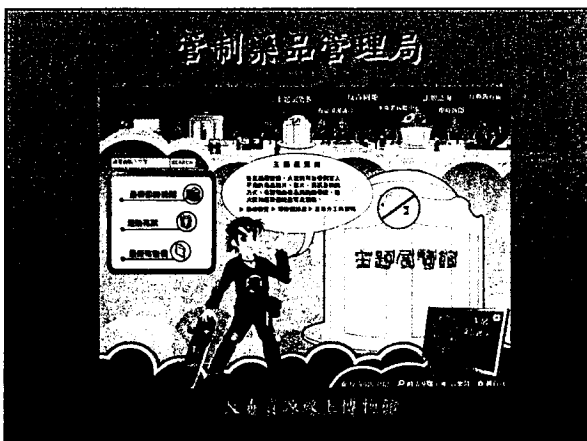
☺ 小嬌與小花的對答是：

溝通給燈欄—

1. 用語要具體明確 → ☀
2. 避免使用「一直…」 → ☀
3. 盡量採用「我訊息」 → ☀。
4. 說話速度要適中 → ☀
5. 配合非語言訊息 → ☀

我的分數合計是 ☀ ☀ ☀ ☀ ☀ 燈

給燈者簽名： _____





藥物濫用題庫

- 很早以前就有人濫用藥物了，像是晉朝齊王就死於藥物濫用。 ()
- 台灣近年來的青少年藥物濫用，以海洛因為第一名。 ()
- 下藥所需要的時間非常短，所以我們不應喝曾離開自己視線的飲料。 ()
- 「大家都在用藥！」這句話是符合台灣現今真實情況的。 ()
- K他命並不會上癮。 ()
- 吸食K他命的人身上會有塑膠味。 ()
- 藥物濫用者是病犯，而非罪犯。 ()
- 吸毒雖然對於身體有很不好的影響，但卻不會致死。 ()
- 自首條款即是指吸毒者於未被發覺前，自動向行政院衛生署指定之醫療機構請求治療毒癮，醫療機構免將請求治療者送法院或檢察機關。 ()
- 當吸毒者清醒時，他們必須承受嚴重的『身心反撲』。不僅有身體上的不適，還有心理上的失落。 ()
- 戒毒成功專線是 0800770885。 ()
- 管制藥品管理局有反毒線上資源博物館，若有毒品方面的問題可以上此網站查詢。 ()
- 不懂得善用時間——也是讓人可能吸毒的原因。 ()
- 參加民俗陣頭、去舞廳打工等，都是讓人可能吸毒的危險場所。 ()
- 吸毒不僅傷身，對於金錢的花費也是很高的。 ()
- 現今，台灣青少年吸食毒品的第一名毒品為強力膠。 ()
- 依毒品危害防治條例，毒品依其成癮性、價格及對社會危害性來做分級。 ()
- 身癮比心癮難戒。 ()

- 吸毒可以增加性功能，且偶爾用一次對於身體無副作用，所以我們可以吸毒來助”性”。 ()
- 戒毒成功的人，我們應給予其一個機會。 ()
- 毒品會損害一個人思考的能力，降低一個人對週遭的警覺性。 ()
- 為了增進自己的人際關係，促進自己與身邊好友的關係，我應該要吸毒來表示我們友誼的堅定。 ()
- 吸毒可以提神，所以當我功課寫不完的時候，可以暫時吸毒一天沒有關係。 ()
- 吸毒對於一個人的生命歷程並不會造成太大的影響。 ()
- 我應該要在自己生理的黃金時段，做重要又緊急的事情。 ()
- 與人溝通時，只需要使用語言訊息即可。 ()
- 班上有同學吸毒對我不會造成任何影響。 ()
- 依據毒品危害防治條例，毒品共分為幾級？(1)二級 (2)三級 (3)四級 (4)五級 ()
- 清朝所濫用的鴉片，是屬於第幾級的毒品？(1)一級 (2)二級 (3)三級 (4)四級 ()
- 以下何者非台灣目前藥物濫用之趨勢？(1)毒品形式圖樣多樣化。(2)毒品很純。(3)多重毒品的混合使用。(4)吸食方式的多元化。 ()
- 下列哪一類的事情應要最先完成它？(1)不緊急不重要 (2)緊急但不重要 (3)重要但不緊急 (4)重要且緊急。 ()
- 下列何者不是可以預防接觸毒品的的方法？(1)正常的生活作息 (2)多參與校園活動 (3)當心情不好的時候，可以找人傾訴 (4)與父母起爭執時，應與朋友在外面過夜以消心中的怒氣。 ()
- 請問下列哪一個刑責最重？(1)持有二級毒品 (2)製造一級毒品 (3)轉讓一級毒品 (4)引誘他人施用二級毒品。 ()
- 吸毒者的特徵以下何者錯誤？(1)瞳孔不正常的放大或縮小 (2)老

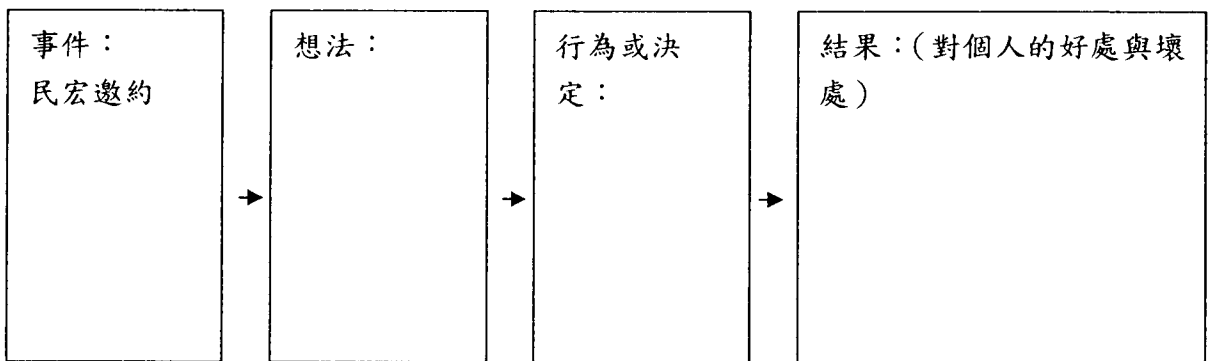
- 是打呵欠沒精神 (3) 食慾變差 (4) 體重增加 ()
- 藥物濫用面部特徵以下何者錯誤？ (1) 嘴角上揚 (2) 眼眶泛黑 (3) 眼神空洞 (4) 鼻水流不停 ()
 - 得知有朋友用藥，我應該要怎麼做？ (1) 嘲笑他(她) (2) 可以告知一位自己信任的大人，並與此大人討論要如何協助此位用藥的朋友 (3) 覺得他不再是我的朋友了 (4) 用藥朋友不聽勸，直接與他發生當面的衝突。 ()
 - 說話技巧有哪些要點？ (1) 說話內容盡量具體明確 (2) 說話速度越快越好 (3) 盡量採用「你訊息」 (4) 說「一直……」 ()

學習單 7：假如我是……

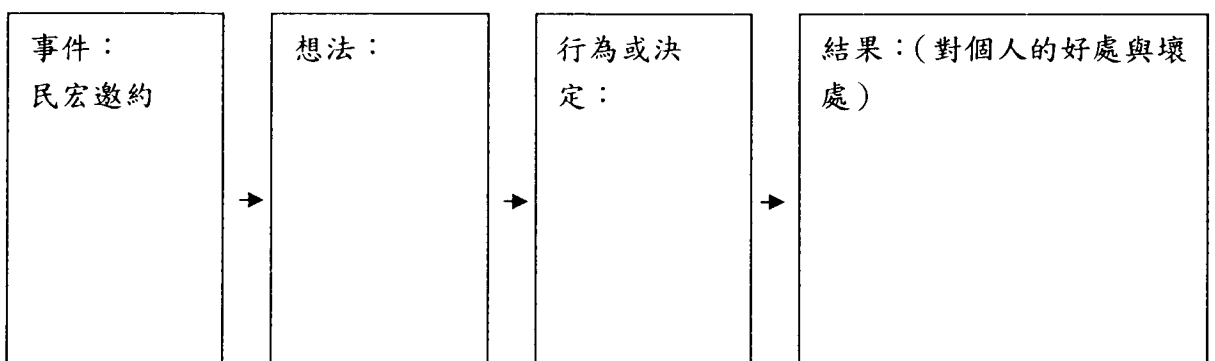
小立今年十四歲，因為爸爸工作的關係，必須從台南搬到台北。小立生性內向害羞，來到新環境後一直悶悶不樂，因為他覺得自己好孤獨。有一天晚上，小立補完息，在回家的途中，遇到新學校裡的民宏跟小蓉，民宏告訴小立有一個很棒的派對，清一色都是年輕人。

