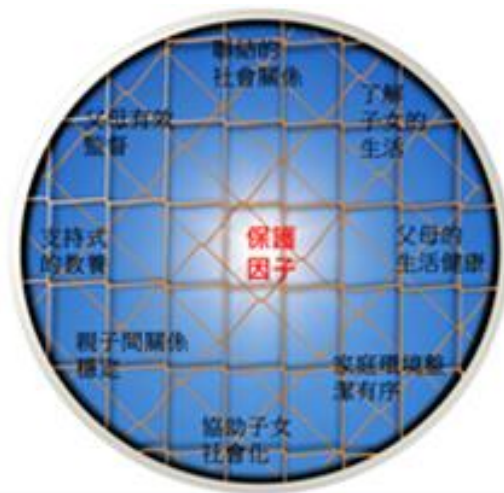


# 法務部司法官學院委託計畫

## 「臺灣社區預防吸毒家庭技巧訓練方案」 方案教材



陳怡青、彭淳英、陳海蓉

2019年7月10日

本教材之著作財產權屬法務部司法官學院所有



# 目 錄

第一章 緒論.....	1
第二章 方案介紹.....	2
第三章 方案內容.....	9
第一節 家長團體方案.....	11
第二節 青少年團體方案.....	50
第三節 家庭顧問.....	97
參考文獻.....	99
附錄.....	102
附錄一：保護網跟風險網(大圖卡，黑白單色與多色).....	102
附錄二：記錄表.....	107
附錄三：團體同意書.....	111
附錄四：種子教師與家庭顧問之倫理守則.....	112

## 第一章 緒論

2017 年行政院先後通過「新世代反毒策略」及「新世代反毒策略行動綱領」，其中強調家庭學校社區之區域性毒品防治機制。法務部司法官學院於是根據聯合國毒品犯罪防治辦公室所提出的家庭技巧訓練方案指南，開始著手於發展台灣青少年的家庭技能提升方案，期能針對有毒品使用之虞青少年及其家庭，推出預防性的具體措施。輔仁大學社工系於去年開設「酒癮與藥癮防治課程」，為使教學、研究、實務可以結合並行，遂於 107 年底投標法務部司法官學院「臺灣社區預防吸毒家庭技巧訓練方案-教材設計與方案試行計畫」，並順利得標，並預計在今年執行。

近年來，從各個少年矯正機關的統計來看，毒品案件為所有矯正中的青少年犯罪類型的大宗(吳永達、蔡宜家, 2018)。對於青少年而言，父母及同儕友伴就是兩個重要的社會性的影響系統。如果青少年早期的經驗和所處的家庭環境，缺乏有效的約束或管理機制，就十分可能使青少年暴露於毒品、性，以及其他危險行為之中。聯合國毒品和犯罪問題辦公室(UNODC, 2009)分析與家庭有關的危險因子包括：與父母關係不穩定或不安全；缺乏與主要照顧成人的親密關係；家庭教養不力；家庭環境混亂；父母、手足用毒、心理疾病或有犯罪行為；社會孤立。反之，與家庭有關的保護因子則包括：親子之間有安全而健康的依附關係；父母的監督、監控和有效的管教；傳達正向的社會家庭價值觀；父母參與子女的生活；（在情感、認知、社會和經濟上的）支持性的照顧，可見青少年的物質使用與父母管教、親子關係有重要的關係。因此本方案擬根據聯合國毒品與犯罪辦公室所提出的家庭技巧訓練方案指南，發展符合台灣父母及青少年的家庭技巧訓練方案，以期能提升家庭效能及青少年自我及社會性的能力。在方案發展上，並輔以實證上的資料，確立方案執行的成果。

## 第二章 方案介紹

### 一、青少年的毒品使用

青少年為何會使用物質？通常是某些特定的物質使用帶來了一些效果。從發展的角度視之，青少年正經驗生理發展快速變化的階段，在心理、社會方面也帶來巨大變化，而物質使用所帶來的效果，剛好可以滿足青少年一部份的生理、心理、社會的需求。例如，對於有社交焦慮的青少年而言，酒精、香菸的使用常有助於其降低社交上的焦慮反應。青少年在此經驗中獲得了物質作用的回饋，物質使用就與焦慮去除的行為產生了聯結，於是物質使用的行為模式就建立了起來。此種經驗除了對社交焦慮的處理可以得到回饋之外，對於壓力反應下的焦慮，物質使用也會得到回饋，於是物質使用的經驗持續類化（*generalization*）(Thombs & Osborn, 2013) (p.105)，之後，凡是焦慮情境出現，就會連結到對物質的需求。除此之外，青少年這種藉由使用酒精與香菸來因應焦慮的經驗，可以擴充至其他的心理需求，例如，注意力不集中、挫折與憂慮...，這種自行用藥的結果可能帶來身體或心理的危害，都有可能因為藥物的回饋具有立即性，而被青少年忽略。

另一種用藥經驗的累積是來自於感官刺激的回饋。Martin 等人（1999）發現青少年的問題行為與尋求感官刺激的傾向是具有相關性的，而這種尋求感官刺激的行為又與藥物的使用有關(Andrucci, Archer, Pancoast, & Gordon, 1989; C. Martin, Kelly, Delzer, & Rayens, 1999; C. A. Martin et al., 2002)。因此，藥物使用、追求感官上的刺激，和問題行為，變成了青少年連帶性的行為串，而對青少年的心理、社交、未來發展亦帶來長遠的影響。

從精神疾病的觀點來看，青少年的藥物使用與一些精神疾患具有共病性，最常見的包括注意力不足/過動症（ADHD）、行為規範障礙症（*conduct disorder*）、對立反抗症（*oppositional defiant disorder*）、憂鬱症（*major depression*）、躁鬱症（*bipolar disorder*）、焦慮症（*anxiety disorder*）、創傷後壓力症（PTSD）、暴食症（*bulimia nervosa*）...等等(Kring, Davison, Neale, &

Johnson, 2007)。青少年的心理疾病若未能獲得良好的治療與處理，大大提升了毒品使用的風險。心理疾患治療性藥物的使用劑量彷彿是一個光譜，它同時具有療效和使用上的危險，需要仔細的醫療處置。否則一方面，心理疾患的困境可能加深青少年對藥物使用的需求；另一方面，毒品或藥物的誤用所帶來的戒斷症狀，更提高了青少年對毒品或藥物的依賴性。

青少年的毒品使用可能對他們的生理、心理、社會、靈性的發展帶來持續性的危害。雖然青少年最開始的問題行為常常只是虛張聲勢式的好勇鬥狠，但所從事高風險的行為常常是藥物作用後解除自我控制、追求刺激所帶來的「特殊效果」，這提升了他們攻擊、暴力、不安全性行為...等等行為的風險，甚至更進一步引發車禍、被攻擊、強暴、自傷甚至自殺等結果，對自己和他人帶來更嚴重的傷害(Gerberich et al., 2003; Kelly, Cornelius, & Lynch, 2002)。

由此可見，青少年物質使用雖然有其生理、心理因素的源由，但其交互影響所引發的自身與社會性的連續性的傷害，是不能忽視的。

## 二、青少年用藥的危險因子與保護因子

藥物濫用「危險因子」是指會增加藥物濫用可能的相關因素，相對的，「保護因子」則是指會減少藥物濫用可能的相關因素。

根據聯合國毒品和犯罪問題辦公室(UNODC)於 2018 的毒品問題報告(World Drug Report)，世界各地的年輕人<sup>1</sup>受到毒品的影響很深，他們可能自己使用、製造或是運送毒品，在個人、微觀(家庭、學校和同儕)、宏觀(社會經濟及所處環境)等三個層次都有許多不同的因子，在不同因子的交互作用下，青少年更容易受到毒品的誘惑。大部分的研究結果顯示青春期 12-14 的初期及 15-17 歲的晚期是初次使用毒品的高危險期，原因是要因應他們在轉變成大人這段期間的社會或心理上的挑戰(包括要感覺良好、單純的社交、個人或社會適應失調等等)。

---

<sup>1</sup> 根據聯合國的定義，年青人的年齡介於15到24歲之間

危險因子會因個體不同而有不同的影響力，因為一些關鍵性的危險因子結合，再加上缺少某些保護因子，導致有一些人的頭腦比其他人容易陷入物質濫用，至於哪些外部和個人因素的組合會特別有影響力，則是因人而異。頭腦的發展受到心理社會的經驗影響很深，這些心理社會的經驗對於頭腦的發展和功能有直接的影響，也影響兒童的自我調節能力以及最後是否容易吸毒。青少年物質濫用備受關切，因為精神活性物質對於青少年的影響比對成人來得深遠(UNODC,2018)。所以，在青少年用毒議題上，預防性的介入是十分重要的，辨視青少年用毒的危險因子和保護因子會有助於防治工作的介入。

青少年毒品使用的危險因子從宏觀層面、微觀層面和個人特質來討論。一旦青少年處於使用毒品的危險情境中，將使青少年出現學業不佳、社交技巧不良、自我調節不良、生理及精神健康的危害，並提高涉毒的機會(表1)。

宏觀層面影響	微觀層面影響	個人特質
<b>收入和資源</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 貧窮</li> <li>◆ 無家可歸、難民</li> <li>◆ 童工</li> <li>◆ 缺少健康照護</li> </ul>	<b>家庭影響</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 缺少參與及監督</li> <li>◆ 父母苛刻、虐待、疏於管教</li> <li>◆ 負面的示範</li> <li>◆ 疏忽身體的情況</li> <li>◆ 環境紊亂、壓力大</li> <li>◆ 父母使用毒品</li> </ul>	<b>基因遺傳、精神健康、個人特質</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 尋找感官刺激</li> <li>◆ 有攻擊性的</li> <li>◆ 失神</li> <li>◆ 衝動</li> <li>◆ 精神健康問題</li> </ul>
<b>社會環境</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 反社會規範、缺少非正式社會控制</li> <li>◆ 缺少社會凝聚力、與社會脫節、缺少社會資本</li> <li>◆ 衝突/戰爭</li> <li>◆ 社會排除、不平等、歧視</li> </ul>	<b>學校影響</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 幼兒教育品質差</li> <li>◆ 負面的學習環境</li> <li>◆ 經常缺席</li> <li>◆ 缺少健康教育及預防宣導</li> <li>◆ 缺少課後活動</li> </ul>	<b>神經發育</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 語言發展遲緩</li> <li>◆ 認知缺損</li> <li>◆ 做決定及問題解決能力不良</li> </ul>
<b>物理環境</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 老舊、荒廢、不合格的住屋</li> <li>◆ 鄰近社區出入複雜</li> <li>◆ 可取得菸酒毒品和槍枝</li> </ul>	<b>同儕影響</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 反社會的同儕或行為榜樣</li> <li>◆ 暴露在菸酒、毒品、暴力、犯罪</li> </ul>	<b>壓力反應</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 情緒調節及知覺不良</li> <li>◆ 生理反應失調</li> <li>◆ 應對能力不良</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 缺少有營養的食物</li> <li>◆ 暴露在有毒物質中</li> <li>◆ 媒體</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 缺乏父母監督同儕的交往</li> <li>◆ 社交網路科技</li> </ul>	
--	---	--

表 1 物質濫用的危險因子

資料來源：UNODC（2018）

聯合國雖然提及上述危險因子，但研究指出以上的外在因素是決定最後行為的關鍵，但是它們並不單獨作用，而是與個人特質交互作用後，決定是否會產生物質濫用的行為，因此在預防的策略上必須要將這些複雜的交互作用考量進去，以找出適合個人、社區或群體的方案或政策。(UNODC,2018)

相對於危險因子，青少年的保護因子也會為青少年帶來避免青少年受毒品侵害的條件。宏觀層面、微觀層面、個人特質上的這些保護因子可以使青少年擁有較安全的機會，渡過生理及情緒發展的風暴、探索自我、建立家庭外的社會關係，以及學習社會規範（表 2）。

宏觀層面	微觀層面	個人特質
<u>收入和資源</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 家戶收入足夠支付生活所需</li> <li>◆ 有充足的醫療資源</li> <li>◆ 固定的居所</li> </ul>	<u>家庭影響</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 父母的親職、監督功能良好</li> <li>◆ 溝通良好的家庭氣氛</li> <li>◆ 父母的教養態度一致</li> </ul>	<u>基因遺傳、精神健康、個人特質</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 良好的習慣與嗜好</li> <li>◆ 喜歡接受挑戰</li> <li>◆ 人生有目標</li> </ul>
<u>社會環境</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 尊重多元文化</li> <li>◆ 良好的社會適應</li> <li>◆ 良好的社會凝聚力</li> </ul>	<u>學校影響</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 提高青少年對毒品危害的認識</li> <li>◆ 友善與支持的校園環境</li> <li>◆ 包容多元文化</li> </ul>	<u>神經發育</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 自我控制良好</li> <li>◆ 認知功能正常</li> <li>◆ 解決問題能力良好</li> </ul>
<u>物理環境</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 結構安全、舒適的住所</li> <li>◆ 鄰居友善、互相幫忙</li> <li>◆ 菸酒及毒品適當的管制方式</li> </ul>	<u>同儕影響</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 拒絕同儕引誘使用毒品的技巧</li> <li>◆ 擁有良好的人際關係</li> <li>◆ 不使用毒品的同儕</li> </ul>	<u>壓力反應</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 能適度的舒壓</li> <li>◆ 應對能力良好</li> <li>◆ 有幽默感</li> </ul>

表 2 青少年物質濫用的保護因子



危險因子對於藥物濫用的影響範圍很廣，孩子暴露在愈多危險因子下，他就愈容易濫用藥物。在孩子的發展期間，某些危險因子可能比其他的因子更有影響力，例如青少年時期的同儕壓力，如同孩童時期與父母的緊密關係，也能夠降低藥物濫用的風險，如何改變危險因子和保護因子，讓保護因子大於危險因子，是很重要的目標 (NIDA,2019)。

### 三、薩提爾理論(Satir Model)介紹

薩提爾理論是來自於知名美國心理學家維琴尼亞·薩提爾女士(Virginia Satir, 1916-1988)。她是家族治療的先驅，她相信每個人本身就是一個奇蹟，不僅不斷地在演變、成長，而且永遠有接受嶄新事物的能力。她認為「問題的本身不是問題，如何面對問題才是問題」。在薩提爾模式(Stair Model)中會將治療的焦點放在健康及可能性的部分而非病理負面的部分，透過欣賞、接納到轉化這個歷程產生出的力量讓案主重獲新生。

#### (一) 四大目標：

薩提爾模式有四大治療目標：1.提高案主的自我價值。2.促進案主為自己做出選擇。3.鼓勵案主為自己負責。4.協助案主一致性。所謂的一致性是指一種覺察、接納與開放的狀態，是內在自己真實的體現，代表者內在的和諧。(Gomori, 2013)。

#### (二) 薩提爾模式的冰山理論：

在薩提爾模式中以冰山的隱喻讓我們來在了解人的行為與個人內在的關聯。從整座冰山來看，浮在水平面上面我們可以觀察到的是人的行為或者是整個事件發狀的狀態，更重要的是在人的行為背後隱藏的是我們需要去了解的個人內在狀態，其中包含對應姿態、感受、感受的感受、觀點、期待、渴望與本我(圖1)。



圖 1：冰山圖

至於在冰山的表層，薩提爾模式中將對應姿態分為五種，有四種是當人們面對威脅時為了保護自己而表現出來的求生存姿態，如討好、指責、超理智與打岔。另外一種則是一致性的溝通姿態，在這個姿態中人們正視自己的內在並考慮他人與環境而進行的自我表達，是平靜而穩定的。

- 1.討好型：溝通過程中總是答應對方的要求，當自己的回應成功地取悅對方時，容易感到心滿意足但卻會忽略到自己的感受。
- 2.指責型：溝通過程中為了保護自己而把問題歸因於別人或環境，以自我為中心而忽略他人的感受。
- 3.超理智型：溝通過程中只考慮客觀事實而毫無人性，會引用數據跟理論來說服對方而忽略自己與他人感受。
- 4.打岔型：在溝通過程中會出現一直改變想法，無法把注意力專注地放在正在溝通的事情上面，缺略自己與他人感受，也不考慮客觀環境。
- 5.一致性的溝通姿態：能夠有意識的感覺自己的狀態，尊重自己、他人與環境，能夠平靜的表達自己的感覺、想法跟期待。

舉例而言，當自己和孩子走上路上，孩子突然跌倒了，差一點就被車子撞到，自己卻是用直接罵孩子說：「你怎麼這麼笨！走路都不會看路嗎？車子來了不會躲嗎？」來表達自己的擔心，孩子就直接放聲大哭。從薩提爾模式中，我們可以探索媽媽的冰山和孩子的冰山如表 3。

	媽媽的冰山	孩子的冰山
對應姿態	指責型	指責型
感受	驚嚇、害怕、擔心 心疼、生氣	害怕、挫折
感受的感受	怕失去孩子 心疼孩子受傷 指責自己沒有照顧好孩子	我剛剛差點被撞到好害怕 媽媽都不關心我
觀點	身為母親要教育孩子 孩子要聽媽媽的話	只要我哭了媽媽就會安慰我
期待	小孩不要再受傷 能夠教育好孩子	媽媽可以保護我，安慰我
渴望	被尊重被認同	被理解、被愛
自我	我是個沒有照顧好孩子的媽媽	我是不被媽媽愛的小孩

表 3 薩提爾模式的範例：母子互動的內在冰山

從上述範例可知，薩提爾模式可以有效率的增在對內在狀態的洞察，進而重新去思考冰山表層的行為是否有其在的應對方式。藉此可以增加媽媽和孩子行為選擇的自由度。

對於本方案而言，薩提爾模式可有效率的協助家長和青少年。日常生活的不同層面，對青少年而言，有些是涉毒的風險因子，有些是保護因子，家長及青少年在應對方式上能夠增加對風險因子的覺察是很重要的。再者，透過對自己內在狀態的探索，可以增加自己行為選擇的自由度，進而增加保護因子出現的機會。

### 第三章 方案內容

本方案依「聯合國吸毒預防家庭技巧訓練方案實施指南」為方針，目標是針對青少年及家長進行團體方案，增加對青少年的保護，預防青少年接觸毒品及相關的危害。

依「聯合國吸毒預防家庭技巧訓練方案實施指南」，家庭技巧訓練方案的對象針對普遍層面和特定層面應有不同的設計，因而將方案對象分為普遍預防、選擇性預防，以及指向性預防方案三種。普遍預防方案是針對一般學校及社區的全體性質的預防方案，不需特別考慮其所處的風險程度，以促進健康為導向的預防性工作。選擇性的預防方案是依流行病學調查或研究顯示，針對較有可能濫用藥物的群體提供預防方案。例如藥物濫用者或監獄服刑人員的子女、貧困家庭、受虐待或被忽視的兒童、父母正在離婚或分居的家庭...等等。這些家庭雖具有較高的濫用藥物的風險，但同時也具有其獨特的韌力和保護性因素使得家庭中部份的成員受到保護，而未用藥。指向性預防方案的對象是指已有證據顯示他們極有可能發生藥物濫用的事實，例如年幼時期具有攻擊破壞行為或問題行為...等等（UNODC，2007）。本方案採「選擇性預防方案」為設計主軸，協助家長及青少年有效因應相關的風險問題。

透過文獻整理，探究青少年吸毒的保護因子與風險因子，並採用青少年保護因子與風險因子做為方案每次進行的主題，透過故事設計，直接針就風險議題進行討論，保護青少年免除使用毒品風險。

雖然保護因子與風險因子涉及層面很廣，但為符合本方案之目的，在相關因子的採用上，需要進一步統整，而分別針對家長團體及青少年團體重新整理為八項（如表 4）。本教案所有案例分析僅供參考，實際運用須依討論情境而異。

家長團體	青少年團體
因子 1： 了解子女的生活/不了解子女的生活	因子 1： 有適當的基本資源和食物/沒有適當的基本資源和食物
因子 2： 父母的健康生活/父母身陷有問題或麻煩的生活	因子 2： 有成就感/無成就感 2-1 學業跟得上/學業表現不佳，或 2-2 願意學習一項專長/沒有興趣學習一項專長
因子 2： 家庭環境整潔有序/家庭環境混亂	因子 3： 自我控制/低自我控制
因子 4： 協助子女社會化/父母不尊重社會規範	因子 4： 符合社會規範/挑戰社會規範 3-1 不參加風險性的活動（或不使用物質）/參加風險性的活動（或使用物質）
	因子 4： 符合社會規範/挑戰社會規範 3-2 健康的兩性關係/兩性關係紊亂
因子 5： 親子間穩定的關係/親子間關係不穩定	因子 5： 親子間穩定的關係/親子間關係不穩定
因子 6： 支持式的教養/批評式的教養	因子 6： 父母的支持式的教養/批評式的教養
因子 7： 父母有效的監督/父母缺乏有效監督	因子 7： 父母有效的監督/父母缺乏有效監督
因子 8： 聯結的社會關係/與社會隔絕	因子 8： 參與社團，建立社交關係/孤立

表 4 家長團體及青少年團體主題架構

除了上述的保護因子/風險因子做為主題架構之外，本方案為增加親子互動的觀察與練習機會，於團體進行的中、後期，另外安排了兩次的活動式團體。團體的整體設計分述如下。

## 第一節 家長團體方案

- 一、團體目標：增加家庭功能及親職效能，強化青少年成長環境中所需的保護因子。
- 二、對象：家中有 12~17 青少年之其家長，曾經或現在有行為或適應困難，或面臨家庭內部困難者。
- 三、時間：每週一次，每次 2 小時，第 6 次及第 11 次為活動式團體，與青少年團體合併舉行，每次 4 小時。

#### 四、團體內容

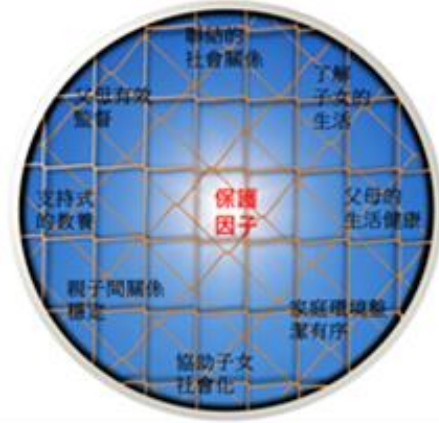
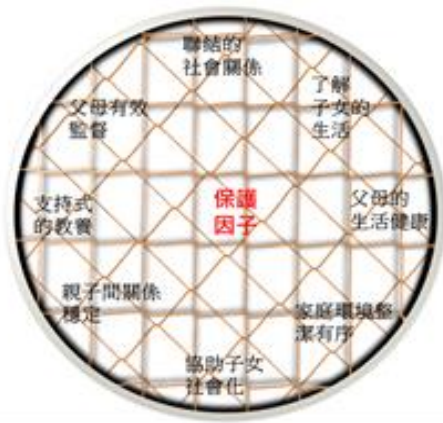
家長團體第一次	
主題	團體開場
團體目標	建立關係、說明團體目的、內容、規則與獎勵辦法 辨識青少年用藥的風險因子與保護因子
開場與暖身 (30 分鐘)	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 成員之自我介紹：介紹姓名、有幾個孩子，以及孩子的年齡。</li> <li>➤ 說明團體目的：增加家庭功能及親職效能，強化青少年成長環境中所需的保護因子</li> <li>➤ 說明團體進行的方式：說明團體的固定時間，每週幾的幾點到幾點，團體分為家長團體和青少年團體，共有 12 次團體，其中第 6 次和第 11 次是合併團體，時間較長，分別進行烘焙和攀岩活動（或依在地性特質設計合併活動，目的在增進親子互動）</li> <li>➤ 團體規則：團體開始時簽到，說明簽到目的，與獎勵辦法，對全勤者的相關規定。定義「全勤」為準時出席。團體中避免批評式的發言。</li> </ul>
團體內容 (60 分鐘) (中間休息 10 分鐘)	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 團體成員自我介紹：製作名牌，由成員決定希望別人如何稱呼</li> <li>➤ 因子辨識：說明青少年吸毒的風險因子與保護因子為團體主軸，強調家庭效能對青少年的重要性</li> <li>➤ 完成以下討論項目               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 你覺得青少年的「乖」是什麼標準？</li> <li>2. 13-15 歲青少年可以體會一下喝酒的滋味嗎？16-18 歲呢？</li> <li>3. 13-15 歲青少年可以交男女朋友嗎？16-18 歲呢？</li> </ol> </li> </ul>

	<p>4. 你覺得需不需要控制 13-15 歲青少年的返家時間或作息？ 16-18 歲呢？</p> <p>5. 你覺得需不需要控制 13-15 歲青少年的交友？16-18 歲呢？</p> <p>6. 你對霸凌的看法？</p> <p>7. 你對違反校規的看法？</p> <p>8. 「愛的教育」是好的教育方式嗎？你讚成體罰嗎？</p> <p>9. 介紹青少年風險因子與保護因子講義，並分享看法。</p>
團體總結 (20 分鐘)	請領導者對每一個成員做出回饋
準備工具	紙卡、名牌、色筆  青少年的風險因子與保護因子講義



附件：青少年風險因子與保護因子講義（家長部份）

保護網跟風險網(圖卡)



家長團體第二次	
主題	因子 1： <u>了解子女的生活/不了解子女的生活</u>
團體目標	核心議題： 針對父母親與子女討論或參與子女的活動，探索親子互動中，孩子的內在狀態，並辨識不了解子女的風險因子/了解子女的保護因子。
開場與暖身 (30 分鐘)	分享近況：你了解孩子嗎？ 1.青少年孩子需要被了解嗎？你如何了解孩子？了解孩子與尊重隱私如何區分？ 2.你確定你了解孩子嗎？若孩子在場，他也認為你了解他嗎？ 3.不了解孩子，有沒有關係？
團體內容 (60 分鐘) (中間休息 10 分鐘)	<p>➤故事討論：</p> <p>小敏成長的過程當中，父母因為忙碌，常常把她放在電視前面，等小敏大一點的時候，也讓她自由使用網路，小敏也用網路交了許多不是學校裡面的朋友，講話方式和作息都出現一些改變，假日常常打扮外出，起初父母對此不以為意，偶而詢問小敏，小敏也說得不清不楚。現在小敏上高一了，特別喜歡購買衣服飾及包包，父母剛開始順著她，但小敏的物質欲望愈來愈高，小敏的父母於是開始限制他的零用錢。小敏在想即使父母親不再給她錢，她也要想辦法弄到她要的東西。</p> <p>➤從故事探討行為/事件表象與內在狀態（辨識風險/感受/想法/期待）</p> <p>➤從內在狀態討論保護因子的發展</p>
團體總結 (20 分鐘)	請領導者進行總結，以及對每一位成員做出回應
準備工具	講義：故事討論

## 故事

小敏成長的過程當中，父母因為忙碌，常常把她放在電視前面，等小敏大一點的時候，也讓她自由使用網路，小敏也用網路交了許多不是學校裡面的朋友，講話方式和作息都出現一些改變，假日常常打扮外出，起初父母對此不以為意，偶而詢問小敏，小敏也說得不清不楚。現在小敏上高一了，特別喜歡購買衣服飾及包包，父母剛開始順著她，但小敏的物質欲望愈來愈高，小敏的父母於是開始限制他的零用錢。小敏在想即使父母親不再給她錢，她也要想辦法弄到她想要的東西。

## 分析

### ➤事件：

家庭關係的風險狀態：媽媽不了解小敏，但開始想對小敏做行為限制。

### ➤小敏媽的冰山如下：

感受：擔心、煩惱、擔憂、困惑

觀點：

- 1.小敏不會控制自己的行為，需要父母的控制與協助。
- 2.小敏是不是交了壞朋友
- 3.物質欲望不應該無限制的滿足。
- 4.孩子不願意說，我也沒辦法
- 5.孩子長大了都會這樣

期待：

- 1.小敏學會正確使用金錢。
- 2.小敏一直都乖乖的。
- 3.親子關係是好的

### ➤降低風險的做法：

- 1.持續了解孩子的想法、感受和價值觀
- 2.設法和孩子溝通
- 3.幫助孩子了解社會上的主流價值觀
- 4.幫助孩子建立自己的生活目標

➤小敏的冰山如下：

感受： 開心、自由、迷惘

觀點：

- 1.我很自由。
- 2.我只是上網而已沒有做壞事，網路交友也是一種交朋友的方式。
- 3.名牌可以讓大家更喜歡我。
- 4.別人有的東西我也要有。
- 5.有錢好像就可以交到朋友。

期待：

- 1.我希望自己是受歡迎的，擁有很多朋友。。
- 2.我可以很快樂的生活。
- 3.被大家喜歡、被大家崇拜。

➤降低風險的做法：

- 1.探討「朋友」的定義，區辨「朋友」的種類。
- 2.探討「快樂」是什麼？探討「快樂」的來源。
- 3.建立自信心，不需依賴奢侈品來提升自我。

家長團體第三次	
主題	因子 2： <u>父母的健康生活/父母身陷有問題或麻煩的生活</u>
團體目標	核心議題： 當父母遇到健康、司法等麻煩處境時，了解子女的內在狀態，並學習應有的因應方式。
開場與暖身 (30 分鐘)	分享近況：過去經驗中： 1.有沒有曾經遇到的難關？ 2.有順利渡過嗎？ 3.分享如何渡過的經驗。其中包括自己的努力與他人的協助。
團體內容 (60 分鐘) (中間休息 10 分鐘)	<p>➤故事討論： 小君的父母親常為了家庭的經濟問題惡言相向，有時小君甚至會看到爸爸對媽媽吼叫，大罵三字經，媽媽則以高分貝的音量回應爸爸。有時，父母之間，會維持一種冷戰的局面，這時小君就要擔任起傳話的功能。這樣的父母溝通模式讓小君全身緊繃。還好小君在學校有幾個好朋友可以傾訴，心情煩悶時就約朋友出去聊一聊，雖然小君還沒有滿 18 歲，但有時朋友會請她喝點啤酒或水果酒放鬆一下。她最近聽說有一種特調的酒，可以讓人忘記一切煩惱，市面上沒有賣，必須透過特殊管道才可取得。</p> <p>➤從故事探討行為/事件表象與內在狀態（辨識風險/感受/想法/期待）</p> <p>➤從內在狀態討論保護因子的發展</p>
團體總結 (20 分鐘)	請領導者整理出父母的韌力，並對成員做出回應
準備工具	講義：故事討論
注意事項	若在團體中，發現家長身陷特殊的困境或麻煩，可在團體後，請「家庭顧問」予以協助