派對上，紅男綠女隨著音樂熱情舞動，一旁的民宏突然拿起一根大麻煙，一口又一口地享受吞雲吐霧的樂趣。突然，民宏問小立，「要不要哈一口？試一下又沒關係！」想想，如果你是小立，你會怎麼做？

如果我是小立，我可以有這樣的想法及做法



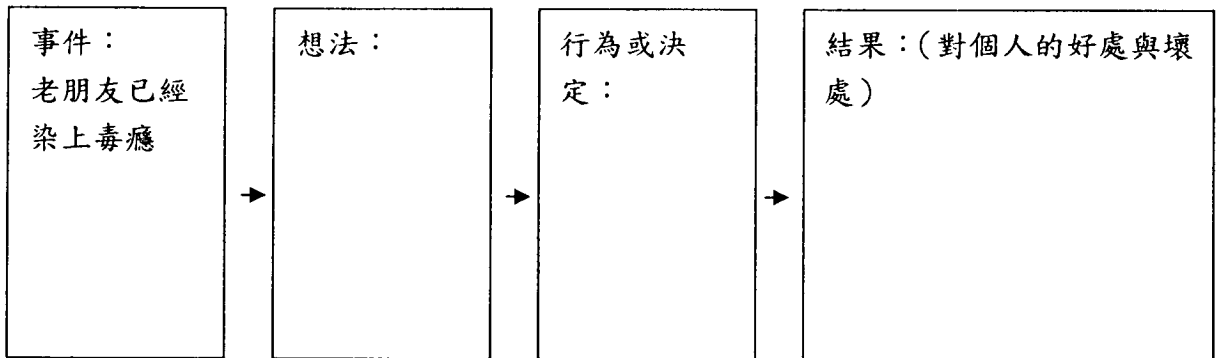
如果我是小立，我可以有這樣的想法及做法



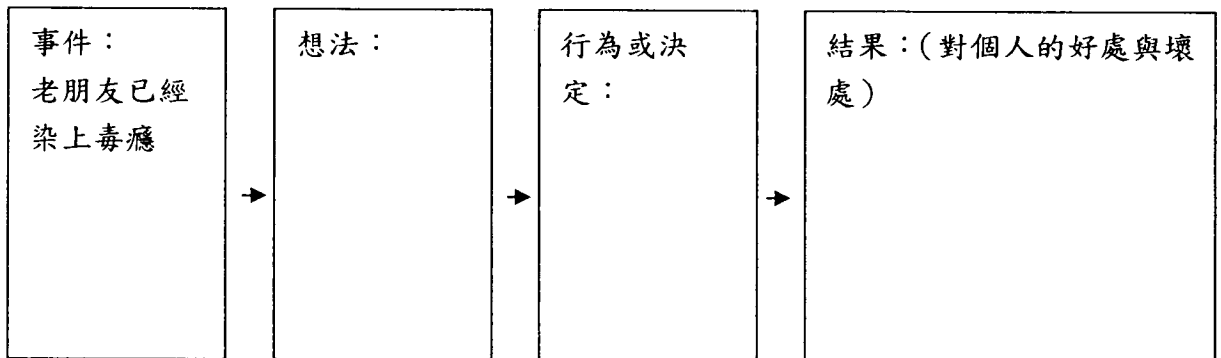
假如我是……

Kevin 和 Andy 打從小學起就是拜把之交。但是國中時兩人各自為學業忙碌。Kevin 目前是甲校三班的學生，Andy 是乙校十二班的學生，且因為交友不慎，誤交損友並染上了吸毒的習慣。在一次偶然的機會裡，兩個分離一陣子的好友又遇上了彼此。Kevin 和 Andy 之後便時常出來聚餐聊天，隨著兩人相處的時間，Kevin 察覺 Andy 常常會獨自走進化妝室久久不出來。而且當 Andy 回座位時，眼神渙散、說話不清、神志迷頓。Kevin 判斷 Andy 已經染上了毒癮。想想看，如果你身為 Andy 的好友，面對好友此時的情境，你該怎麼做？

如果我是 Andy，我可以有這樣的想法及做法



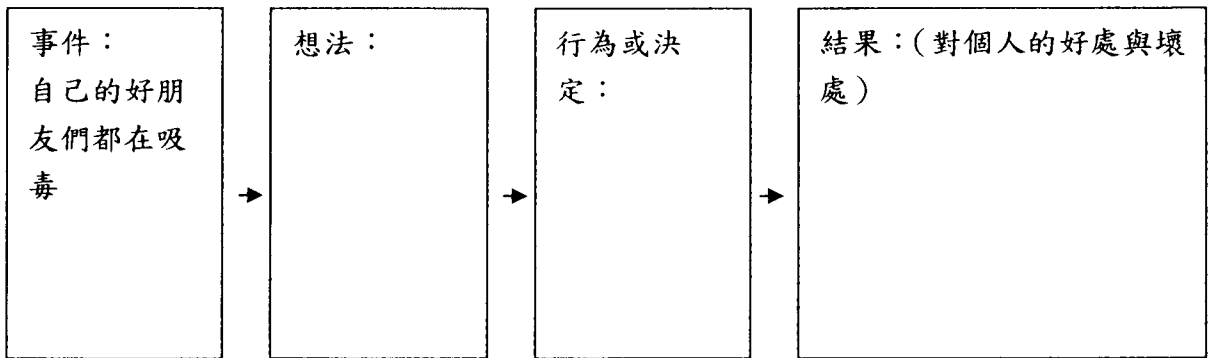
如果我是 Andy，我可以有這樣的想法及做法



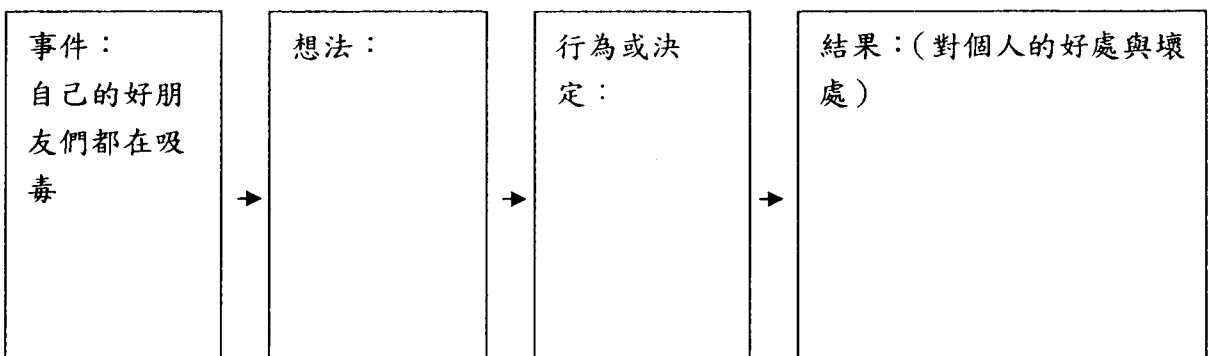
假如我是……

Teresa、Amanda、Jack、Ben 四人都是班上的好朋友，因為他們都屬於離鄉到外地求學，所以，他們常會在下課後結伴流連在夜店。Ben 本來就是一個比較沒有主見的人，在夜店裡結識了阿魁，阿魁生性講義氣且好交朋友，但阿魁另外一個身分是出了名的藥頭。Ben 不久就愛上了搖頭丸，當然，Amanda、Jack 也逐漸被 Ben 所影響，染上了搖頭丸的滋味。Teresa 是他們四人中較為理智的人，剛開始他以為其他三人都只是因為一時好奇，才會去夜店搖頭，但後來 Teresa 發現事情越來越不對勁，因為這三個人每個月的生活費都丟進藥頭的口袋中，搖頭丸也是越吃越多了！Teresa 擔心朋友身陷泥沼不知悔改，卻不知如何是好。想想看，如果你是 Teresa，在此時的情況，你會？