## 故事

小君的父母親常為了家庭的經濟問題惡言相向，有時小君甚至會看到爸爸對媽媽吼叫，大罵三字經，媽媽則以高分貝的音量回應爸爸。有時，父母之間，會維持一種冷戰的局面，這時小君就要擔任起傳話的功能。這樣的父母溝通模式讓小君全身緊繃。還好小君在學校有幾個好朋友可以傾訴，心情煩悶時就約朋友出去聊一聊，雖然小君還沒有滿18歲，但有時朋友會請她喝點啤酒或水果酒放鬆一下。她最近聽說有一種特調的酒，可以讓人忘記一切煩惱，市面上沒有賣，必須透過特殊管道才可取得。

## 分析

### ➤事件：

家庭關係中的風險狀態：父母的相處困境，令小君全身緊繃。

### ➤小君的冰山

感受： 緊張、害怕、難堪、無望、焦慮、想逃避

觀點：

- 1.我的家庭不幸福，爸媽只會吵架。
- 2.大人都不關心我，我是隱形人。
- 3.我做什麼都無法改善家裡的狀態。
- 4.若我不當父母的溝通橋樑，可能家就破碎了。
- 5.朋友比較了解我。

期待：

- 1.爸媽能夠停止爭吵。
- 2.我想好好過生活。
- 3.我希望爸媽可以關心我。
- 4.期待逃離困境。

### ➤降低風險的做法：

- 1.停止承擔父母溝通的責任。
- 2.在日常生活中，找回生活中的規律性。
- 3.找回生活中可掌控的部份，如課業、家事...等等。



➤小君媽的冰山如下：

感受：憤怒、無奈、輕視、心力交瘁

觀點：

- 1.小君爸爸沒有用，無法解決家裡經濟困難。
- 2.我要大聲講話，小君爸爸才會聽我講話，才會知道我生氣。
- 3.大聲講話才會贏。
- 4.小君可以站在我這邊。
- 5.我已付出，錯不在我。

期待：

- 1.我的不滿被聽見，期待對方能知道我的狀態。
- 2.兩個人一起解決經濟困難。
- 3.有人可以幫忙我。
- 4.期待孩子了解自己已做最大的努力。

➤降低風險的做法：

- 1.正視自己的困境，承認自己需要幫忙。
- 2.接納自己的情緒和限制。
- 3.以問題導向的思考方式，一步一步解決困境。

家長團體第四次	
主題	因子 3： <b>家庭環境整潔有序/家庭環境混亂</b>
團體目標	核心議題： 探討家庭環境整潔有序對青少年的保護性。
開場與暖身 (30 分鐘)	分享： 家事有哪些?在自己家中這些家事分別由誰負責?
團體內容 (60 分鐘) (中間休息 10 分鐘)	<p>➤故事討論：</p> <p>阿 B 一大早起來又看到客廳桌上一堆空的啤酒罐和小菜碟子，旁邊麻將桌上擺著未收拾的麻將，桌上的煙灰缸中是滿滿的菸蒂，阿 B 跨過一些零食的空袋子到浴室刷牙洗臉，想起功課還沒寫完，因為昨晚家裡太吵，改在房間寫，但不小心睡著了。阿 B 進了浴室看到馬桶和洗手台上堆了一些東西，地上的腳印是爸媽的朋友留下的足跡，垃圾桶的衛生紙滿了好幾天還沒倒，浴缸旁堆滿了沐浴乳跟洗髮精的空罐，他決定改到廚房刷牙，阿 B 到了廚房看到水槽內堆滿了碗盤，有些是前幾天還沒洗的，旁邊還有幾隻小蟑螂。</p> <p>➤從故事探討行為/事件表象與內在狀態（辨識風險/感受/想法/期待）</p> <p>➤從內在狀態討論保護因子的發展</p>
團體總結 (20 分鐘)	請領導者進行總結，以及對每一位成員做出回應
準備工具	講義：故事討論
注意事項	領導者可與「家庭顧問」討論，了解或協助家長在社區中的居家狀態

## 故事

阿B一大早起來又看到客廳桌上一堆空的啤酒罐和小菜碟子，旁邊麻將桌上擺著未收拾的麻將，桌上的煙灰缸中是滿滿的菸蒂，阿B跨過一些零食的空袋子到浴室刷牙洗臉，想起功課還沒寫完，因為昨晚家裡太吵，改在房間寫，但不小心睡著了。阿B進了浴室看到馬桶和洗手台上堆了一些東西，地上的腳印是爸媽的朋友留下的足跡，垃圾桶的衛生紙滿了好幾天還沒倒，浴缸旁堆滿了沐浴乳跟洗髮精的空罐，他決定改到廚房刷牙，阿B到了廚房看到水槽內堆滿了碗盤，有些是前幾天還沒洗的，旁邊還有幾隻小蟑螂。

## 分析

### ➤事件：

風險狀態：家中環境髒亂，影響阿 B 的日常生活

### ➤阿 B 的冰山如下：

感受：無奈、麻木、冷漠

觀點：

- 1.我怎麼做都沒有用，我們家不可能改變。
- 2.我們家就是這樣，這是一個暫時停留的地方。

期待：

- 1.我要有一個自己的地方。
- 2.不要回家，可以去別人家。

### ➤降低風險的做法：

- 1.阿 B 向父母提出自己的需要。
- 2.讓家庭維持家庭的功能與整潔。

家長團體第五次	
主題	因子 4： <u>協助子女社會化/父母不尊重社會規範</u>
團體目標	核心議題： 核對社會規範，了解自身對社會規範的態度與內在狀態，探討此部份對子女的影響，包括犯罪行為與物質使用。
開場與暖身 (30 分鐘)	分享近況： 大略回溯前週主題，談談孩子的行為表現與自己的因應經驗。
團體內容 (60 分鐘) (中間休息 10 分鐘)	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 認識「青少物質使用風險因素」及相關議題，並進行問題討論。</li> <li>➢ 故事討論： 小梅的爸爸從 20 歲就開始抽煙，小梅和妹妹出生以後，媽媽曾苦勸爸爸戒煙，但都能未成功。小梅國三時，因為和被喜歡的男生拒絕，而且被說了一些難聽話，回家以後，就拿走爸爸的香煙，到陽台抽了起來。</li> <li>➢ 從故事探討行為/事件表象與內在狀態（辨識風險/感受/想法/期待）</li> <li>➢ 從內在狀態討論保護因子的發展</li> </ul>
團體總結 (20 分鐘)	請領導者進行物質使用的總整理，以及對每一位成員做出回應
準備工具	講義：青少年物質使用的風險因素、故事討論

## 青少年物質使用的風險因素

以下是青少年物質使用的風險情境：

同儕影響	壓力反應
<ul style="list-style-type: none"><li>● 反社會的同儕或行為榜樣</li><li>● 暴露在菸酒、毒品、暴力、犯罪</li><li>● 缺乏父母監督同儕的交往</li><li>● 社交網路科技</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● 情緒調節及知覺不良</li><li>● 生理反應失調</li><li>● 應對能力不良</li></ul>

請就以下幾個問題，進行討論

1. 什麼是反社會的同儕或行為榜樣？
2. 你對「反社會」的看法？要如何和孩子討論什麼是「反社會」？
3. 大人使用菸酒會對孩子帶來影響嗎？會有什麼影響？
4. 了解孩子的交友狀況是重要的嗎？要如何了解孩子的交友狀況？
5. 網路社交是什麼？你的經驗如何？你的經驗會對孩子產生什麼影響？

## 故事

小梅的爸爸從20歲就開始抽煙，到現在也已經20多年了。小梅和妹妹出生以後，媽媽曾苦勸爸爸戒煙，但都能未成功。小梅國三時，因為和被喜歡的男生拒絕，而且被說了一些難聽話，回家以後，就拿走爸爸的香煙，到陽台抽了起來。

## 分析

### ➤事件：

風險狀態：小梅抽菸（青少年壓力與物質使用）

### ➤小梅的冰山如下：

感受：傷心、難過、苦悶、憂愁、委屈

觀點：

- 1.沒有人了解我。
- 2.抽菸可以解悶。
- 3.爸爸可以，我也可以。

期待：

- 1.讓自己的心情變好。
- 2.讓自己變成大人變成熟。

### ➤降低風險的做法：

- 1.小梅找個人說說自己的困難。
- 2.有人和小梅一起討論交友的壓力。
- 3.有人和小梅一起認識物質使用的風險。

### ➤請討論爸爸可以如何回應小梅？媽媽可以如何回應小梅呢？



家長團體第六次	
主題	親子活動：親子烘焙
說明	親子聯合活動，租用烘焙場地，聘請專業指導 創造親子間的合作經驗，並累積共同回憶
團體目標	致辭「歡迎親子共同參與」，說明活動的目的為「合作完成一個烘焙作品」
開場與暖身 (30 分鐘)	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤親子烘焙</li> <li>➤親子討論與分享</li> </ul>
團體內容 (60 分鐘) (中間休息 10 分鐘)	<p>➤分享與討論：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.你認為自己的作品是成功的嗎？若以 1~10 分，你給你們的作品幾分？</li> <li>2.這個過程中哪個部份是最困難的？</li> <li>3.你覺得你的父母/孩子哪個部份表現得很好？</li> <li>4.請問青少年，你希望爸爸媽媽在哪個部份有不同的做法？</li> <li>5.整體而言，你對這次活動的想法。</li> </ol>
團體總結 (20 分鐘)	接洽合適的烘焙場地與師資。

家長團體第七次	
主題	因子 5： <u>親子間穩定的關係/親子間關係不穩定</u>
團體目標	核心議題： 探索親子關係議題對家長與子女內在狀態的影響，並辨識可能的風險因子/保護因子，修正風險因子為保護因子。
開場與暖身 (30 分鐘)	分享近況： 請談談孩子的特質，特別是一些好的、值得一提的優勢條件。 若有必要，可談談自己最擔心的孩子。
團體內容 (60 分鐘) (中間休息 10 分鐘)	<p>➤故事討論：</p> <p>大偉的爸爸似乎是有外遇的對象，有時候會數日未歸，也未做任何交待。大偉的媽媽對此經常情緒低落，有時會向著大偉數落父親的不是，並且抱怨自己被孩子拖累。大偉國小時，是一個乖巧順從的孩子，國中以後，就開始愈來愈晚歸。假日也不知跑到哪裡去了。</p> <p>➤從故事探討行為/事件表象與內在狀態（辨識風險/感受/想法/期待。）</p> <p>➤討論保護性的替代行為</p>
團體總結 (20 分鐘)	請領導者對每一個成員做出回饋
準備工具	講義：故事討論

附件

## 故事

大偉的爸爸似乎是有外遇的對象，有時候會數日未歸，也未做任何交待。大偉的媽媽對此經常情緒低落，有時會向著大偉數落父親的不是，並且抱怨自己被孩子拖累。大偉國小時，是一個乖巧順從的孩子，國中以後，就開始愈來愈晚歸。假日也不知跑到哪裡去了。

## 分析

### ➤事件：

家庭關係的風險狀態：大偉媽向孩子抱怨大偉爸的不是，使得原本的夫妻關係不穩定，擴增為親子關係不穩定。

### ➤大偉媽的冰山如下：

感受：生氣、挫折、失望、難過

觀點：

- 1.大偉爸爸是不負責任的。
- 2.身為孩子的媽媽我更重要。
- 3.孩子是我生的，我愛他，我不能不負責任的離開他。

期待：

- 1.孩子站在我這邊，支持我。
- 2.把孩子教好不要像爸爸一樣不負責任。
- 3 孩子體諒我的苦心，感謝我的忍耐與付出

### ➤降低風險的做法：

- 1.確認親子關係的穩定性
- 2.大偉媽處理夫妻的問題，並找尋其他的諮詢或支持管道
- 3.大偉媽將夫妻問題和親子問題分別面對

## ➤大偉的冰山

感受：緊張、煩悶、委屈、無奈、壓力大、生氣

觀點：

- 1.爸爸做錯的事情，很不應該。
- 2.媽媽很可憐，是受害者。
- 3.爸爸不愛我和媽媽。
- 4.我要照顧媽媽。
- 5.媽媽只在乎自己跟爸爸，而不在乎我。
- 6.這個家很不快樂。

期待：

1. 爸爸能愛我。
2. 媽媽能愛我。
3. 我自己過快樂的生活。

## ➤降低風險的做法：

- 1.確認自己的角色與關係。
- 2.理解媽媽遇到困難了。可能爸爸也是遇到困難了。
- 3.認清自己的角色、能力和任務。

家長團體第八次	
主題	因子 6： <u>支持式的教養/批評式的教養</u>
團體目標	核心議題： 學習支持式教養，讓子女知道無論發生什麼事都可以跟父母說，會一起想辦法解決，並探討其中的保護性。
開場與暖身 (30 分鐘)	說明團體進行已到一半了。 詢問在親子烘焙之後，日常的親子互動，有值得分享的事件嗎？
團體內容 (60 分鐘) (中間休息 10 分鐘)	<p>➤故事討論：</p> <p>小傑的父母從小對他要求很高，如果小傑課業表現好，父母親就跟他說，下次還要更好，稍有退步，父母親就會仔細檢討成績，並提醒應該要以上國立大學表姊做為好榜樣。小傑很努力，才維持在班上前幾名，但是他覺得壓力好大，每次段考的前幾天晚上他都無法入睡，他想告訴爸媽他的興趣，但他覺得爸媽一定會叫他好好讀書就好。如果每週有一段時間做自己喜歡的事，讓他忘掉煩惱，好好放鬆一下，該有多好。</p> <p>➤從故事探討行為/事件表象與內在狀態（辨識風險/感受/想法/期待）</p> <p>➤從內在狀態討論保護因子的發展</p>
團體總結 (20 分鐘)	請領導者進行總結，以及對每一位成員做出回應
準備工具	講義：故事討論

## 故事

小傑的父母從小對他要求很高，如果小傑課業表現好，父母親就跟他說，下次還要更好，稍有退步，父母親就會仔細檢討成績，並提醒應該要以上國立大學表姊做為好榜樣。小傑很努力，才維持在班上前幾名，但是他覺得壓力好大，每次段考的前幾天晚上他都無法入睡，他想告訴爸媽他的興趣，但他覺得爸媽一定會叫他好好讀書就好。如果每週有一段時間做自己喜歡的事，讓他忘掉煩惱，好好放鬆一下，該有多好。

## 分析

### ➤事件：

家庭關係的風險狀態：父母獨重課業，忽視小傑其他需要及其他能力的發展。

### ➤小傑媽的冰山如下：

感受：擔心、緊張、憂慮、緊繃。

觀點：

- 1.好還要更好，我的孩子不可以輸給別人。
- 2.這個世界很競爭，我的孩子必須有生存的能力。
- 3.讀書是唯一的成功途徑。
- 4.孩子聽長輩的準沒錯。

期待：

- 1.小傑每次都能進步。
- 2.小傑是傑出的，讓父母驕傲的孩子。
- 3.小傑長大以後是一個成功的人

### ➤降低風險的做法：

- 1.認識主流價值觀對自己價值判斷的限制。
- 2.了解孩子的優勢



### ➤小傑的冰山

感受： 緊張、痛苦、反感、壓力大

觀點：

- 1.如果我成績不好，就沒有價值。
- 2.因為表姊比較優秀所以父母喜歡她。
- 3.如果我不進步，我就一無是處。
- 4.興趣是沒有什麼用的。
- 5.爸媽是不會了解我的。

期待：

- 1.讓父母喜歡我。
- 2.期待自己考上好的國立大學。
- 3.增強自己讀書的效率，為自己創造自己的時間。

### ➤降低風險的做法：

- 1.向父母吐露心聲，讓父母有機會了解自己。
- 2.與父母約定具體目標與時間規劃方法。

家長團體第九次	
主題	因子 7： <u>父母有效的監督/父母缺乏有效監督</u>
團體目標	核心議題： 1. 探討父母未能發揮監督、監控、或懲戒或父母子女界限不明，無法適當教養或發揮約束的效果所帶來的風險議題。 2. 分享有效的監督方式與監督經驗。
開場與暖身 (30 分鐘)	分享近況： 請談談最近一週孩子的表現有沒有什麼令自己擔憂或困惑的表現和行為。
團體內容 (60 分鐘) (中間休息 10 分鐘)	<p>➤故事討論：</p> <p>鳳珠一直努力當個好媽媽，對孩子的衣食住行幾乎是無微不至。阿國迷上電玩之後，常常影響作息，甚至玩到通宵，只要鳳珠不讓他上網玩遊戲就對她大吼大叫，甚至還動手推她。阿國的妹妹雅婷雖然脾氣不好卻很會讀書，最近一直抱怨鳳珠不讓自己像別同學一樣有手機，鳳珠一不順她的意，她就亂發脾氣。</p> <p>➤從故事探討行為/事件表象與內在狀態（辨識風險/感受/想法/期待）</p> <p>➤從內在狀態討論保護因子的發展</p>
團體總結 (20 分鐘)	<p>分享此故事討論所帶來的啟發。</p> <p>分享（曾經）有效的監督方式與監督經驗。</p> <p>團體領導者針對每一位成員給予回饋。</p>
準備工具	講義：故事討論

## 故事

鳳珠一直努力當個好媽媽，對孩子的衣食住行幾乎是無微不至。阿國迷上電玩之後，常常影響作息，甚至玩到通宵，只要鳳珠不讓他上網玩遊戲就對她大吼大叫，甚至還動手推她。阿國的妹妹雅婷雖然脾氣不好卻很會讀書，最近一直抱怨鳳珠不讓自己像別的同学一樣有手機，鳳珠一不順她的意，她就亂發脾氣。

## 分析

### ➤事件：

家庭關係的風險狀態：

- 1.媽媽在子女的生活中無法建立規範
- 2.子女的行為或情緒狀態出現失控的現象，親子關係也受到影響

### ➤阿國的冰山如下：

感受：興奮、滿足、開心、愉悅、對於現實生活，會有一點焦慮、對媽媽的干涉感到煩躁

觀點：

- 1.我是有能力的。
- 2.媽媽什麼都不懂。
- 3.我可以自己做決定。
- 4.媽媽必須滿足我的需要，不然就不是好媽媽。
- 5.在遊戲中得分很重要。

期待：

- 1.從打電動中有成就感。
- 2.電動玩具可以滿足我好奇與冒險的心。
- 3.我可以證明我是有能力的人。
- 4.我可以自由做想做的事情。

### ➤降低風險的做法：

- 1.面對現實中的規範和角色期待

2.從現實生活中找到滿足感和成就感的來源

3.增加對母子關係的理解和思考

➤鳳珠的冰山

感受：擔心、失望、沮喪、生氣、無力、沒有自信

觀點：

1. 沉迷電動對身體不好。
2. 阿國不會自我控制，需要我的幫忙跟提醒。
3. 我要當個好媽媽，要給孩子空間。
4. 到底要收還是要放？有時很矛盾。
5. 妹妹的功課好，那就好了。
6. 孩子的問題，長大就會懂事了。

期待：

1. 親子關係可以很好。
2. 阿國可以早睡早起，管理好自己的作息。
3. 孩子很乖。
4. 自己是一個好媽媽。

➤降低風險的做法：

1. 鳳珠可以探索自己的價值觀，並學習教養方式。
2. 對子女有效的監督並不會損害親子關係。
3. 子女在有效的監督情境下，會學會情緒控制與負責任。

家長團體第十次	
主題	因子 8： <b>聯結的社會關係/與社會隔絕</b>
團體目標	核心議題： 父母與學校、社區的聯結方式，並了解缺乏聯結的結果。
開場與暖身 (30 分鐘)	分享： 日常生活中最信任的人是誰？為什麼信任這個人？這個人給了哪方面的安全感？這人對你的意義是什麼？
團體內容 (60 分鐘) (中間休息 10 分鐘)	<p>➤故事討論：</p> <p>阿智的母親多年來患有憂鬱症，阿智從小就必須特別懂事，負擔起照顧母親日常起居的工作。阿智的外婆經常提醒阿智：「這個事情不要對別人講，因為人心險惡，不知道哪天你會因為你媽生病被笑或討厭」。阿智從來不讓學校老師知道這個事情，媽媽也從未參加學校的任何家長活動。阿智的爸爸也從來不對外人提起自己老婆的現況，大家都以為阿智的爸爸已離婚。</p> <p>➤從故事探討行為/事件表象與內在狀態（辨識風險/感受/想法/期待）</p> <p>➤從內在狀態討論保護因子的發展</p>
團體總結 (20 分鐘)	請領導者和成員一起整理出故事家庭可尋求的資源
準備工具	講義：故事討論

## 故事

阿智的母親多年來患有憂鬱症，阿智從小就必須特別懂事，負擔起照顧母親日常起居的工作。阿智的外婆經常提醒阿智：「這個事情不要對別人講，因為人心險惡，不知道哪天你會因為你媽生病被笑或討厭」。阿智從來不讓學校老師知道這個事情，媽媽也從未參加學校的任何家長活動。阿智的爸爸也從來不對外人提起自己老婆的現況，大家都以為阿智的爸爸已離婚。

## 分析

### ➤事件：

家庭關係中的風險狀況：阿智阿嬤不讓別人知道阿志媽媽的狀況（社區關係斷裂）

### ➤阿智阿嬤的冰山如下：

感受：羞恥、苦惱、不安、擔心、害怕

觀點：

- 1.阿智媽媽有憂鬱症很丟臉。
- 2.阿智媽媽的病會影響別人對阿智的看法，會看不起阿智。
- 3.阿智媽媽的病沒有辦法治好。
- 4.阿智媽媽的病讓家庭陷入困境。

期待：

- 1.期望阿智不受到他人異樣的眼光。
- 2.期望阿智媽媽的病情穩定不再惡化。

### ➤降低風險的做法：

- 1.了解生病不是件丟臉的事。
- 2.儘快尋求專業諮詢和協助(如就醫)。
- 3.讓老師了解阿智的困境，讓學校能提供阿智輔導。



## ➤阿智的冰山

感受： 羞恥、苦惱、困惑、無奈、憤怒

觀點：

- 1.媽媽的病治不好，她需要我的照顧。
- 2.我的媽媽沒有辦法跟別人相處。
- 3.我的媽媽不能照顧我，跟別人的媽媽不一樣，我得自立自強。
- 4.媽媽生病是件丟臉的事，爸爸跟阿嬤都不讓我告訴別人。

期待：

1. 媽媽的病可治好。
2. 我想跟媽媽一起出去玩。
- 3.我們家跟別人家一樣，我不會因為媽媽生病被取笑。
- 4.期待有人可以分擔我照顧媽媽的責任。

## ➤降低風險的做法：

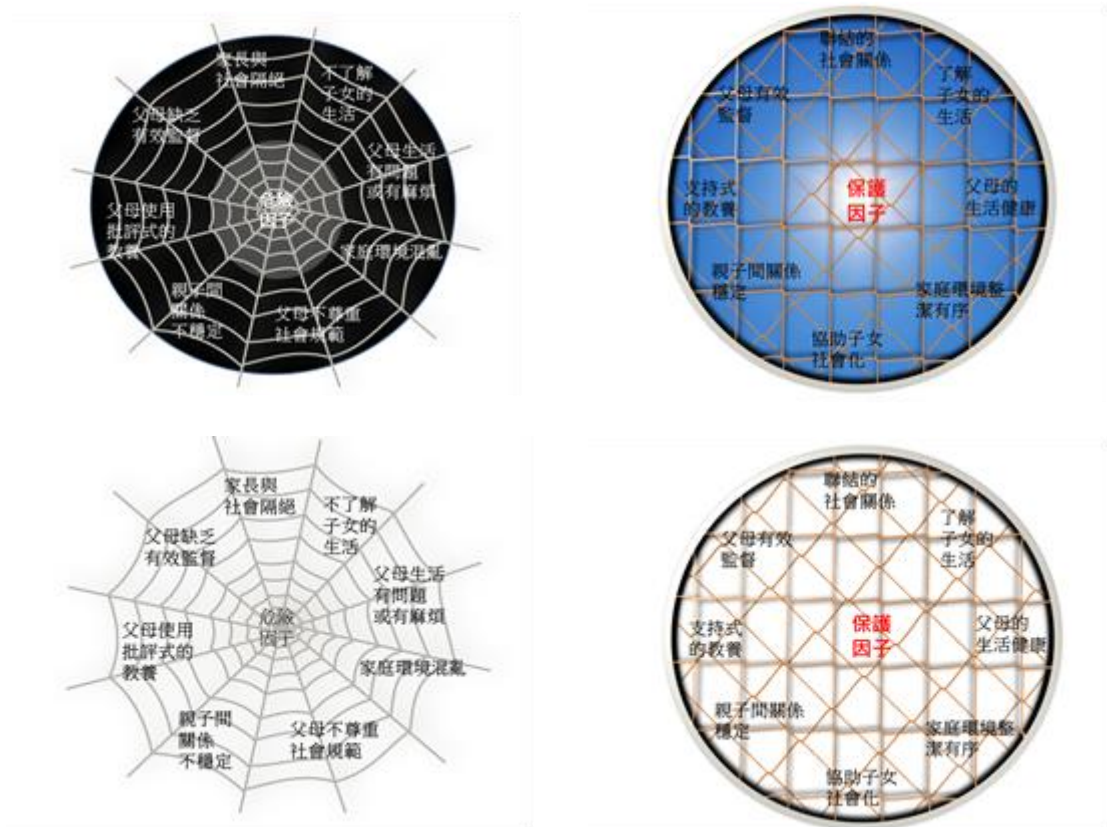
- 1.告訴信任的長輩，自己及媽媽需要幫忙。
- 2.在生活中找回自己可以控制的部分，如課業、興趣。

家長團體第十一次	
主題	親子活動：Y17 攀岩活動
團體目標	親子聯合活動，租用 Y17 場地，聘請專業教練指導。攀岩活動需兩人共同合作，在教練指導下，由一方確保另一方的安全。可藉此活動連結情感，肯定彼此的重要地位。
開場與暖身 (30 分鐘)	致「歡迎詞」，說明活動目的，強調安全的重要性，並對此次的親子合作方式充滿期待。
團體內容 (60 分鐘) (中間休息 10 分鐘)	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢親子攀岩</li> <li>➢親子討論與分享</li> </ul>
團體總結 (20 分鐘)	<p>分享與討論：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.你認為自己的表現是成功的嗎？若以 1~10 分，你給你們的表現幾分？</li> <li>2.這個過程中哪個部份是最困難的？</li> <li>3.你覺得你的父母/孩子哪個部份表現得很好？</li> <li>4.請問青少年，你希望爸爸媽媽在哪個部份有不同的做法？</li> <li>5.整體而言，你對這次活動的想法。</li> </ol>
準備工具	接洽合適的攀岩場地與師資。

家長團體第十二次	
主題	回溯與結束團體
團體目標	回溯學習成果與頒獎
開場與暖身 (30 分鐘)	重新整理保護因子與風險因子
團體內容 (60 分鐘) (中間休息 10 分鐘)	<p>分享：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.十二次團體學習中印象最深刻的是哪一次?印象深刻的原因? 這對你有什麼意義?</li> <li>2.十二次團體學習三個月的期間，請問你的孩子有什麼改變?你自己有什麼改變?最大的親子關係變化是什麼嗎?</li> <li>3.完成問卷評量。</li> <li>4.頒獎。</li> </ol>
團體總結 (20 分鐘)	領導者給每個成員整體性的回饋。
準備工具	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.保護網跟風險網(圖卡)。</li> <li>2.獎品(全勤獎、踴躍發言獎、進步獎...等)</li> </ol>

附件：青少年風險因子與保護因子講義（家長部份）

### 保護網跟風險網(圖卡)



## 第二節 青少年團體方案

一、團體目標：增加青少年於家庭及學校適應能力，發展自我認同與社交技巧。

避免危險因子對青少年的危害，強化青少年保護因子的作用。

二、對象：12~17 青少年，曾經或現在有行為或適應困難，或面臨家庭內部困難者

三、時間：每週一次，每次 2 小時，第 6 次及第 11 次為活動式團體，與家長團體合併舉行，每次 4 小時。

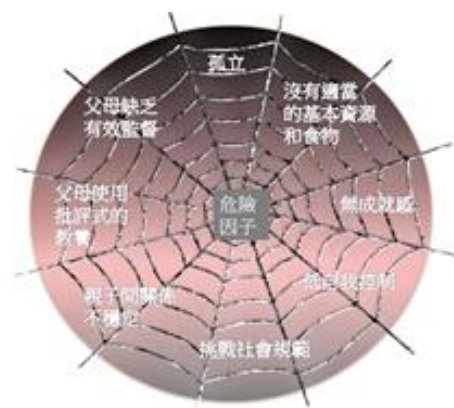
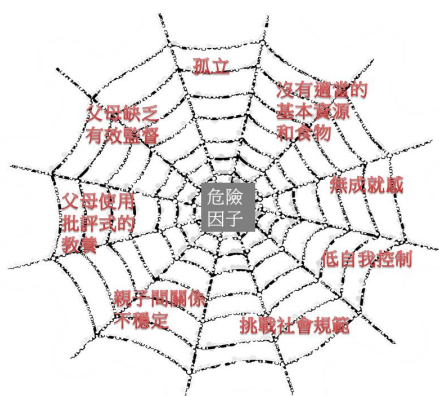
#### 四、團體內容

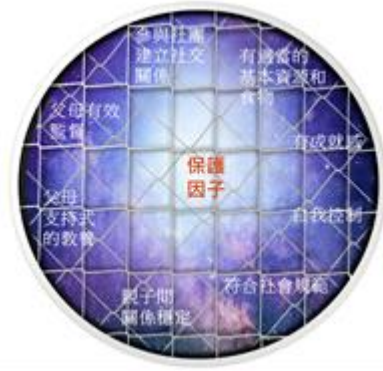
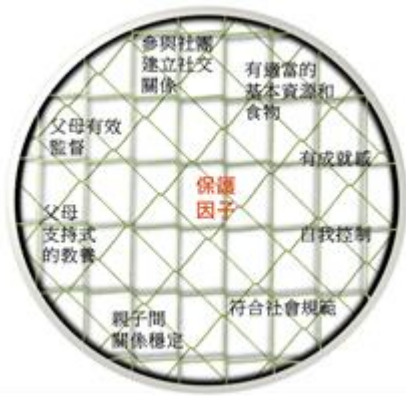
青少年團體第一次	
主題	團體開場
團體目標	建立關係、說明團體目的、內容、規則與獎勵辦法 辨識青少年用藥的風險因子與保護因子
開場與暖身 (30 分鐘)	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤帶領者自我介紹</li> <li>➤說明團體目的：增加青少年於家庭及學校適應能力，發展自我認同與社交技巧。避免危險因子對青少年的危害，強化青少年保護因子的作用。</li> <li>➤說明團體進行的方式：說明團體的固定時間，每週幾的幾點到幾點，團體分為家長團體和青少年團體，共有 12 次團體，其中第 6 次和第 11 次是合併團體，時間較長，分別進行烘焙和攀岩活動（或依在地性特質設計合併活動，目的在增進親子互動）</li> <li>➤團體規則：團體開始時簽到，說明簽到目的，與獎勵辦法，對全勤者的相關規定。定義「全勤」為準時出席。團體中避免批評式的發言。</li> </ul>
團體內容 (60 分鐘) (中間休息 10 分鐘)	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤團體成員自我介紹：製作名牌，由成員決定希望別人如何稱呼。</li> <li>➤因子辨識：說明青少年吸毒的風險因子與保護因子為團體主軸，強調家庭效能對青少年的重要性。</li> <li>➤完成以下討論項目               <ol style="list-style-type: none"> <li>1.你覺得青少年的「乖」是什麼標準？</li> <li>2.13-15 歲青少年可以體會一下喝酒的滋味嗎？16-18 歲呢？</li> <li>3.13-15 歲青少年可以交男女朋友嗎？16-18 歲呢？</li> </ol> </li> </ul>