如果我是 Teresa，我可以有這樣的想法及做法



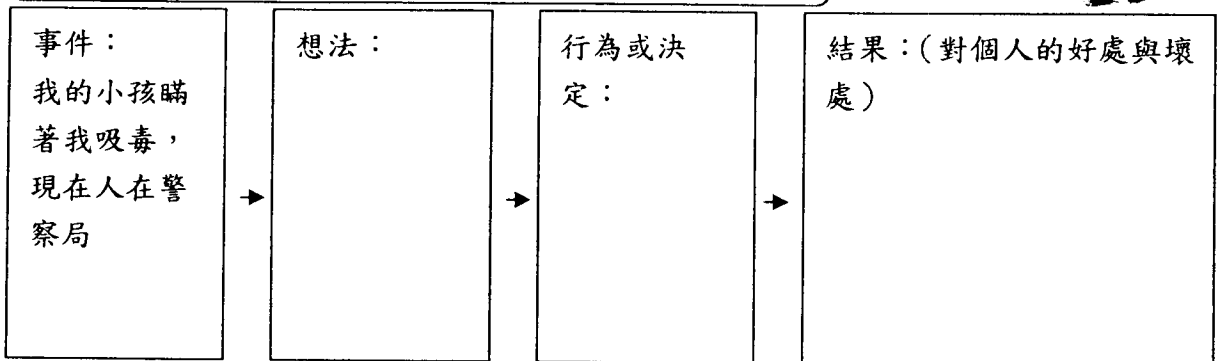
如果我是 Teresa，我可以有這樣的想法及做法



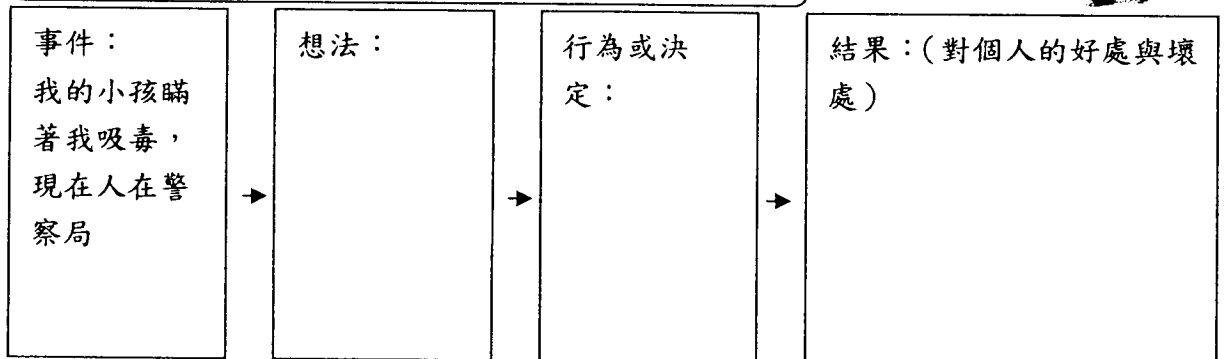
假如我是……

阿輝是我的獨子，從小就被寵壞，學業、脾氣都不好。我跟我先生平常為了工作，總是早出晚歸。阿輝的成績雖不好，但不會在外遊蕩，因為我們下班時阿輝都已經上床睡覺了，因此我還蠻放心他的。但是，有一天半夜，我接到警察先生的來電：「耀輝今天在搖頭店吃搖頭丸，請父母來一趟警察局！」「天丫！警察一定是搞錯了！我剛剛還看到她躺在床上啊！」結果，我和我老公趕緊去敲他的房門，床上居然沒人…天呀！難道阿輝真的吸毒，我該怎麼辦呢？想想，如果你是阿輝的父母親，此時身為父母的你，你會怎麼做？若你是阿輝，你會怎麼做？

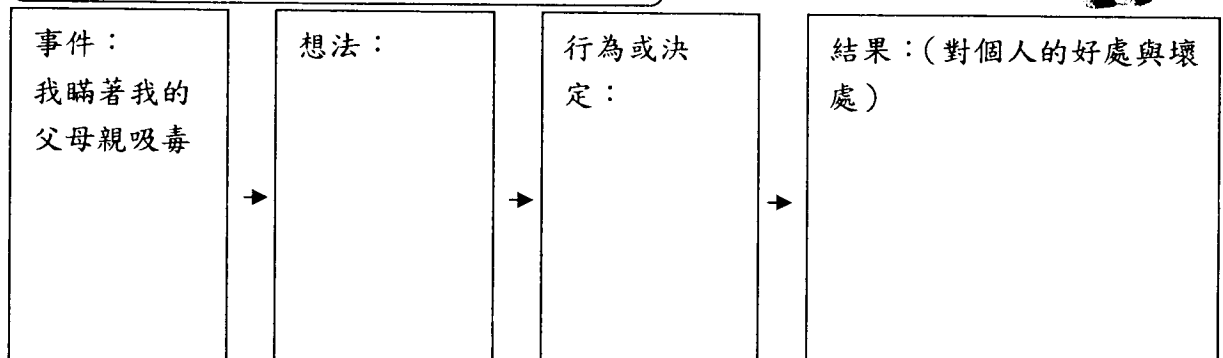
如果我是阿輝的父母，我可以有這樣的想法及做法



如果我是阿輝的父母，我可以有這樣的想法及做法




如果我是阿輝，我可以有這樣的想法及做法



假如我是……


我兒子阿強，吸毒已經兩三年了。最近，他更變本加厲，開始跟我要錢去買毒品，為了不讓他那麼痛苦，我還是瞞著先生，偷偷塞錢給他去買毒品，沒想到他越吸越多；現在我在金錢上也支援不了他了。可是，每次看到他毒癮發作的樣子，我跟其他的家人看了都很心疼，其實我最擔心的事他被警察抓去關，那他這一輩子不就完了。每次看到他痛苦的樣子，我都不知所措！他的毒癮好像越來越嚴重了，我想我應該為我的兒子做的事才對，可是我不知道該怎麼做才好……。想想，如果你是這位吸毒者的母親，你會？如果你是這位吸毒者，你會？

假如我是阿強的母親，我可以有這樣的想法及做法




| | | | | | | |
|-----------------|---|-----|---|--------|---|----------------|
| 事件： 我的兒子阿強吸毒 | → | 想法： | → | 行為或決定： | → | 結果：(對個人的好處與壞處) |
|-----------------|---|-----|---|--------|---|----------------|

假如我是阿強的母親，我可以有這樣的想法及做法



| | | | | | | |
|-----------------|---|-----|---|--------|---|----------------|
| 事件： 我的兒子阿強吸毒 | → | 想法： | → | 行為或決定： | → | 結果：(對個人的好處與壞處) |
|-----------------|---|-----|---|--------|---|----------------|

假如我是阿強，我可以有這樣的想法及做法

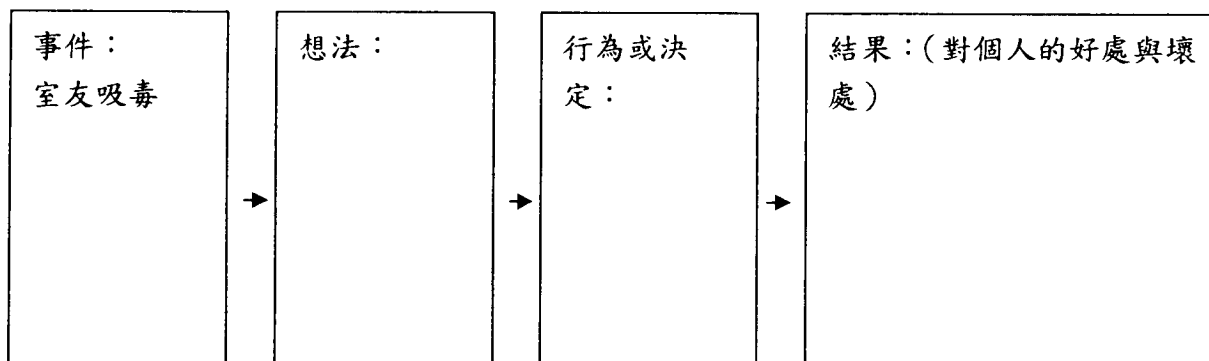


| | | | | | | |
|--------------------|---|-----|---|--------|---|----------------|
| 事件： 我吸毒的情況越來越嚴重 | → | 想法： | → | 行為或決定： | → | 結果：(對個人的好處與壞處) |
|--------------------|---|-----|---|--------|---|----------------|