	<p>4.你覺得需不需要控制 13-15 歲青少年的返家時間或作息？ 16-18 歲呢？</p> <p>5.你覺得需不需要控制 13-15 歲青少年的交友？16-18 歲呢？</p> <p>6.你對霸凌的看法？</p> <p>7.你對違反校規的看法？</p> <p>8.你曾遇到過好的師長嗎？他有什麼特質？</p> <p>9.介紹青少年風險因子與保護因子講義，並分享看法。</p>
團體總結 (20 分鐘)	請領導者對每一個成員做出回饋
準備工具	紙卡、名牌、色筆  青少年的風險因子與保護因子講義

附件：青少年風險因子與保護因子講義

### 保護網跟風險網(圖卡)







青少年團體第二次	
主題	因子 1： <u>有適當的基本資源和食物/沒有適當的基本資源和食物</u>
團體目標	核心議題： 關切青少年日常生活飲食正常，有錢購買食物，享有基本需求的滿足，受到合宜的照顧。辨識匱乏所帶來的可能風險，並討論青少年的資源管理方式。
開場與暖身 (30 分鐘)	<p>➤暖身活動名稱：進化論。</p> <p>➤暖身活動目的：以熱鬧激烈的活動使成員彼此熱絡。</p> <p>➤活動做法：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.進化論主要有三個角色，雞蛋-&gt;-小雞&gt;公雞</li> <li>2.在活動開始前，引導者必須先定義此三種角色的動作或是讓團體自行決定動作。</li> <li>3.活動一開始時，全部的團體成員都是雞蛋，隨便找另一個成員猜拳，贏的就變成小雞，輸的人仍然是雞蛋，這時候小雞要找同樣是小雞的成員猜拳;雞蛋則是要找和自己一樣是雞蛋的人猜拳;小雞猜贏了就晉升到公雞，雞蛋猜贏了就晉升成小雞，以此類推，沒有輸贏對錯，活動進行幾分鐘或是團隊氣氛熱絡後即可喊停。</li> </ol> <p>➤注意事項：在活動過程中，應特別小心團體成員間的碰撞所產生的危險。</p>
團體內容 (60 分鐘) (中間休息 10	<p>➤故事討論：</p> <p>阿浩平常需要自己打理三餐，爸爸有錢時會給他零用錢，若爸爸沒錢，阿浩就自己想辦法，今天早上他身上只剩 100 元，不知道今天晚上會不會遇到爸爸，想跟他拿零用錢，但是二天</p>

分鐘)	<p>前爸爸才給了他 1000 元，所以可能又會被爸爸罵一頓亂花錢。阿浩有點後悔把錢花在撞球間，但他的好朋友一直約他，讓他無法拒絕。他心想如果晚上沒遇到爸爸，明天可能又要跟同學先借一下。</p> <p>➤從故事探討行為/事件表象與內在狀態（辨識風險/感受/想法/期待）</p> <p>➤從內在狀態討論保護因子的發展</p>
團體總結 (20 分鐘)	<p>➤使用「青少年預算規劃表」引導分享金錢管理的經驗：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.吃飯多少錢、每週會有幾次在外吃飯</li> <li>2.是否還有其他的花費</li> <li>3.金錢保存或管理的方式</li> </ol> <p>➤領導者統整團體成員的經驗，協助歸納金錢管理的重點，包括青少年主要的花費、及金額，如何預算及規劃，可參考網頁中的影片：</p> <p><a href="http://www.finlea.org.tw/OnePage.aspx?id=27&amp;sn=478">http://www.finlea.org.tw/OnePage.aspx?id=27&amp;sn=478</a></p>
準備工具	<p>講義：故事討論</p> <p>青少年預算規劃表</p> <p>網路影片投影設備（若需要在團體中播放短片者，需準備網路影片投影設備）</p>

## 故事

阿浩平常需要自己打理三餐，爸爸有錢時會給他零用錢，若爸爸沒錢，阿浩就自己想辦法，今天早上他身上只剩100元，不知道今天晚上會不會遇到爸爸，想跟他拿零用錢，但是二天前爸爸才給了他1000元，所以可能又會被爸爸罵一頓亂花錢。阿浩有點後悔把錢花在撞球間，但他的好朋友一直約他，讓他無法拒絕。他心想如果晚上沒遇到爸爸，明天可能又要跟同學先借一下。

## 分析

### ➤事件：

風險情境：阿浩在管理金錢上出現困難，現在面對錢不夠用的問題

### ➤阿浩的冰山如下：

感受：擔心、不安、失望、沮喪、生氣

觀點：

- 1.我要靠自己才能維持生活。
- 2.爸爸幫不了我，爸爸是不可靠的。
- 3.靠朋友比較實際。
- 4.和朋友在一起比較快樂。
- 5.即時行樂。

期待：

- 1.我想要過好的生活。
- 2.爸爸是可靠的，可以解決生活上的困難。
- 3.生活中是有快樂的。

### ➤降低風險的做法：

- 1.有人可以和阿浩討論金錢的問題。
- 2.阿浩學會對金錢的管理，能夠了解自己的需求，並控制金錢的使用。
- 3.找到適當的資源，解決錢不夠用的問題。
- 4.辨別交友上的風險。

## 青少年預算規劃表

青少年預算規劃表

請寫下你的收入和支出預算

	收入 (項目/金額)	支出	
		需要 (項目/金額)	想要 (項目/金額)
每一週			
合計整理為 一個月	收入	支出	存錢

青少年團體第三次	
主題	<p>因子 2：</p> <p><u>有成就感/無成就感</u></p> <p>2-1 學業跟得上/學業表現不佳</p> <p>2-2 願意學習一項專長/沒有興趣學習一項專長</p>
團體目標	<p>核心議題：</p> <p>了解學校的學習經驗影響青少年對自我的認識、自尊與自我價值感。分為兩個選項：</p> <p>2-1 學業表現與青少年自尊</p> <p>2-2 多元的學習表現與自我價值</p>
開場與暖身 (30 分鐘)	<p>➤暖身活動名稱：獵人與鴿子</p> <p>➤暖身活動目的：以熱鬧激烈的活動使成員彼此熱絡。</p> <p>➤做法：</p> <p>有一個傳言在獵人之中流傳，打中鴿子最好的方法就是保持你眼睛鎖定著一隻，而且希望你能得到那一隻。</p> <p>我們知道鴿子通常是群體飛行，若是你專注在整個群體，你很有可能最後一隻也沒有，同樣的想法也是應用在這個活動，所以，這活動名稱就稱為獵人與鴿子。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.請成員圍成一圈，選出獵人一名，立於圓圈中間。</li> <li>2.給圓圈的每個人一個軟的東西，這些東西就是鴿子。</li> <li>3.獵人數：一,二,三，丟，然後其他就將他們的鴿子面對獵人的方向拋向空中。</li> <li>4.獵人在不使用任何工具的情況下，就要盡可能地抓到鴿子。若你想要增加一些競爭性，可以記住大家的紀錄，抓</li> </ol>

	<p>到三隻已經是很不可置信，零或一隻是非常普遍的。</p> <p>5.給每個團隊成員輪流站在中間的機會。</p> <p>➤準備材料：很多軟的，可以丟的東西，像是軟球等。（團體成員一人一個）</p> <p>➤注意事項：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.請成員們注意丟物品時的力道與高度，不能直接丟獵人，應該以拋物線的弧度，將物品丟向獵人上方的空間。</li> <li>2.請勿準備可能造成傷害的投擲物，例如堅硬的東西,含有金屬或硬物在上面的娃娃等。</li> </ol>
<p>團體內容 (60 分鐘) (中間休息 10 分鐘)</p>	<p>➤故事討論：</p> <p>妮妮對於自己就讀資源班感到很自卑、不喜歡去學校，所以常常逃學跟朋友出去亂晃，因為在課堂上不是睡覺就是放空，有上課等於沒上課。由於妮妮的曠課時數多，媽媽常常接到學校的電話，妮妮也被輔導室約談，但情況還是沒有改善。</p> <p>➤從故事探討行為/事件表象與內在狀態（辨識風險/感受/想法/期待）</p> <p>➤從內在狀態討論保護因子的發展</p>
<p>團體總結 (20 分鐘)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.領導者帶領團體成員談談自己的優勢。並且聊聊這些優勢會對自己的發展可能帶來什麼貢獻。</li> <li>2.領導者帶大家談談什麼是「成功」，自己身邊有沒有什麼成功的典範可以列舉的。</li> <li>3.領導者統整討論的發現，並對各別成員做出「優勢回饋」。</li> </ol>
<p>準備工具</p>	<p>講義：故事討論</p> <p>暖身活動道具：軟球或娃娃。</p>

## 故事

妮妮對於自己就讀資源班感到很自卑、不喜歡去學校，所以常常逃學跟朋友出去亂晃，因為在課堂上不是睡覺就是放空，有上課等於沒上課。由於妮妮的曠課時數多，媽媽常常接到學校的電話，妮妮也被輔導室約談，但情況還是沒有改善。



## 分析

### ➤事件：

風險情境：妮妮逃學

### ➤妮妮的冰山如下：

感受：困惑、沮喪、孤立、苦惱

觀點：

- 1.我是一個沒用的人。
- 2.沒有人會喜歡我。
- 3.我不知道我要做什麼。

期待：

- 1.我能夠被人認同欣賞。
- 2.我可以找到我要做的事情。

### ➤降低風險的做法：

- 1.認識自己的優點。
- 2.發展多元的價值觀。
- 3.找到自己的優勢，並且好好發展。
- 4.在重視課業的環境中，安頓自己。

青少年團體第四次	
主題	因子 3： <u>自我控制/低自我控制</u>
團體目標	核心議題： 對衝動、投機、冒險、享樂...等探討，了解自我控制與風險因子的關係。
開場與暖身 (30 分鐘)	<p>➤暖身活動名稱：加法心臟病</p> <p>➤暖身活動目的：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.以互動的方式，使成員彼此熱絡</li> <li>2.透過判斷——行動，學習自我控制。</li> </ol> <p>➤做法：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.由團體領導者做莊家，先把撲克牌混合均勻，先說出一個數字，最好是在 7~19 之間。接著說出是「大於」，或者是「小於」。</li> <li>2.類似心臟病的玩法，莊家一次出兩張牌</li> <li>3.若所出之牌，符合莊家的指令者，成員就要伸手押牌，最後再由最下方者拍打最上方者。</li> <li>4.對於不符合指令又伸手之人，就發給一個錯誤貼紙，貼在胸前，最後沒有錯誤貼紙的人可以提出一個指令，要求有錯誤貼紙的人提供一項服務。</li> <li>5.清除貼紙。</li> <li>6.分享活動經驗。</li> </ol> <p>➤準備工具：撲克牌一副、小貼紙數張</p> <p>➤注意事項：所提出的指令必須符合安全原則。</p>

<p>團體內容</p> <p>(60 分鐘)</p> <p>(中間休息 10 分鐘)</p>	<p>➤故事討論：</p> <p>小楊剛放學，雖然他有好幾項作業要完成，但遇到小威，小威就約小楊一起打電動，二人打得欲罷不能，時間過得很快，小楊打電話告訴媽媽說他在朋友家做功課會晚一點回去，小楊一直到晚上 10 點才回到家，他在想明天要找什麼理由跟老師說作業沒寫</p> <p>➤從故事探討行為/事件表象與內在狀態（辨識風險/感受/想法/期待）</p> <p>➤從內在狀態討論保護因子的發展</p>
<p>團體總結</p> <p>(20 分鐘)</p>	<p>1.領導者引導成員分享「衝動」與「失控」的觀察經驗：</p> <p>每個人可能偶而都會有「衝動」或「失控」的經驗，請問你有沒有看過或聽過有誰有「衝動」或「失控」的表現？你對「他」的這個狀態有什麼看法？。（請把焦點著重在「他」，而非衝動或失控的原因）</p> <p>2.協助整理延宕滿足感，對自己發展和學習上的意義：</p> <p>影片欣賞（3'27"）</p> <p><a href="http://guidacentou.blogspot.com/2019/04/blog-post_4.html">http://guidacentou.blogspot.com/2019/04/blog-post_4.html</a></p> <p>引導成員分享，並做總結。</p>
<p>準備工具</p>	<p>暖身活動道具：撲克牌一副、小貼紙數張。</p> <p>講義：故事討論</p> <p>播放設備：電腦及投影設備</p>

附件

## 故事

小楊剛放學，雖然他有好幾項作業要完成，但遇到小威，小威就約小楊一起打電動，二人打得欲罷不能，時間過得很快，小楊打電話告訴媽媽說他在朋友家做功課會晚一點回去，小楊一直到晚上10點才回到家，他在想明天要找什麼理由跟老師說作業沒寫。

## 分析

### ➤事件：

風險事件：

- 1.耽溺於遊戲與享樂，延遲返家時間。
- 2.只享受立即性的回饋，對於延宕的滿足感缺乏耐心與經驗。
- 3.無法完成責任或任務，可能影響學習成就。

### ➤小楊的冰山如下：

感受：在遊戲中興奮、激動、急切；對於未成功課，擔心

觀點：

- 1.打電動可以帶來快樂。
- 2.我可以自己選擇想要做的事情。
- 3.在遊戲中得分很帥，很厲害。
- 4.沒做完功課，應該要找個理由。
- 5.對於沒做完功課這件事，可能可以矇混過關。

期待：

- 1.我想要做想做的事情獲得快樂。
- 2.我可以做自己的主人。
- 3.沒做完功課，不會被責備。

### ➤降低風險的做法：

- 1.接受管控。
- 2.小楊試著幫自己建立規則。
- 3.對於投注課業，得到肯定與讚美。
- 4.協助小楊累積延宕後的滿足經驗

青少年團體第五次	
主題	因子 4： <b>符合社會規範/挑戰社會規範</b>
團體目標	核心議題 1：辨識風險性的活動與物質使用，探討其內在狀態與替代行為  核心議題 2：探討性別議題與兩性關係，辨識風險因子，以及內在狀態，討論保護因子、人際關係與人際界限  (團體領導者可判斷團體成員特質，擇一使用)
開場與暖身 (30 分鐘)	<p>➤暖身活動名稱：地震</p> <p>➤暖身活動目的：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.增加團體成員之間接觸頻率。</li> <li>2.練習團隊合作與互助合作。</li> </ol> <p>➤做法：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.這個活動主要有三個角色：兩個團體夥伴雙手搭起的房屋，以及中間住在房屋裡的人。每間房子都必須要由這三個角色組成，找不到其他角色的人就必須當鬼。</li> <li>2.鬼所喊的口令有三個，當他喊：「房子倒了！」這時候擔任防子的兩位團體夥伴就要去找另一個住戶，並圈著他；而鬼若是喊：「人跑了！」那房子圈住的住戶就要跑去找另一個房子圈著自己，要是鬼喊：「地震！」則三個人都要跑，跑去找不同的人組成不同的房子和住戶。</li> </ol> <p>➤準備材料：無。</p> <p>➤注意事項：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.注意活動空間內的桌子、椅子或是其他可能造成傷害或是阻礙的物品。</li> </ol>