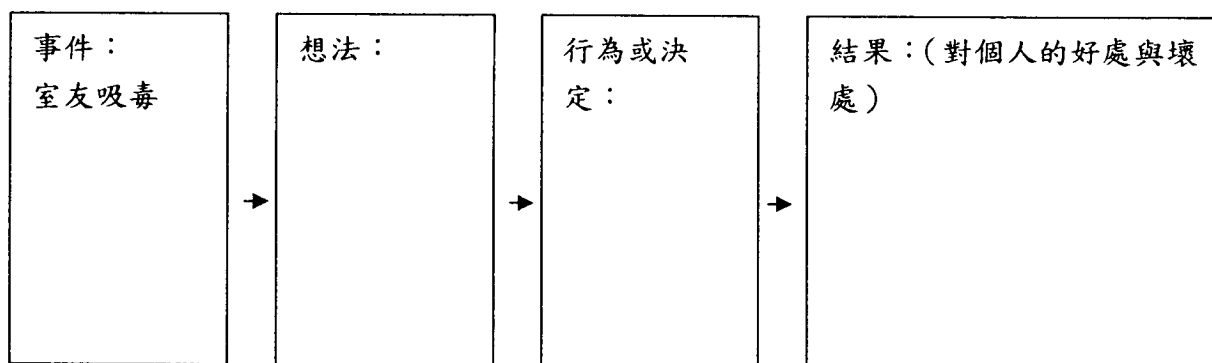
假如我是……

我跟老K是室友，但因為不同班，所以只有晚上才會碰頭。最近我發現老K他經常晚上都沒有回來，只聽說他跟他班上的朋友結伴去夜店。其實他只是我的室友，我也不便說什麼。不久我聽說老K染上吸毒的習慣，難怪最近老K的精神不好，眼神散漫，甚至他根本都不去上課了。剛開始我以為他只是好奇，玩玩也就罷了，但時間一久，我發現事情好像有點嚴重了。因為，老K不僅把父母親給他的生活費都拿去買毒品，我還發現他開始偷我的錢了！我有點擔心老K這樣的行為，我是不會去吸毒啦，但我害怕他這樣的行為會間接害到我，我時再不想再跟他同一寢室，我究竟該不該告訴他的父母及報告學校的師長呢？想想看，如果你也有這樣的一個室友，你會怎麼辦？

如果我有這樣的室友，我可以有這樣的想法及做法



如果我有這樣的室友，我可以有這樣的想法及做法



藥物濫用題庫

- 很早以前就有人濫用藥物了，像是晉朝齊王就死於藥物濫用。 (○)
- 台灣近年來的青少年藥物濫用，以海洛因為第一名。 (x)
- 下藥所需要的時間非常短，所以我們不應喝會離開自己視線的飲料。 (○)
- 「大家都在用藥！」這句話是符合台灣現今真實情況的。 (x)
- K 他命並不會上癮。 (x)
- 吸食 K 他命的人身上會有塑膠味。 (○)
- 藥物濫用者是病犯，而非罪犯。 (○)
- 吸毒雖然對於身體有很不好的影響，但卻不會致死。 (x)
- 自首條款即是指吸毒者於未被發覺前，自動向行政院衛生署指定之醫療機構請求治療毒癮，醫療機構免將請求治療者送法院或檢察機關。 (○)
- 當吸毒者清醒時，他們必須承受嚴重的『身心反撲』。不僅有身體上的不適，還有心理上的失落。 (○)
- 戒毒成功專線是 0800770885。 (○)
- 管制藥品管理局有反毒線上資源博物館，若有毒品方面的問題可以上此網站查詢。 (○)
- 不懂得善用時間——也是讓人可能吸毒的原因。 (○)
- 參加民俗陣頭、去舞廳打工等，都是讓人可能吸毒的危險場所。 (○)
- 吸毒不僅傷身，對於金錢的花費也是很高的。 (○)
- 現今，台灣青少年吸食毒品的第一名毒品為強力膠。 (x)
- 依毒品危害防治條例，毒品依其成癮性、價格及對社會危害性來做分級。 (x)
- 身癮比心癮難戒。 (x)

- 吸毒可以增加性功能，且偶爾用一次對於身體無副作用，所以我們可以吸毒來助”性” 。 (x)
- 戒毒成功的人，我們應給予其一個機會。 (○)
- 毒品會損害一個人思考的能力，降低一個人對週遭的警覺性。 (○)
- 爲了增進自己的人際關係，促進自己與身邊好友的關係，我應該要吸毒來表示我們友誼的堅定。 (x)
- 吸毒可以提神，所以當我功課寫不完的時候，可以暫時吸毒一天沒有關係。 (x)
- 吸毒對於一個人的生命歷程並不會造成太大的影響。 (x)
- 我應該要在自己生理的黃金時段，做重要又緊急的事情。 (○)
- 與人溝通時，只需要使用語言訊息即可。 (x)
- 班上有同學吸毒對我不會造成任何影響。 (x)
- 依據毒品危害防治條例，毒品共分爲幾級？(1)二級 (2)三級 (3)四級 (4)五級 (3)
- 清朝所濫用的鴉片，是屬於第幾級的毒品？(1)一級 (2)二級 (3)三級 (4)四級 (1)
- 以下何者非台灣目前藥物濫用之趨勢？(1)毒品形式圖樣多樣化。(2)毒品很純。(3)多重毒品的混合使用。(4)吸食方式的多元化。 (4)
- 下列哪一類的事情應要最先完成它？(1)不緊急不重要 (2)緊急但不重要 (3)重要但不緊急 (4)重要且緊急。 (4)
- 下列何者不是可以預防接觸毒品的的方法？(1)正常的生活作息 (2)多參與校園活動 (3)當心情不好的時候，可以找人傾訴 (4)與父母起爭執時，應與朋友在外面過夜以消心中的怒氣。 (4)
- 請問下列哪一個刑責最重？(1)持有二級毒品 (2)製造一級毒品 (3)轉讓一級毒品 (4)引誘他人施用二級毒品。 (2)
- 吸毒者的特徵以下何者錯誤？(1)瞳孔不正常的放大或縮小 (2)老

是打呵欠沒精神 (3) 食慾變差 (4) 體重增加 (4)

- 藥物濫用面部特徵以下何者錯誤？ (1) 嘴角上揚 (2) 眼眶泛黑 (3) 眼神空洞 (4) 鼻水流不停 (1)
- 得知有朋友用藥，我應該要怎麼做？ (1) 嘲笑他(她) (2) 可以告知一位自己信任的大人，並與此大人討論要如何協助此位用藥的朋友 (3) 覺得他不再是我的朋友了 (4) 用藥朋友不聽勸，直接與他發生當面的衝突。 (2)
- 說話技巧有哪些要點？ (1) 說話內容盡量具體明確 (2) 說話速度越快越好 (3) 盡量採用「你訊息」 (4) 說「一直……」 (1)

第一次會議-專家問題討論

一、 初級預防方面：針對未藥物濫用的學生，除了課本教材之外，您覺得還 應教些什麼內容？

1. 如何覺察別人”真的”在用：(除了課本所說的神色異常…….)(與平常朋友失聯……)，更具體的如發現菸盒內的菸(裝置的菸頭朝外、捏緊菸頭等，可能是使用大麻)或一些用藥的簡單工具(ex. 點不著的打火機)
2. 法律層面的釐清，目前課本介紹較少(ex. 別人拿給妳，妳接受，但猶豫時被查獲，這樣是否犯法?)
3. 判斷遇到的情境或那些場所是比較高危險的地點
4. 如何做決定。
5. 生活技能是很有效的，但每一節課不要超過兩種生活技能，而生活技能的相似性也不應過於接近。
6. 課文中較少談及的新興藥物，可以納入。
7. 瞭解藥物濫用藥的歷史，其實讓學生瞭解也許”藥的發明”是科學家的偶然，但”藥物濫用”通常不是偶然。能瞭解人類與藥的拉鋸戰。
8. 媒體的聲色影響，網路的誘惑(e-mail的藥品廣告)
9. 克服心靈的空虛感，建立有目標的人生觀，而且確實可行。
10. 休閒生活的經營，遠離是非場所。
11. 時間生活管理
12. 建立高檔人生的心態。
13. 藥物濫用在台灣及其他國家濫用情形並做比較。
14. 藥物濫用之後果對人心理、社會的危害。
15. 行為改變的重要性及應用。
16. 健康上的維護。
17. 覺察危險因子，除常見的危險場所，有時社區、一般住家中也可能會出現集體拉K，但又不到home party的程度。
18. 應讓學生從邀約的人、同伴、要做的事，去辨別有無危險。
19. 案例分析、溝通互動。
20. 陷阱迷思的剖析。
21. 情緒、調適、抗壓能力。
22. 人際技能。
23. 生命關懷系列活動。
24. 創意發想。
25. 藥物、毒品之相關知識、對身體的危害，拒絕誘惑以及法令規範
26. 針對青少年使用藥物的原因，減少危險因子、加強保護因子，如：自尊低落、壓力、情緒問題、家庭生活與人際關係等。

27. 澄清藥物迷思，如：藥物可以忘記煩惱解憂、使用一二次不會成癮，大家都在使用不要太大驚小怪等。

二、次級預防方面：針對已藥物濫用的學生，您會教他（們）些什麼？教學會如何做調整？

（一）已用藥：

1. 瞭解其藥物使用的生活經驗史，以表達關心並引導學生思省問題的原因。並根據學生目前對戒除藥物濫用的階段（有無意圖或已有戒除準備及行動等），給予適度的教學引導與介入，包括—
 - 提升對戒除藥物濫用的意圖與動機。
 - 增進戒除成癮的自我效能與方法。
 - 尋求支持系統與醫療服務。
2. 強調被控制的影響，再次做好的決定。
3. 瞭解其原因，協助避開高危險情境
4. 告訴學生藥物的成癮性，如：安非他命、k他命、海洛因，這也許是一刀兩刃，很難斟酌，本意是希望他們知道k他命不易成癮，可以戒除癮頭，但會不會加強學生「吸一、二次」也沒關係的想法？難啊！？
5. 尋求資源的方式
6. 加強抵抗誘惑的能量：如實際案例
7. 恐懼喚起！？（不太好，但生活中略有成效。）
8. 行為概念的轉換——從認知——心靈——行動力實踐，面對誘惑時的抉擇。
9. 藥物濫用的學生，真正缺乏的是什麼？可以替代藥的吸引力（不用藥物濫用）。
10. 解決問題：人都會做錯事情、製造問題，讓學生想方案去解決（負責任）。
11. 自己製造的問題，引伸到第一次好奇去碰，為了不讓問題越來越大，必須要去解決（且從本身的成功經驗增加自己解決問題的信心）。
12. 法律知識、戒治方法。
13. 做決定、解決問題、創造思考、批判思考：如何避免及遠離藥物濫用。
14. 情緒技能：自我覺察、情緒調適、抗壓能力：避免以藥物作為情緒抒解方法。
15. 人際技能：拒絕技能、自我肯定、協商技巧：拒絕藥物濫用誘惑。
16. 生命教育、生命關懷相關活動。
17. 澄清戒癮的迷思，如：將吸毒的學生提報就醫戒治，會留下紀錄影響學生前途？吸毒戒治後容易再犯，所以戒毒是沒有用的？等

（二）幫助者

1. 如何有勇氣指出用藥者（告知他人尋求協助）
2. 如何與用藥者溝通引導，協助他離開高危險情境（解決問題）

3. 教學以情境設計為主。
4. 助人的歷程（心路歷程與現實歷程）
5. 助人時可以運用的生活技能
6. 不讓其有吸毒者是「不正常」，不吸毒是「正常」的自傲心態，協助其去關照吸毒者背後不為人知的真相。
7. 同理心幫助同學，解決問題上可以同儕力量，以階段來目標引導。
8. 批判何為正義 vs. 報馬仔，以此來幫助助人者的勇氣。
9. 解決問題：提出多種助人方案，練習分析各方案的優缺點。Ex. 告訴老師，但不一定就是導師，要找學生自己信任的老師。自己幫助他但要如何的幫法。

第二次會議-專家問題討論

- 一、 俱樂部藥物：現今俱樂部藥物濫用氾濫，您覺得針對此應教些什麼樣的內容？
1. 批判現今對俱樂部藥物傳遞的訊息，例如：使用這些藥物是時髦、流行、炫酷的…，強調這些藥物與其他藥物一樣對健康有嚴重的危害與成癮性。
 2. 這俱樂部內通常以何種方式情境提供藥物，吸引人用藥。
 3. 集體用藥者的影響(案例)。
 4. 曾在此處用藥後，想脫離心路歷程及原因分享。
 5. 辨別特別容易在俱樂部出現的藥物種類、型態及使用方式。
 6. 拒絕、做決定。
 7. 哪些地方容易遇到這些東西？
 8. 會以哪些方式在你面前出現？人(賣的人)、事(何種方式)、時、地
 9. 它的作用與反應
 10. 成癮性雖不強，但心癮難戒。
 11. 好奇會殺死貓，應深以為誡。
 12. 不是每個人都會使用，但為何會使用？以及這些使用的原因可否破除？
 13. 價值澄清及如何避開誘惑。
 14. 藥物濫用的過程，與人際間的複雜性。
 15. 俱樂部濫用氾濫，其實不在毒品的量或何種藥，在於解壓的處理，情緒的管理及調適這一部份最重要。
 16. 可去抒解壓力，放鬆一下，但要小心哪些危險因子。
 17. 只有去俱樂部這個方法可以抒壓嗎？有無其他替代方式 ex. 餐廳聚餐，一樣有 drink，也可以大聲談話。
 18. 想一想：雖成癮性不高，但萬一第一次就上癮了，學生能承擔這樣的後果嗎？如果無法承擔，是不是就別嘗試了？
 19. 陷阱迷思
 20. 案例分享(批判思考)
 21. 預防教育(問題解決)
 22. 自我管理(生活規劃、自我健康管理等)

二、 生活技能方面：您認為生活技能應如何融入預防藥物濫用的教學？

1. 問題解決、抗壓、創造性思考：有特定原因用藥者的問題釐清、解決，身為幫助者，面對兩難情境如何處理（含自我肯定）
2. 拒絕、做決定：面臨用藥情境邀約、是否再次使用
3. 溝通、人際：表達自己的立場，但維持友誼（含自我肯定）
4. 批判性思考：對於自己用藥而危害他人者的行為進行反思，強調每一個人不應為一己之力而殘害他人。
5. 同理心：對於用藥者（ex. 家庭問題）的用藥因素，理解部分人的使用是有原因的，需要我們的協助。
6. 自我管理：用藥者管理自己的生活作息。
7. 不要太多項，一節課1-2種即可。
8. 課程中不要強調要教的是「生活技能」或「階段」，應將生活技能的技巧流程很自然的用孩子的話說出，並讓其於上課時有稍做演練的機會。
9. 「強效型」的生活技能放在二級預防的部分。
10. 在教導生活技能前應拉近孩子與藥物濫用的距離感，才会有「實踐」的動機。
11. 自我覺察、人際關係、批判思考、拒絕技能、協商技巧、做決定、自我肯定、自我管理。可以演練的方式來角色扮演。
12. 以典範故事帶入，生命故事的引導（曾經錯誤，改過自新的故事，感動自己，從內心調整）。
13. 批判思考：不是人家說的都是對的。有好奇心很好，但要有是非分辨的能力。PUB可以去，但還有一樣high的安全場所。
14. 正向人際關係：好朋友幾個就好，一大群狐群狗黨就代表自己交友廣闊嗎？
15. 影片賞析、短文、小說、散文賞析：分享討論。
16. 情境模擬分析：情境演練。
17. 分組報告：主題研討（網路媒體的資訊識別）。
18. 專題講述。
19. 情緒技能，模擬練習，腦力激盪。
20. 人際技能（分享、對話、演練）。
21. 設計符合生活經驗與未來可能面臨的接觸藥物的情境，課程演練外，配合學習單進行課後生活的實踐。

第三次會議-專家問題討論

一、課程設計架構:

1. 檢視 6 個主題課程內容，建議部份可以調整，避免重複與增加學習的統整性，例如第一主題有提到「法律責任」，而在第四主題亦有「藥物濫用法律責任」；將第六主題「藥物戒治相關資源」內容移到第五主題「協助藥物濫用者」。
2. 思考各主題的名稱是否適宜？例如「藥物濫用練功房」會被誤解為是要教導學生如何成為藥物濫用者的方法，應改為「拒絕藥物練功坊」之類才對吧！還有其他的主題名稱還都滿饒舌且不容易記，較無法貼近學生的！
3. 課程內容偏多，考量授課時間可做適度的刪減、整併。
4. 加引號：“藥”不要，有關係
5. 藥物濫用的歷史→可簡述國內外著名的歷史故事
6. 避免高危險情境：可加入“隱藏”的危機，變化樣貌呈現的假面貌。
7. 生活管理部分可加強：審慎交友，提醒生活管理注意事項…
8. 如何做決定可加入：同儕誘惑之因應
9. 同理用藥者可加入：自我保護策略
10. 藥物濫用練功房改成：防制藥物濫用練功房

二、教學模組設計

1. 以模組方式設計，可提供教學者依據學生需求與時數限制等條件，搭配學生自學手冊的運用，彈性、多元的選擇，提升教學設計的可用性。
2. 第一主題：
 - 「新興藥物的認識」可以用比較貼近學生的例子，讓學生比較心癮和身癮哪種比較好戒？例如：網路成癮……不是不打手會癢死，而是不上網會心癢……之類的。
 - 「藥物危害」中「使用藥品消耗的時間」難以計算，且不清楚其教學目標為何？建議刪除。
3. 第二主題“打造防護金鐘罩”中之生活管理課程內容
 - 從「避免高危險情境」到「生活管理」，如果是同一節課，感覺比較不順，從剖析危險情境接到寫出自己的時間管理，感覺怪怪。
 - 擬請教官或體育老師列舉出現今最受年青人歡迎的活動，或搜尋內容合適之網頁，提供予學生作為正當休閒生活的選擇。
 - 討論如何改進此生活方式→改成：討論如何參考其生活方式來改進自己的生活方式。
4. 第三主題討論「第一次使用？第二使用？」的教學活動，與強調「面對藥物濫用，絕對不能有第一次！」是違背的，可以修改為強調面對藥物時的每個人都有自主