	2.請大家在移動時，用走的，切勿用跑的。
團體內容 (60 分鐘) (中間休息 10 分鐘)	<p>➤故事討論：</p> <p>故事(一)：</p> <p>小君未滿 18 歲，但有時朋友會約她出去喝點啤酒或水果酒放鬆一下，她最近聽朋友說有一種特調的酒，可以讓人忘記一切煩惱，但市面上沒有賣，必須透過特殊管道才能取得，昨天更有一個網友約她出去嗨一下，到派對去喝咖啡、吃軟糖，也順便認識新朋友，小君喜歡交朋友，覺得這是一個拓展朋友圈的好機會。</p> <p>故事(二)：</p> <p>小琪雖然才 15 歲，之前已經交往過幾個男朋友了，這一任男友交往了兩個月，剛開始只是牽手，後來是擁抱和接吻。後來男朋友告訴她如果小琪不答應跟他做愛，他就要去找別的女生，於是小琪答應了。但有了性關係不久後，二個人不知怎麼樣的就時常吵架。小琪對於這一段感情很在乎，所以一直悶悶不樂。</p> <p>➤從故事探討行為/事件表象與內在狀態（辨識風險/感受/想法/期待）</p> <p>➤從內在狀態討論保護因子的發展</p>
團體總結 (20 分鐘)	認識遵守規範的保護性。討論在規範之內，如何享有自主、自由和快樂
準備工具	講義：故事討論

## 故事(一)

小君未滿18歲，但有時朋友會約她出去喝點啤酒或水果酒放鬆一下，她最近聽朋友說有一種特調的酒，可以讓人忘記一切煩惱，但市面上沒有賣，必須透過特殊管道才能取得，昨天更有一個網友約她出去嗨一下，到派對去喝咖啡、吃軟糖，也順便認識新朋友，小君喜歡交朋友，覺得這是一個拓展朋友圈的好機會。



## 分析

### ➤事件：(行為篇)

小君的風險行為有哪些？

- 1.違反社會規範：小君未滿 18 歲喝酒，也可能染毒
- 2.開派對，喝咖啡、軟糖，對這些事沒有戒心

### ➤小君的冰山如下：

感受：興奮、開心、刺激

觀點：

- 1.及時行樂，快樂就好。
- 2.規範可以不用遵守。

期待：

- 1.自由自在，我做我自己的主人。
- 2.和朋友一起 High。
- 3.每天快快樂樂的。

### ➤降低風險的做法：

- 1.認識有些東西可能是不好的
- 2.認識物質使用、濫用，和成癮的意義
- 3.學習解決「不開心」的問題，不需要靠朋友或酒精
- 4.了解社會規範的保護性。

## ➤事件：(交友篇)

風險事件：

- 1.小君面對網友邀請而不拒絕
- 2.朋友吸引小君參加活動，小君喜歡和他們在一起

## ➤小君的冰山

感受：表面上感到開心，內心有些尷尬、擔心、害怕

觀點：

- 1.拒絕是孬種的行為。
- 2.拒絕會破壞關係。
- 3.朋友是互相的，他們不會害我。
- 4.這些朋友和我是好哥兒們
- 5.若我問東問西的，就很奇怪，沒有人要和奇怪的人在一起
- 6.有朋友很重要。
- 7.做人就是要豪爽一點

期待：

- 1.我想擁有很多朋友。
- 2.我想要被喜歡。
- 3.我想要有存在感。

## ➤降低風險的做法：

- 1.承認每個人都需要朋友，但不是每個人都可以當朋友。
- 2.了解社會規範的保護性。
- 3.增加對風險行為的了解。
- 4.對於朋友不適當的要求，有「辨別」和「拒絕」的能力。

## 故事(二)

小琪雖然才15歲，之前已經交往過幾個男朋友了，這一任男友交往了兩個月，剛開始只是牽手，後來是擁抱和接吻。後來男朋友告訴她如果小琪不答應跟他做愛，他就要去找別的女生，於是小琪答應了。但有了性關係不久後，二個人不知怎麼樣的就時常吵架。小琪對於這一段感情很在乎，所以一直悶悶不樂。

## 分析

### ➤事件：

風險狀態：

- 1.打破社會規範，16歲以下發生性關係。
- 2.對兩性關係的懷疑和困惑，覺得有所犧牲，卻又無法順利維持關係
- 3.小琪悶悶不樂

### ➤小琪的冰山如下：

感受：困惑、鬱悶、憂鬱、擔心、不安、害怕失去這段關係

觀點：

- 1.犧牲自己應該要得到他人回報。
- 2.我這麼愛你，你也要愛我。
- 3.他應該要遵守承諾。

期待：

- 1.男朋友對我更好。
- 2.我們的感情更加穩定。

### ➤降低風險的做法：

- 1.認識自己的感覺應該要被尊重。
- 2.認識對方言語中的「威脅性」的要求是不合理的。
- 3.認識自己的優勢，不受「威脅性」語言的控制。
- 4.了解「性」對自己的意義。
- 5.了解法律規範具有保護性的意義。
- 6.對於朋友不適當的要求，有「拒絕」的能力

青少年團體第六次	
主題	親子活動：親子烘焙
團體目標	親子聯合活動，租用烘焙場地，聘請專業指導 創造親子間的合作經驗，並累積共同回憶
開場與暖身 (20 分鐘)	致辭「歡迎親子共同參與」，說明活動的目的為「合作完成一個 烘焙作品」
團體內容 70 分鐘 (中間休息 10 分鐘)	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢親子烘焙</li> <li>➢親子討論與分享</li> </ul>
團體總結 (20 分鐘)	<p>分享與討論：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.你認為自己的作品是成功的嗎？若以 1~10 分，你給你們的作品幾分？</li> <li>2.這個過程中哪個部份是最困難的？</li> <li>3.你覺得你的父母/孩子哪個部份表現得很好？</li> <li>4.請問青少年，你希望爸爸媽媽在哪個部份有不同的做法？</li> <li>5.整體而言，你對這次活動的想法。</li> </ol>
準備工具	接洽合適的烘焙場地與師資。

青少年團體第七次	
主題	因子 5： <u>親子間穩定的關係/親子間關係不穩定</u>
團體目標	核心議題：從親子關係，探討自己的內在狀態，並從中找到因應方式
開場與暖身 (30 分鐘)	<p>➤暖身活動名稱：大家來找碴</p> <p>➤暖身活動目的：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.增加團體成員之接觸。</li> <li>2.練習他觀。</li> </ol> <p>➤做法：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.找一個身邊的成員結成夥伴，仔細觀察對方二分鐘，之後背對背並在身上做出三個變化。</li> <li>2.回過頭，彼此尋找對方的所做的改變。</li> </ol>
團體內容 (60 分鐘) (中間休息 10 分鐘)	<p>➤故事討論：</p> <p>大偉的爸爸似乎是有外遇的對象，有時候會數日未歸，也未做任何交待。大偉的媽媽對此經常情緒低落，有時會向著大偉數落父親的不是，並且抱怨自己被孩子拖累。大偉國小時，是一個乖巧順從的孩子，國中以後，就開始愈來愈晚歸。假日也不知跑到哪裡去了。</p> <p>➤從故事探討行為/事件表象與內在狀態（辨識風險/感受/想法/期待）</p> <p>➤從內在狀態討論保護因子的發展</p>
團體總結 (20 分鐘)	<p>引導成員分享自己對家庭的期望，並討論哪些是自己可以達成的部分。</p> <p>團體領導者引導成員思考，認識自己的能力與期望，思考能力與期望對自己未來發展的意義。</p>
準備工具	講義：故事討論。

## 故事

大偉的爸爸似乎是有外遇的對象，有時候會數日未歸，也未做任何交待。大偉的媽媽對此經常情緒低落，有時會向著大偉數落父親的不是，並且抱怨自己被孩子拖累。大偉國小時，是一個乖巧順從的孩子，國中以後，就開始愈來愈晚歸。假日也不知跑到哪裡去了。

## 分析

### ➤事件：

家庭關係的風險狀態：

大偉媽向孩子抱怨大偉爸的不是，使得原本的夫妻關係不穩定，擴增為親子關係不穩定。

### ➤大偉的冰山

感受：緊張、煩悶、委屈、無奈、壓力大、生氣

觀點：

- 1.爸爸做錯的事情，很不應該。
- 2.媽媽很可憐，是受害者。
- 3.爸爸不愛我和媽媽。
- 4.我要照顧媽媽。
- 5.媽媽只在乎自己跟爸爸，而不在乎我。

期待：

- 1.爸爸能愛我。
- 2.媽媽能愛我。
- 3.我想過快樂平靜的生活。

### ➤降低風險的做法：

- 1.確認自己的角色與關係。
- 2.理解媽媽遇到困難了。可能爸爸也是遇到困難了。
- 3.認清自己的角色、能力和任務。



青少年團體第八次	
主題	因子 6： 父母的 <u>支持式的教養/批評式的教養</u>
團體目標	核心議題：從父母教養方式，探討自己的內在狀態，並從中找到因應方式
開場與暖身 (30 分鐘)	<p>➤暖身活動名稱：眉目傳情</p> <p>➤暖身活動目的：以熱鬧激烈的活動使成員彼此熟絡。</p> <p>➤做法：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.在場地中央將五張椅子圍圈排列，並請成員二人一組，其中一人分別就座，另一人則站在該成員所坐的椅子後方，場中留一張空椅。</li> <li>2.站在空椅後方的人為鬼，每次透過眼神發出訊息暗示坐在椅上的任一人，接受到訊息的成員需迅速離開自己的座位，移動至空椅上，而該成員背後的人的任務則要在適當的距離內以拍肩碰觸的方式阻止對方移動。若該成員順利移動至空椅上，即由該成員後方的人當鬼；假使情況相反，則站在空椅後方的人繼續下指令。</li> <li>3.進行五分鐘後可交換位置再繼續活動。</li> <li>4.所有活動進行至多數人被淘汰，即可結束。</li> </ol>
團體內容 (60 分鐘) (中間休息 10 分鐘)	<p>➤故事討論：</p> <p>小傑的父母從小對他要求很高，如果小傑課業表現好，父母親就跟他說，下次還要更好，稍有退步，父母親就會仔細檢討成績，並提醒應該要以上國立大學表姊做為好榜樣。小傑很努力，才維持在班上前幾名，但是他覺得壓力好大，每次段考的前幾天晚上他都無法入睡，他想告訴爸媽他的興趣，但他覺得爸媽一定會叫他好好讀書就好。如果每週有一段時間做自己</p>

	<p>喜歡的事，讓他忘掉煩惱，好好放鬆一下，該有多好。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 從故事探討行為/事件表象與內在狀態（辨識風險/感受/想法/期待）</li> <li>▶ 從內在狀態討論保護因子的發展</li> </ul>
團體總結 (20 分鐘)	<p>引導成員透過團體成員的回饋，分享彼此的優勢，並由領導者回應此優勢對未來可能的助益。</p>
準備工具	<p>講義：故事討論。</p> <p>暖身活動用：椅子或可用坐墊代替。</p>

## 故事

小傑的父母從小對他要求很高，如果小傑課業表現好，父母親就跟他說，下次還要更好，稍有退步，父母親就會仔細檢討成績，並提醒應該要以上國立大學表姊做為好榜樣。小傑很努力，才維持在班上前幾名，但是他覺得壓力好大，每次段考的前幾天晚上他都無法入睡，他想告訴爸媽他的興趣，但他覺得爸媽一定會叫他好好讀書就好。如果每週有一段時間做自己喜歡的事，讓他忘掉煩惱，好好放鬆一下，該有多好。

## 分析

### ➤事件：

家庭關係的風險狀態：

- 1.父母獨重課業，忽視小傑其他需要，和其他能力的發展。
- 2.小傑因為對父母的順從，忽視自己的需要，也影響自尊、自信、與探索自我的可能性。

### ➤小傑的冰山

感受： 緊張、痛苦、反感、壓力大

觀點：

- 1.如果我成績不好，就沒有價值。
- 2.因為表姊比較優秀所以父母喜歡她。
- 3.如果我不進步，我就一無是處。
- 4.興趣是沒有什麼用的。
- 5.爸媽是不會了解我的。

期待：

- 1.讓父母喜歡我。
- 2.期待自己考上好的國立大學。
- 3.能做自己有興趣的事。

### ➤降低風險的做法：

- 1.向父母吐露心聲，讓父母有機會了解自己。
- 2.與父母約定具體目標與時間規劃方法。
- 3.增強自己讀書的效率，為自己創造自己的時間。

青少年團體第九次

主題	<p>因子 7： <u>父母有效的監督/父母缺乏有效監督</u></p>
團體目標	<p>核心議題：從父母管教與監督方式，探討自己與父母的內在狀態，並從中找到因應方式</p>
<p>開場與暖身 (30 分鐘)</p>	<p>➤暖身活動名稱：星際之門</p> <p>➤暖身活動目的：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.以熱鬧激烈的活動使成員彼此熱絡。</li> <li>2.團隊任務解決。</li> <li>3.練習遵守規範。</li> </ol> <p>➤做法：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.情境塑造，你們這個團隊必須通過這個門（呼拉圈），才能得到知識與技能的成功之鑰，而要增加知識與技能必須透過專注與辛勤工作，通往成功的路並不是永遠都是順利無障礙的，若有遇到困難與障礙時，團隊應該負責任一起努力，直到大家都滿意為止，另外團隊也應該檢視自己的表現，同時對於任何錯誤勇於指正。</li> <li>2.讓團隊圍成一個圓圈，每個人手牽手，拉成一個圓圈。</li> <li>3.徵求團隊中相鄰的兩個人拿呼拉圈，兩人各用一手拿著呼拉圈，而這兩個人在團隊每一回合的活動過程中就不能更換。</li> <li>4.向團隊說明，這個活動的目標就是不碰觸到呼拉圈的情況下，整個團隊必須手牽手穿過呼拉圈，包括手拿呼拉圈得兩個人。在活動過程中，所有人的手都不能放開。</li> <li>5.除了手拿呼拉圈的人兩個人之外，其他人在任何時間都</li> </ol>