權、又能力選擇對自己最好最明智的決定與行動。

5. 第四主題「他說，我就做??」：
 - 文中要請學生分享自己成功拒絕的經驗，如果學生都沒有成功拒毒的經驗，要分享什麼?或是可以分享拒絕其他東西的經驗?
 - 以案例分析看法律責任中第2點，教師提出數個讓學生混淆的案例，也可以 TEST 學生容易混淆的觀念(例如 OX 考驗之類的)，然後老師再澄清，也許會比較讓學生印象深刻
6. 第五主題「助人為快樂之本」
 - 「辨識他人藥物濫用的徵兆」中可製一行為徵兆表，讓學生自行針對可疑的同學打分數，並設定結果如：5 分以下為正常、6 分到 9 分為可疑、10 分以上需立刻報告師長等，並請學生切勿自行下判斷，以及指責同學。
 - 此單元應強調“幫助別人即等於幫助自己”的觀念
 - 讓學生瞭解“吸毒同儕是病患而非罪犯”
 - 教授學生迂迴而安全的舉報方式，如 EMAIL、簡訊等
 - 教導學生辨識吸毒者，這部份可以，但要進一步說服他戒毒，這對國中階段的孩子是有點難度，因為吸毒的原因有很多，例如家庭、交友、幫派等因素，如果貿然請學生直接面對可能會有問題?或許強調如何將情形告知師長，以尋求較專業的介入，而學生強調的是如何接納、與友誼支持。
 - 同理用藥者第4點：如果真的要寫小卡，那就真的給那些用藥者(不是給學校的用藥者，以免曝光 但是可以給戒毒中心的用藥者)感覺寫了會比較有意義(如果還可以收到用藥者的回信.....可能會更感人)
 - 避免以藥物作為情緒抒解：可提出數個 HIGH 的活動，也可加入批判思考，論是否真的安全。
7. 第六主題「藥物濫用練功房」中之藥物戒治相關資源與利用：
 - 教學活動第2點，請刪除：並請學生想想自己是否為藥癮者之資源
 - 請學生「想想」然後想完之後呢?教案設計中看不出來想完之後要做什麼，要讓學生覺得自己就是「資源」嗎?

三、其他

課程的設計與教學的實施關係學習成效，有關藥物教育教學者，因為議題的敏感性，較不適宜由學校執行藥物濫用稽查管理者，如教官、學務主任、生教組長等，會影響學生對此課程的接受度與願意表露經驗的誠實度。

第四次會議-專家問題討論

一、動畫設計

1. 多元活潑的教學媒材，可以提升學習動機，方便教學者情境的引導，可多蒐集且利用公部門已經研發的媒材。
2. 如果是有關吸毒者的心路歷程的動畫，可否由真人現身說法方式呈現，會比動畫人物更能引起學生的感動與喚起愛惜生命的觀念。
3. 動畫角色或造型建議換成國、高中成熟些的風格，符合國高中學生常看的動畫造型。
4. 動畫審查意見：
 - (1)、 整體
 - ✓ 許多文字未標出正確標點符號，請檢視修正，常常會漏掉句子的句號『。』，尤其是生活技能的說明部份。
 - ✓ 單純對話部分應加註畫面、文字重點標示等，以免學生“沒耐心”看下去。
 - ✓ 生活技能的部分請分段出現→審委仍是希望用當初我要求的方式，每種生活技能在一個頁面呈現，so，請修正吧~
 - (2)、 向惡魔預支的體力
 - ✓ “…很討厭耶”之後的畫面停留一、兩秒後再到電視的畫面
 - ✓ 女學生隔天起床時鐘改為 08:00
 - ✓ 字幕有誤：「我早上會遲到，說不定不去上課了」
 - ✓ 修改生活技能文字：
 - ✓ 情緒類-情緒調適
有沒有其他替代的方式可以讓自己心情平衡？如運動、向好友傾訴、聽音樂等。
 - ✓ 做決定，用詞不通順，建議修改成：
做決定：下次朋友邀你到有名的搖頭夜店，你會怎麼做？
 - (3)、 拉K不拉尿 拉尿不拉K
 - ✓ 在『膀胱若好，人生是…』的畫面審委覺得呈現太過單調，請放小敏按著下腹的圖案，再加上箭頭指出膀胱位置
 - ✓ 生活技巧文字修正：
 - ✓ 情緒類—自我健康監督管理技巧：
 - ✓ 拉K後可能導致身體不適，一旦出現身體不適症狀，應立刻就醫，以免造成無法挽回的後果，如膀胱炎，再好的藥物也很難治好長期吸k他命而導致膀胱發炎的患者。若併用其它藥物(如搖頭丸)，也可能造成橫紋肌溶解而引起腎衰竭。
 - (4)、 避免高危險情境 PART2

- ✓ 請仔細檢視標點符號的使用：
 - ✓ …你會如何運用生活技能呢？“→刪掉這個引號
 - ✓ 生活技巧文字修正：(加第5點)
 - ✓ 認知技能—解決問題
 - ✓ 1、…
 - ✓ 2、…
 - ✓ …
 - ✓ 5、評估各種後果，選擇最適當的方法
 - ✓ 聰明的你會選那個呢？
- (5)、 生活管理有一套打造防護金鐘罩
- ✓ 場景二 KTV，藥頭講完話之後讓畫面停留一下，轉場太快會看不懂。
 - ✓ “你累了嗎…”此段文字是等小白講完“好累哦”之後才出現的
 - ✓ 小白在打電動的朋友，畫面停留有點久
 - ✓ 字幕：小白因為生活『糜爛』(誤植為燦爛)…
 - ✓ 生活技巧文字修正：
 - ✓ 認知技能—目標設定：
 - ✓ 要求自己下課後沒事趕快回家，不要在外逗留，做到學生本份，學習一技之長，有空就去當志工。
 - ✓ …
 - ✓ 少做一個項目符號：情緒技能-抗壓能力
- (6)、 天使與魔鬼-1
- ✓ 天使與魔鬼的聲音太相像了，有點無法區分
 - ✓ 建議強化開始畫面的效果，如口白出現時，先以灰階方式處理背景中一個困惑的學生。
 - ✓ 可考慮強化天使眼睛或效果。
 - ✓ 生活技巧文字修正(加字)：
 - ✓ 認知類—批判性思考
 - ✓ 仔細想一想，究竟是天使在幫你還是魔鬼在幫你？誰說的話比較有道理？不要賭氣。
 - ✓ 質疑：質疑現在的說法合不合理，
 - ✓ 反省：反省這樣做對不對，若對方的說法合理不用硬拗，若不合理也不用勉強自己接受
 - ✓ 解放：把自己原有不合理的想法放掉，從新接受新的想法
 - ✓ 重建：以後用新的想法思考
 - ✓ 拒絕技巧重覆了，請刪除一個，補上原有情緒類—自我管理
- (7)、 天使與魔鬼-2
- ✓ 畫面呈現模式與「天使與魔鬼-1」雷同，且描述的配音過多，若沒有相

對應的畫面，怕學生沒有『耐性』看完與看仔細，故適時配合天使與魔鬼說明的內容，尤其是天使提出正向正確的想法時，如與朋友打打籃球、跳舞等情境畫面呈現較為活潑喔！

- ✓ 生活技能文字修正：
- ✓ 人際類—有效溝通
- ✓ 面對邀約時，能夠表達出具體的價值觀，一而再、再而三，讓別人知道你的立場就會知難而退。
- ✓ 刪除自我肯定後面四點(重覆了)：
- ✓ 質疑：…
- ✓ 反省：…
- ✓ 解放：…
- ✓ 重建：…

(8)、 悶鍋快爆炸

- ✓ 一開始小明脖子上的黑點點很怪，請拿掉
- ✓ 教官樣子太過「機車了」有醜化嫌疑(禿頭戴了帽子應該就看不到才對)，建議修改→可以加頭髮啦，比較容易~
- ✓ 各場景變換速度太快
- ✓ 增加文字：
- ✓ 日常的瑣事……這時你需要找到良好的舒壓管道，如運動、向好友傾訴、聽音樂等，或有人可以傾訴來排解情緒…

(9)、 轉念心就開

- ✓ 吸安的人多半會變瘦，應將小莉的臉修瘦些。
- ✓ 毒品濫用者特徵：
- ✓ 口部：「散慢(修正為：漫)」
- ✓ 器官(修改為血管)：主動脈發炎導致大血管夾層性出血
- ✓ 「停用後之脫癮症狀及危害」改為「安非他命的危害與停用後之脫癮症狀」
- ✓ 「危害(改為：分類)：第二級毒品

(10)、 藥頭的秘密

- ✓ 生活技能文字修正：
- ✓ 認知—批判性思考：
- ✓ 要“high”不要被害；萬一好奇嘗試，也要知道自我保護之道」

(11)、 脫不了身的夢魘

- ✓ 此動畫的場景較複雜(有在路上、舞廳、學校、警局等)，可藉由文字標示，讓閱聽者更容易理解。
- ✓ 主角在不同場景服裝都一樣(學生制服模樣)，有點不合現況常理，建議作修改。

- ✓ 修改台詞(配音不用修)：
 - ✓ 我子很古意→改成：我的兒子很老實
 - ✓ 自我監督管理的句子最後多了「]」刪除之
 - ✓ 生活技能文字修改：
 - ✓ 認知—自我管理與監督
 - ✓ 覺得無聊時，別衝動去尋找刺激，以免自食後果；如果能把時間安排得當，生活也可以不無聊
- (12)、 了解吸毒之異狀 異樣 異味
- ✓ 畫面背景是教室，與其他動畫雷同，可修改為校園一角，增加畫面的多樣性。
 - ✓ 能否消音？內文中的“學務組長”應該是生輔組長，若能消音就把“學務”2字消音，然後字幕改成生輔組長，能否？請再來電告知。
 - ✓ 內文加字(不用配音)
 - ✓ …訓練一群校內的環保志工(環保小尖兵)，他們…
 - ✓ 「恩」自改成「嗯」
 - ✓ 生活技能文字修改：
 - ✓ 認知類-做決定：
 - ✓ 要做一個心理上的權衡，願意協助疑似有藥物濫用的同學
 - ✓ 生活技能文字修改：
 - ✓ 情緒類—自我覺察
 - ✓ 保持對週遭人物的敏感度，根據吸毒者三異症狀：聞到異味、看到異狀、聽到異樣，覺察可疑的藥物濫用學生。
- (13)、 勇敢和吸毒同學互動
- ✓ 背景畫面可以在增加標示「輔導室」的文字，強調情景輔導處
 - ✓ 輔導教師角色的樣子(服裝髮型等)很樣學生，可做修正。
 - ✓ 生活技能文字修改：
 - ✓ 認知類-解決問題：
 - ✓ 幫助吸毒者發現問題、並解決問題，若自己無法解決問題，不要害怕向信賴的師長求救。
 - ✓ 生活技能文字修改：
 - ✓ 情緒類-情緒調適：
 - ✓ 面對吸毒者時能夠調適自己的情緒，培養自己助人的能力，並做好因應的策略。
 - ✓ 小華表示「嗯!我知道了…….」時，建議以點頭呈現。
- (14)、 我該如何幫助他？
- ✓ 畫面太過於單調了，可配合大餅吸毒情境、保護因子說明，有相關畫面的呈現。

- ✓ 建議動畫中把保護因子簡要提示列出，以免對話過長失去焦點。
 - ✓ 生活技能文字修改：
 - ✓ 人際類-人際關係：
 - ✓ 遠離吸毒的朋友，一旦真的有同學、朋友提供你毒品，下定決心現在就把手機裡他的電話刪掉，不要再接觸他們，且當知道同學吸毒時，也應該向可信賴的師長報告。
 - ✓ 生活技能文字修改：
 - ✓ 情緒類-自我管理：
 - ✓ 作息正常、建立明確的人生觀，能夠抗拒生活中面對的壓力，尋求『適切、健康、有效』的資源協助，幫助自我健康管理。
 - ✓ OS 句改成阿成的人像
- (15)、 該說、不該說？
- ✓ 一樣問題，能否將文中之“教務”消音，只留主任，字幕一樣打“主任”即可
 - ✓ 「…被被標籤化…」，刪掉一個「被」字。

青少年藥物濫用防制問卷-前測

親愛的同學你好：

這是一份調查國中學生對於使用藥物及生活技能現況的問卷，藉此瞭解學生對藥物濫用防制的看法為何，以作為教育精進的建議與參考，亟待你熱心參與及協助！

請你詳細閱讀問卷每一部份。本問卷是採不記名方式(不必寫名字)。所收集的資料僅供學術研究之用，不做其他用途，我們會審慎使用並善盡保密的責任，請你放心填答，務必照實回答。請逐題填寫，不要遺漏。當你填答完畢，請將問卷交給施測人員。謝謝你的合作與協助！

敬祝 健康快樂！

【第一部分：基本資料】

此部分的題目是想要瞭解你個人的基本資料，僅於研究用，絕不洩漏，敬請放心詳實填答，並在每題適當的選項塗黑，如：男 女

1. 學號：_____
2. 性別：
 男
 女
3. 出生年月：民國_____年_____月
4. 在班上的成績排名為：
 全班的前四分之一
 全班的前二分之一
 全班的前四分之三
 全班的後四分之一

5-1 是否有宗教信仰？

無 (請跳至第 6 題填答)

有 (請續答 5-2 題)

→5-2 宗教信仰為

佛教

道教

基督教

天主教

回教

民間信仰

其他 (請說明_____)

6.請問你主要監護人的教育程度(最高畢業學歷)是：

小學沒唸完但識字

小學畢業(國中沒畢業)

國中或初中畢業(高中或高職沒畢業)

高中或高職畢業(專科或大學沒畢業)

專科或大學畢業(碩士沒畢業)

研究所畢業(碩士、博士)

其他 (請說明_____)

7. 請寫出主要監護人的職業及職稱(若不穩定，請列出工作性質)：

_____ (如：攤販、工程師、警察、司機、工友…)

8. 家庭型態：

- 與自己的祖父母、父母及親戚同住一起
- 子孫三代同住一起(三代同堂)
 - ◀ 與父母親及兄弟姐妹同住
 - ▶ 只與父或母其中一方同住
 - ▲ 只與親戚(如：叔叔、阿姨…)同住
 - ▼ 只與祖父母或外祖父母同住
- ◀◀ 其他 (請說明_____)

9. 家中主要管教你的長輩，對你的教導方式大部分是如何？

- 必須絕對服從
- 可討論互動
 - ◀ 一切由我自己做主
 - ▶ 其他(請說明_____)

此部分的題目是想要瞭解你與家人互動的實際情形，並無所謂對錯，請圈選一個最能代表你感受的答案。

| | 很少滿意 | 有時滿意 | 經常滿意 |
|--|--------------------------|-------------------------------------|--------------------------|
| 10. 當我遭遇困難會向家人求助時，我的感覺是： | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. 對於家人與我討論各種事情，以及分擔問題時，我的感覺是： | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12. 當我希望從事新的活動或發展時，家人給予我支持的程度，我的感覺是： | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13. 家人對我表達情感的方式，及當我有情緒時(如：憤怒、悲傷、愛)家人對我情緒的回應，我的感覺是： | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14. 對於和家人相處，我的感覺是： | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

【第三部分】藥物濫用防制相關知識

此部分的題目是想要瞭解你對使用藥物的認知程度，請將你認為的答案選項塗黑，(以下題目內容你認為「對」的請塗□、認為「錯」的請塗☑)

以下所指之「使用藥物」：是指使用如安非他命、K他命、搖頭丸等非法藥物。

| 題目 | 對 | 錯 |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 24. 吸 K 他命(拉 K)並不會上癮。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 25. 身體的癮比心裡的癮難戒。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 26. 網咖、撞球店、舞廳，都是可能會有人向你販賣藥物的場所。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 27. K 他命與安非他命都是青少年常用的毒品 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 28. 如果有人說大多數的學生都在吸毒，這樣是錯的。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 29. 意圖販賣二級毒品的刑責，比製造二級毒品的刑責重。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 30. 生活作息不正常，會增加使用藥物的機率。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 31. 使用藥物者常出現異樣、異狀、異味。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 32. 我們應該先決定要不要使用藥物，然後再去想後果會如何。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 33. 戒毒成功專線是 0800-770-885。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 34. 短期使用部分藥物也許能夠提升男性性功能，但是長期使用藥物反而會造成性功能障礙。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 35. 與人溝通時，只需要使用語言訊息即可。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

| | 非常不同意 | 很不同意 | 不同意 | 不確定 | 同意 | 很同意 | 非常同意 |
|--|--------------------------|--------------------------|-----|-----|----|-----|------|
| 45. 我不會受別人的影響而使用藥物。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ◀ | ▶ | ▲ | ▼ | ◀◀ |
| 46. 我會辨識使用藥物者的特殊行為徵兆，來觀察周遭的人是否在使用藥物。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ◀ | ▶ | ▲ | ▼ | ◀◀ |
| 47. 我知道自己情緒不好時，可能會有的反應或行為（如：悶聲不吭或暴躁易怒等）。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ◀ | ▶ | ▲ | ▼ | ◀◀ |
| 48. 當煩悶或無聊時，我仍可以拒絕使用「改變心情」的藥物。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ◀ | ▶ | ▲ | ▼ | ◀◀ |
| 49. 面對壓力時，我會用好幾種不同方法去放鬆身心，而不依靠使用藥物來紓解。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ◀ | ▶ | ▲ | ▼ | ◀◀ |
| 50. 我會用合適的方式來表達自己的情緒。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ◀ | ▶ | ▲ | ▼ | ◀◀ |
| 51. 我認為使用藥物，不能忘掉煩惱，而是讓問題惡化。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ◀ | ▶ | ▲ | ▼ | ◀◀ |