	<p>不能碰觸呼拉圈，一但有人碰觸呼拉圈就必須重來。</p> <p>6.拿呼拉圈的兩個人，在穿越呼拉圈時，除了拿呼拉圈的手之外，身體其他部份碰觸到呼拉圈仍算是犯規，必須重來。</p> <p>7 在詢問團隊有沒有問題後，就可以讓團隊開始進行活動。</p> <p>8.在活動過程中，檢視團隊是否有碰觸犯規，可讓團隊自我檢視碰觸犯規，必要時再介入指出犯規情況，請團隊重新開始。</p> <p>➤準備材料：一個呼拉圈,碼錶</p> <p>➤注意事項：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.當團隊一直重複碰觸犯規並且重來，引導員可以先讓團隊暫停活動，給團隊一些時間討論策略，再重新開始。</li> <li>2.某些團隊能在很短的時間內達成共識，很快地完成任務，也有其他團隊覺得這項挑戰很難，兩者之間會有些差距，所以在時間掌握上要特別注意，這項活動有可能早早完成結束，也有可能玩到超過時間。</li> </ol>
<p>團體內容 (60 分鐘) (中間休息 10 分鐘)</p>	<p>➤故事討論：</p> <p>鳳珠一直努力當個好媽媽，對孩子的衣食住行幾乎是無微不至。阿國迷上電玩之後，常常影響作息，甚至玩到通宵，只要鳳珠不讓他上網玩遊戲就對她大吼大叫，甚至還動手推她。阿國的妹妹雅婷雖然脾氣不好卻很會讀書，最近一直抱怨鳳珠不讓自己像別的同學一樣有手機，鳳珠一不順她的意，她就亂發脾氣。</p> <p>➤從故事探討行為/事件表象與內在狀態（辨識風險/感受/想法/期待）</p> <p>➤從內在狀態討論保護因子的發展</p>
<p>團體總結</p>	<p>1.引導成員，分享父母監督或管教自己的方式：試想一個監督</p>

(20 分鐘)	<p>的情境，聊聊在衝突點上，自己當時的感受為何？期待為何？父或母的感受為何？期待為何？把這些內容寫在一張紙上。</p> <p>分享與核對填寫後的發現。</p> <p>2. 領導者統整此次團體的發現，重心置放在「監督」的議題上，並對團體成員做出回應。</p>
準備工具	<p>一個呼拉圈,碼錶</p> <p>講義：故事討論</p> <p>感受、期待表格與白紙、筆</p>

## 故事

鳳珠一直努力當個好媽媽，對孩子的衣食住行幾乎是無微不至。阿國迷上電玩之後，常常影響作息，甚至玩到通宵，只要鳳珠不讓他上網玩遊戲就對她大吼大叫，甚至還動手推她。阿國的妹妹雅婷雖然脾氣不好卻很會讀書，最近一直抱怨鳳珠不讓自己像別的同學一樣有手機，鳳珠一不順她的意，她就亂發脾氣。



## 分析

### ➤事件：

家庭關係的風險狀態：

- 1.媽媽在子女的生活中無法建立規範
- 2.子女的行為或情緒狀態出現失控的現象，親子關係也受到影響

### ➤阿國的冰山如下：

感受：興奮、滿足、開心、愉悅、對於現實生活，會有一點焦慮、對媽媽的干涉感到煩躁

觀點：

- 1.我是有能力的。
- 2.媽媽什麼都不懂。
- 3.我可以自己做決定。
- 4.媽媽必須滿足我的需要，不然就不是好媽媽。
- 5.在遊戲中得分很重要。

期待：

- 1.從打電動中有成就感。
- 2.電動玩具可以滿足我好奇與冒險的心。
- 3.我可以證明我是有能力的人。
- 4.我可以自由做想做的事情。

### ➤降低風險的做法：

- 1.面對現實中的規範和角色期待
- 2.從現實生活中找到滿足感和成就感的來源
- 3.接受監督或管教，增加對母子關係的理解和思考

### ➤鳳珠的冰山

感受： 擔心、失望、沮喪、生氣、無力、沒有自信

觀點：

- 1.沉迷電動對身體不好。
- 2.阿國不會自我控制，需要我的幫忙跟提醒。
- 3.我要當個好媽媽，要給孩子空間。
- 4.到底要收還是要放？有時很矛盾。
- 5.妹妹的功課好，那就好了。
- 6.孩子的問題，長大就會懂事了。

期待：

- 1.親子關係可以很好。
- 2.阿國可以早睡早起，管理好自己的作息。
- 3.孩子很乖。
- 4.自己是一個好媽媽。

### ➤降低風險的做法：

- 1.鳳珠可以探索自己的價值觀，並學習教養方式。
- 2.對子女有效的監督並不會損害親子關係。
- 3.子女在有效的監督情境下，會學會情緒控制與負責任。

### 自己與家人的感受期待表

請以一個印象深刻的監督管教事件為根據，完成以下的表格：

（父母的部份擇一填寫即可）

	自己	媽媽（或其他：） _____	爸爸（或其他：） _____
感受			
期待			

青少年團體第十次	
主題	因子 8： <b><u>參與社團，建立社交關係/孤立</u></b>
團體目標	核心議題：風險因子/保護因子與社交議題的交互作用。討論自我意識、同儕壓力與人際界限。
開場與暖身 (30 分鐘)	<p>➤暖身活動名稱：阿瘦狗 Ah-So-Ko</p> <p>➤暖身活動目的：以熱鬧激烈的活動使成員彼此熱絡。</p> <p>➤做法：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.領道者請所有成員圍坐成一圈，以能夠看到彼此為主。並且讓所有成員都熟悉遊戲動作後，活動即開始。</li> <li>2.由某一位成員開始用左／右手放在胸前，五指併攏做出「阿(A)！」的動作，「阿(A)！」有分左手和右手的分別（左、右手決定方向），被手指的下一位，則用左／右手做出「瘦(So)！」的動作；「瘦(So)！」則必須高舉過頭的位置，像孫悟空看遠方的樣子，指向你左右兩邊的成員。第三位被指的人，將雙掌合併，打直伸出去，做出「狗(Go)！」的動作，並指向某一人。被指定的人再重複其三者動作；停頓時間不可超過三秒。</li> <li>3.遊戲中若有人作錯，其他人需齊說：「1、2、3，You！Get out！」作錯者則淘汰出局。</li> <li>4.被淘汰者，可在活動進行中干擾其他成員，但不可以在遊戲者耳邊大聲喊叫、不可抱住遊戲者，妨礙遊戲者的動作或遮住遊戲者的眼睛。</li> <li>5.所有活動進行至多數人被淘汰，即可結束。</li> </ol>

<p>團體內容 (60 分鐘) (中間休息 10 分鐘)</p>	<p>➤故事討論：</p> <p>阿宏在學校獨來獨往，班上同學都覺得他很異類，阿宏不常跟他們在一起，甚至被有些同學排擠。但阿宏和老師說自己在外面認識很多人，有些是高職生，有些是在工作的人，他們很厲害，很有錢，會請他吃東西，也會找他玩。他在學校沒有朋友，覺得無所謂。老師設法求證後，發現他並沒有這些校外朋友。</p> <p>➤從故事探討行為/事件表象與內在狀態（辨識風險/感受/想法/期待）</p> <p>➤從內在狀態討論保護因子的發展</p>
<p>團體總結 (20 分鐘)</p>	<p>引導成員覺察自己以外的其他系統(包括正式系統與非正式系統)：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.認識這些系統的功能。</li> <li>2.討論與這些系統建立關係的法。</li> </ol> <p>領導者統整主題，並給成員回饋。</p>
<p>準備工具</p>	<p>講義：故事討論</p> <p>青少年的社會系統圖、筆</p>

附件

## 故事

阿宏在學校獨來獨往，班上同學都覺得他很異類，阿宏不常跟他們在一起，甚至被有些同學排擠。但阿宏和老師說自己在外面認識很多人，有些是高職生，有些是在工作的人，他們很厲害，很有錢，會請他吃東西，也會找他玩。他在學校沒有朋友，覺得無所謂。老師設法求證後，發現他並沒有這些校外朋友。

## 分析

➤事件：阿宏獨來獨往

➤阿宏的冰山如下：

感受：孤獨、孤立、困惑、難過、沒有安全感、自卑

觀點：

- 1.我可能是一個不受歡迎的人。
- 2.不會有人喜歡我。
- 3.我不能讓別人知道我沒有朋友。
- 4.有朋友是一件很好的事。
- 5.沒有朋友會被看扁。

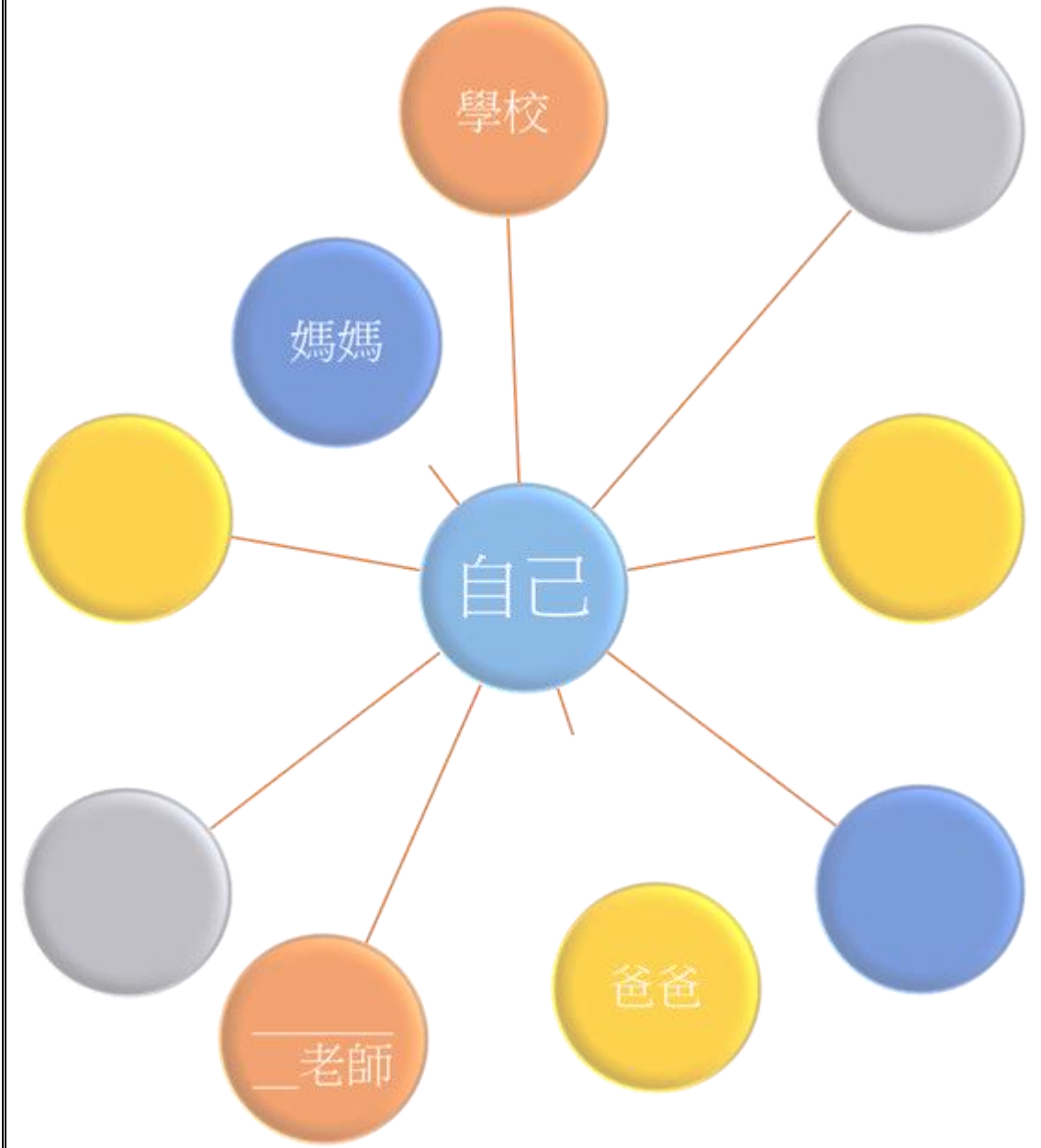
期待：

- 1.別人能夠喜歡我。
- 2.想要有朋友。
- 3.被別人看重。

➤降低風險的做法：

- 1.發現自己的優勢。
- 2.了解自己，也透過觀察了解他人。
- 3.學習交朋友的方法。

青少年社會系統圖：  
(請標註出你身邊重要的人或單位)

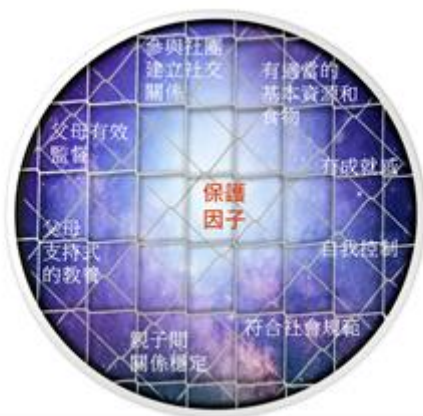
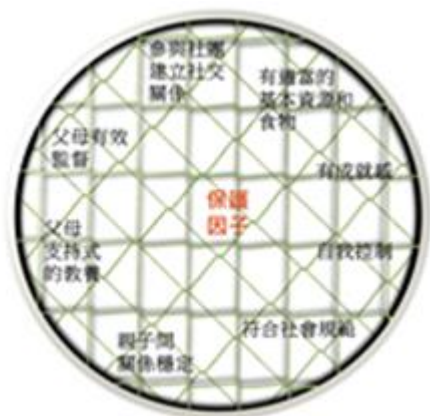
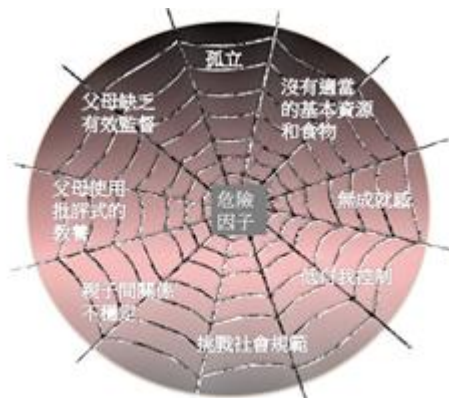




青少年團體第十一次	
主題	親子活動：Y17 攀岩活動
團體目標	親子聯合活動，租用 Y17 場地，聘請專業教練指導。攀岩活動需兩人共同合作，在教練指導下，由一方確保另一方的安全。可藉此活動連結情感，肯定彼此的重要地位。
開場與暖身 10 分鐘	說明活動目的為共同合作，面對挑戰，並提醒安全的重要性。
團體內容 90 分鐘	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤親子攀岩</li> <li>➤親子討論與分享</li> </ul>
團體總結 (20 分鐘)	<p>➤分享與討論：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.你認為自己的表現是成功的嗎？若以 1~10 分，你給你們的表現幾分？</li> <li>2.這個過程中哪個部份是最困難的？</li> <li>3.你覺得你的父母/孩子哪個部份表現得很好？</li> <li>4.請問青少年，你希望爸爸媽媽在哪個部份有不同的做法？</li> <li>5.整體而言，你對這次活動的想法。</li> </ol>
準備工具	接洽合適的攀岩場地、設備與師資。

青少年團體第十二次	
主題	回溯與結束團體
團體目標	回溯學習成果與頒獎
開場與暖身 (30 分鐘)	重新整理保護因子與風險因子
團體內容 (60 分鐘) (中間休息 10 分鐘)	<p>➤分享：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.十二次團體學習中印象最深刻的是哪一次?印象深刻的原 因?這對你有什麼意義?</li> <li>2.十二次團體學習三個月的期間，請問你的孩子有什麼改變? 你自己有什麼改變?最大的親子關係變化是什麼嗎?</li> <li>3.完成問卷評量。</li> <li>4.頒獎。</li> </ol>
團體總結 (20 分鐘)	領導者給每個成員整體性的回饋。
準備工具	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.青少年風險因子與保護因子講義。</li> <li>2.獎品(全勤獎、踴躍發言獎、進步獎...等)</li> </ol>