此部分的題目是想要瞭解「週遭的人」使用藥物的情形，如果你認為沒有人使用藥物，請塗黑□；有人使用藥物，則請塗黑◻，並填寫人數。
 以下所指之「使用藥物」：是指使用如安非他命、K他命、搖頭丸等非法藥物。

| | 無 | 有 | 約幾人？ |
|---------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------|
| 63. 你的家人或親人有無使用藥物？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | _____人 |
| 64. 你校內的同學(所有年級的同學皆包含在內)有無使用藥物？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | _____人 |
| 65. 你校外的朋友有無使用藥物？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | _____人 |

【第六部分】藥物濫用的態度

此部分的題目是想要瞭解你對於「使用藥物」的態度為何，請圈選一個最能代表你心中想法的答案(數字愈高，表示愈傾向右邊的想法；數字愈低，表示愈傾向左邊的想法)，如以下範例。
 以下所指之「使用藥物」：是指使用如安非他命、K他命、搖頭丸等非法藥物。

| | |
|------------------|--|
| 範例：每天準時起床，對我來說是… | 很簡單的 很困難的 |
| 66. 使用藥物，對我來說是… | 不愉快的 很愉快的 |
| 67. 使用藥物，對我來說是… | 無聊的 有樂趣的 |
| 68. 使用藥物，對我來說是… | 無用的 有用的 |
| 69. 使用藥物，對我來說是… | 不好的 很好的 |

【第七部分】藥物濫用防制課程的學習經驗

此部分的題目是想要瞭解你在課堂中學習預防使用藥物相關知識的情形，請圈選你認為最適合的答案。

以下所指之「使用藥物」：是指使用如安非他命、K他命、搖頭丸等非法藥物。

「課堂教學」：包括學校辦理的活動，以及各班級課表內的課程，如國文、數學、社會、自然、綜合、藝文、健體等。

| | 有 | 無 | 不知道 |
|--------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 70. 在本學年度課堂教學中，你有無被教導拒絕使用藥物的好處？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 71. 在本學年度課堂教學中，你有無被教導拒絕使用藥物的技巧或方法？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 72. 在本學年度課堂教學中，你有無被教導認識使用藥物的危害？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 73. 在本學年度課堂教學中，你有無被教導尋求戒除使用藥物的資源或協助？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 74. 在本學年度課堂教學中，你有無被詢問是否使用藥物的經驗？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

謝謝你的填答，請仔細檢查一遍，不要漏答任何一題，非常謝謝你的合作！



青少年藥物濫用防制後測問卷-後測

親愛的同學你好：

這是一份調查國中學生對於使用藥物及生活技能現況的問卷，藉此瞭解學生對藥物濫用防制的看法為何，以作為教育精進的建議與參考，亟待你熱心參與及協助！

請你詳細閱讀問卷每一部份。本問卷是採不記名方式(不必寫名字)。所收集的資料僅供學術研究之用，不做其他用途，我們會審慎使用並善盡保密的責任，請你放心填答，務必照實回答。請逐題填寫，不要遺漏。當你填答完畢，請將問卷交給施測人員。謝謝你的合作與協助！

敬祝 健康快樂！

【第一部分】

此部分的題目是想要瞭解你與家人互動的實際情形，並無所謂對錯，請圈選一個最能代表你感受的答案。

| | 很少 滿意 | 有時 滿意 | 經常 滿意 |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. 當我遭遇困難會向家人求助時，我的感覺是： | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. 對於家人與我討論各種事情，以及分擔問題時，我的感覺是： | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. 當我希望從事新的活動或發展時，家人給予我支持的程度，我的感覺是： | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. 家人對我表達情感的方式，及當我有情緒時(如：憤怒、悲傷、愛)家人對我情緒的回應，我的感覺是： | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. 對於和家人相處，我的感覺是： | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

【第三部分】藥物濫用防制相關知識

此部分的題目是想要瞭解你對使用藥物的認知程度，請將你認為的答案選項塗黑，(以下題目內容你認為「對」的請塗□、認為「錯」的請塗☒)
以下所指之「使用藥物」：是指使用如安非他命、K他命、搖頭丸等非法藥物。

| 題目 | 對 | 錯 |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 15. 吸 K 他命(拉 K)並不會上癮。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16. 身體的癮比心裡的癮難戒。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 17. 網咖、撞球店、舞廳，都是可能會有人向你販賣藥物的場所。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 18. K 他命與安非他命都是青少年常用的毒品 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 19. 如果有人說大多數的學生都在吸毒，這樣是錯的。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 20. 意圖販賣二級毒品的刑責，比製造二級毒品的刑責重。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 21. 生活作息不正常，會增加使用藥物的機率。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 22. 使用藥物者常出現異樣、異狀、異味。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 23. 我們應該先決定要不要使用藥物，然後再去想後果會如何。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 24. 戒毒成功專線是 0800-770-885。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 25. 短期使用部分藥物也許能夠提升男性性功能，但是長期使用藥物反而會造成性功能障礙。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 26. 與人溝通時，只需要使用語言訊息即可。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

27. 你過去是否曾經使用如安非他命、K 他命、搖頭丸等藥物？

無

有

此部分的題目是想要瞭解「週遭的人」使用藥物的情形，如果你認為沒有人使用藥物，請塗黑□；有人使用藥物，則請塗黑◻，並填寫人數。
 以下所指之「使用藥物」：是指使用如安非他命、K他命、搖頭丸等非法藥物。

| | 無 | 有 | 約幾人？ |
|---------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------|
| 56. 你的家人或親人有無使用藥物？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | _____人 |
| 57. 你校內的同學(所有年級的同學皆包含在內)有無使用藥物？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | _____人 |
| 58. 你校外的朋友有無使用藥物？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | _____人 |

【第六部分】藥物濫用的態度

此部分的題目是想要瞭解你對於「使用藥物」的態度為何，請圈選一個最能代表你心中想法的答案(數字愈高，表示愈傾向右邊的想法；數字愈低，表示愈傾向左邊的想法)，如以下範例。
 以下所指之「使用藥物」：是指使用如安非他命、K他命、搖頭丸等非法藥物。

| | |
|------------------|--|
| 範例：每天準時起床，對我來說是… | 很簡單的 _____ 很困難的 <input type="checkbox"/> ◻ ◀ ▶ ◻ ▼ ◀◀ |
| 59. 使用藥物，對我來說是… | 不愉快的 _____ 很愉快的 <input type="checkbox"/> ◻ ◀ ▶ ▲ ▼ ◀◀ |
| 60. 使用藥物，對我來說是… | 無聊的 _____ 有樂趣的 <input type="checkbox"/> ◻ ◀ ▶ ▲ ▼ ◀◀ |
| 61. 使用藥物，對我來說是… | 無用的 _____ 有用的 <input type="checkbox"/> ◻ ◀ ▶ ▲ ▼ ◀◀ |
| 62. 使用藥物，對我來說是… | 不好的 _____ 很好的 <input type="checkbox"/> ◻ ◀ ▶ ▲ ▼ ◀◀ |

【第七部分】藥物濫用防制課程的學習經驗

此部分的題目是想要瞭解你在課堂中學習預防使用藥物相關知識的情形，請圈選你認為最適合的答案。

以下所指之「使用藥物」：是指使用如安非他命、K他命、搖頭丸等非法藥物。

「課堂教學」：包括學校辦理的活動，以及各班級課表內的課程，如國文、數學、社會、自然、綜合、藝文、健體等。

| | 有 | 無 | 不知道 |
|--------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 63. 在本學年度課堂教學中，你有無被教導拒絕使用藥物的好處？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 64. 在本學年度課堂教學中，你有無被教導拒絕使用藥物的技巧或方法？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 65. 在本學年度課堂教學中，你有無被教導認識使用藥物的危害？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 66. 在本學年度課堂教學中，你有無被教導尋求戒除使用藥物的資源或協助？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 67. 在本學年度課堂教學中，你有無被詢問是否使用藥物的經驗？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

【第八部分】

學號：_____

謝謝你的填答，請仔細檢查一遍，不要漏答任何一題，

非常謝謝你的合作！