### 保護網跟風險網(圖卡)



### 第三節 家庭顧問

在聯合國毒品和犯罪問題辦公室之「吸毒預防家庭技巧訓練方案實施指南」中，非常強調實證的重要性；除此之外，則是流失率的避免。在國際性的經驗中，家庭技巧訓練方案最大的考驗之一，就是流失率的問題，UNODC 因此建議要投注資源，維持家庭的參與。在本「臺灣社區預防吸毒家庭技巧訓練方案」中，除了設計參與的獎勵機制之外，另外設計了「家庭顧問」的角色，期望透過諮詢與支持，協助家庭順利參與方案。

#### 一、家庭顧問的角色

- (一)介紹者：家庭顧問會在團體進行前就與青少年和家長接觸，首先，介紹此方案予青少年及家長，說明進行的方式，並邀請參與。因此家庭顧問會在介入早期，就有機會知悉家長和青少年在參與方案的可能困難，可在此時提供資源與諮詢，協助突破困難。
- (二)實證資料蒐集者：家長和青少年同意參與團體時，家庭顧問隨即與他們說明實證研究的目的，並約定時間，進行團體前的資料蒐集。在資料蒐集結束之後，預知會在團體的最後一次，再做一次資料蒐集。
- (三)支持者：在團體進行過程中，家庭顧問可以聯繫、訪視或會談，最多 8 次（含施測），支持家庭完成方案，並鼓勵青少年及家長將方案所學，落實於日常生活之中。
- (四)個案管理者：在家庭顧問提供諮詢過程中，若發現家長或青少年有特定的需求，可透過與督導的討論，整合相關資源，並提供給家長或青少年。

#### 二、家庭顧問的工作方法

- (一)一對一的接觸：家庭顧問不同於團體帶領者，將針對家庭做一對一的接觸，透過聯繫、訪視及會談，協助家長或青少年，使其能與方案資源順利銜接。原則上，每個家庭工作次數以 8 次為限。

(二)實證資料的蒐集：為使本方案能順利完成檢測，發展以實證為基礎的實務工作，將由家庭顧問協助蒐集資料。此資料亦可做為家長與青少年的評估工具。

(三)資源轉介：在與家庭中的家長或青少年工作過程，家庭顧問可依家庭需求，適時整理資源，並提供資源予家庭。

(四)參與督導會議：為使家庭顧問在提供服務期間能有效工作，家庭顧問可參與督導會議，以維持服務質量。

### 三、方案評估工具與執行方式

本計畫在研究方面採研究設計中的準實驗法，即是配對的實驗設計。研究對象包括：青少年及家長。因為為配對的實驗設計，配對標準包括青少年年齡、用藥風險程度、就學狀況、家庭結構。資料蒐集方式：在「實驗組部份」：因團體方案為針對青少年及家長分別進行團體，故需針對青少年及家長進行團體執行前測及後測。在「控制組部份」，雖不會進行團體方案，也未安排家庭顧問，但會在團體期程（大約 3 個月）前後給與施測。

#### (一)評估工具與資料蒐集方式

施測工具方面：青少年部份採青少年適應量表、親子依附量表、父母監督量表；家長部份採青少年適應量表（父母版）、家庭功能量表、親職效能感量表（詳如附錄）。在資料蒐集上，在團體前及團體後進行施測，分別安排施測者蒐集資料。

在資料蒐集之後，本計畫將使用 SPSS 進行統計分析，以 t 檢定及相關檢定方法，了解方案前後測變化的情形。

## 參考文獻

- NIDA(2019). What are risk factors and protective factors?. Retrieved from retrieved from <https://www.drugabuse.gov/publications/preventing-drug-abuse-among-children-adolescents/chapter-1-risk-factors-protective-factors/what-are-risk-factors>
- Paulo César Dias, Irene Cadime(2017). Protective factors and resilience in adolescents: The mediating role of self-regulation. *Psicología Educativa* 23 (2017) 37 – 43. Retrieved from <https://doi.org/10.1016/j.pse.2016.09.003>.
- UNODC. A helping hand for adolescent drug users. Retrieved from <http://www.unodc.org/islamicrepublicofiran/en/a-helping-hand.html>
- UNODC(2018). DRUGS AND AGE Drugs and associated issues among young people and older people. World Drug Report 2018 (United Nations publication, Sales No. E.18.XI.9).Retrieved from [https://www.unodc.org/wdr2018/prelaunch/WDR18\\_Booklet\\_4\\_YOUTH.pdf](https://www.unodc.org/wdr2018/prelaunch/WDR18_Booklet_4_YOUTH.pdf)
- 李思賢等(2009)。青少年毒品戒治者對藥物濫用之認知、態度、行為與因應方式研究。青少年犯罪防治研究期刊第一卷第一期，民 98，1-28 頁。doi：10.29751/JRDP.200906.0001
- 法務部反毒大本營(2019)。依法定級別。取自 <https://antidrug.moj.gov.tw/lp-1212-2-xCat-C.html>
- 食品藥物消費者知識服務網(2019)。反毒資源專區。取自 <https://drug-prevention.fda.gov.tw/AntiPoison/DrugList.aspx?code=6030&nodeID=391>)
- 秦文鎮(2018)。新興毒品概論及其防制。台灣醫界 61 卷 9 期(2018/9/1) P30-34。取自 <http://www.tma.tw/ltk/107610907.pdf>。
- 楊士隆等(2017)。青少年藥物濫用預防與輔導。台北：五南

- 吳永達、蔡宜家. (2018). 中華民國 106 年犯罪狀況及其分析. 台北市: 法務部司  
法官學院.
- Gomori, M. (2013). 薩提爾模式家族治療實錄 1: 大象在屋裡. 台北市: 張老師.
- Thombs, D. L., & Osborn, C. J. (2013). *Introduction to addictive behaviors*. Guilford  
Press.
- Andrucci, G. L., Archer, R. P., Pancoast, D. L., & Gordon, R. A. (1989). The relationship  
of MMPI and sensation seeking scales to adolescent drug use. *Journal of  
personality assessment, 53*(2), 253-266.
- Martin, C., Kelly, T., Delzer, T., & Rayens, M. (1999). The interaction between sensation  
seeking and conduct disorder symptoms predicts drug use and amphetamine  
response, abstracted. *Problems of Drug Dependence, National Institute on Drug  
Abuse Research Monograph. Washington: US Government Printing Office, 12-17.*
- Martin, C. A., Kelly, T. H., Rayens, M. K., Brogli, B. R., Brenzel, A., Smith, W. J., &  
Omar, H. A. (2002). Sensation seeking, puberty, and nicotine, alcohol, and  
marijuana use in adolescence. *Journal of the American academy of child &  
adolescent psychiatry, 41*(12), 1495-1502.
- Kring, A. M., Davison, G. C., Neale, J. M., & Johnson, S. L. (2007). *Abnormal psychology*.  
John Wiley & Sons Inc.
- Gerberich, S. G., Sidney, S., Braun, B. L., Tekawa, I. S., Tolan, K. K., & Quesenberry Jr,  
C. P. (2003). Marijuana use and injury events resulting in hospitalization. *Annals  
of epidemiology, 13*(4), 230-237.
- Kelly, T. M., Cornelius, J. R., & Lynch, K. G. (2002). Psychiatric and substance use  
disorders as risk factors for attempted suicide among adolescents: a case control  
study. *Suicide and Life-Threatening Behavior, 32*(3), 301-312.
- UNODC. (2009). 施毒預防家庭技巧訓練方案實施指南: Vienna: United Nations

Office on Drugs and Crime.

<https://www.unodc.org/documents/prevention/family-guidelines-C.pdf>。上網擷取

日期：2018/12/21。.

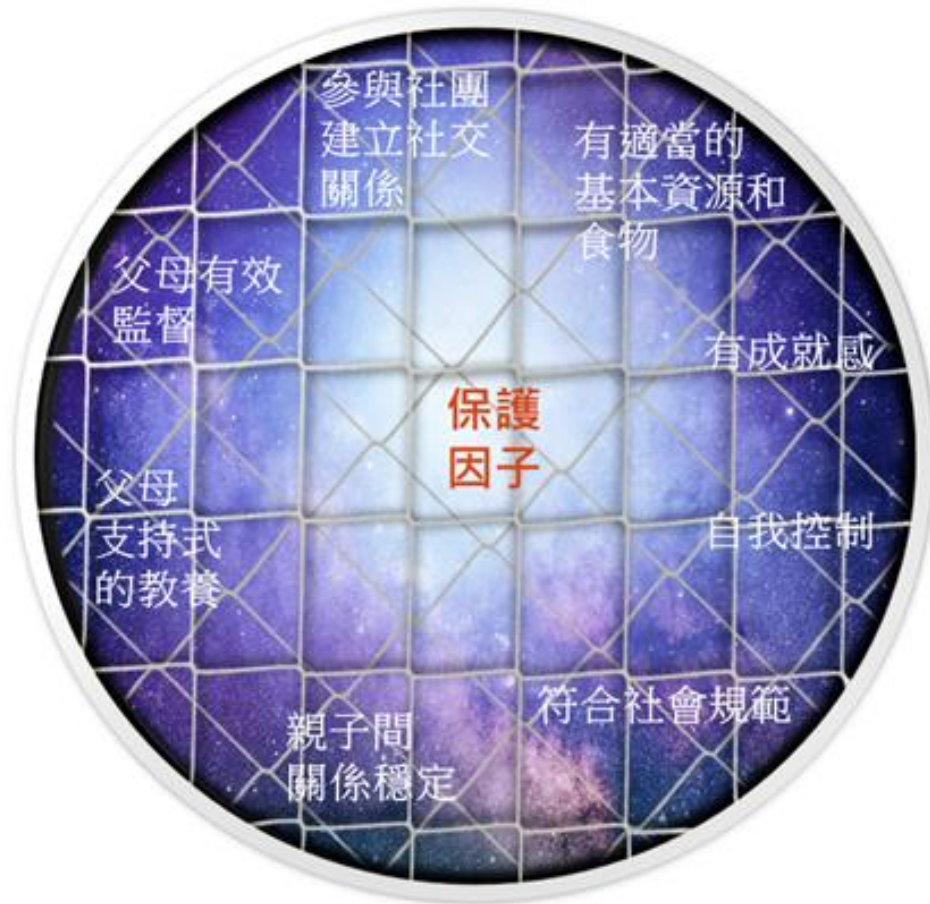


## 附錄

### 附錄一：保護網跟風險網(大圖卡，黑白單色與多色)

#### 保護網跟風險網（青少年版）



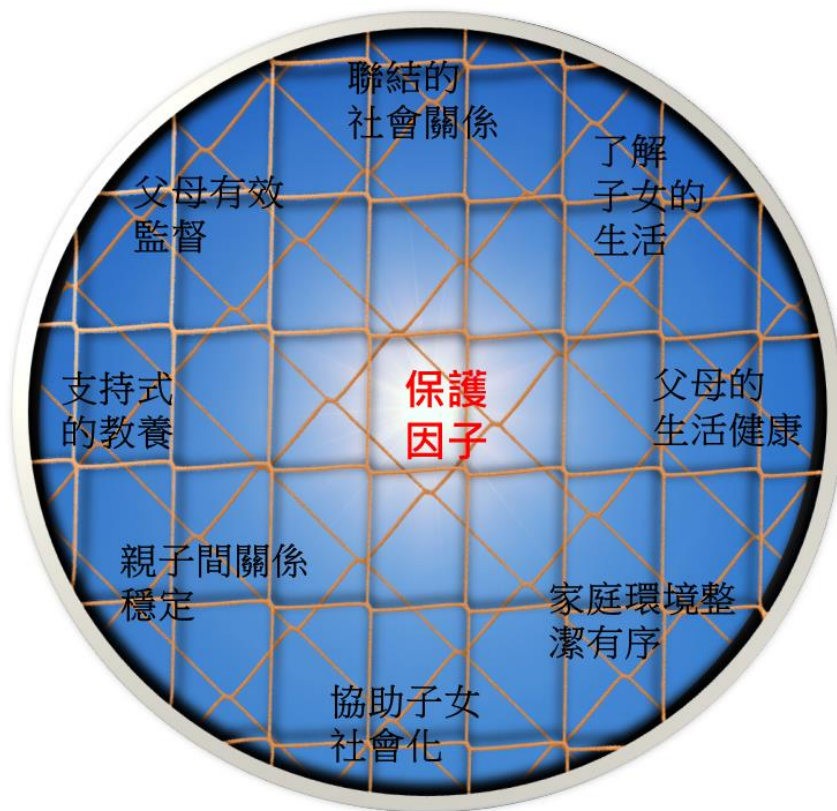


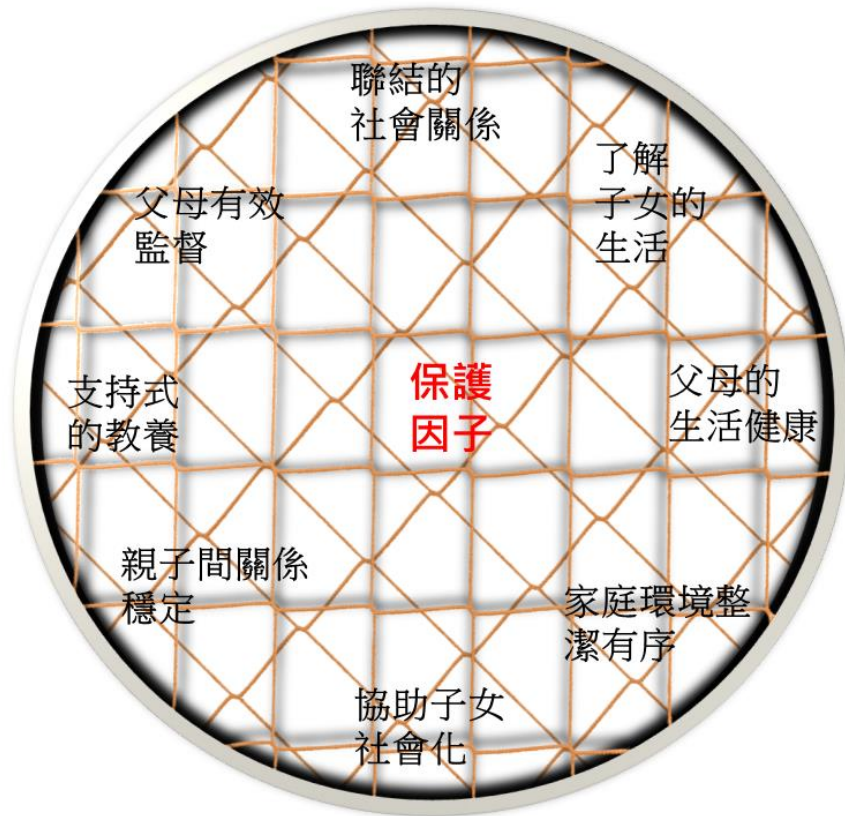


保護網跟風險網（家長版）









## 附錄二：記錄表

團體記錄表	
團體名稱：	第____次活動 ____年____月____日
地點：	領導者/協同領導者：
團體主題：	
團體成員：共____位	
位置圖	
團體過程記錄：	

記錄者： \_ \_ \_ \_ \_



<h3 style="margin: 0;">家庭顧問工作記錄</h3>	
時間： 年 月 日 時 分至 時 分      地點：	
個案姓名：	工作對象： <input type="checkbox"/> 家長 <input type="checkbox"/> 青少年
主題：	
工作方式：	
一、談話氣氛： <input type="checkbox"/> 和諧 <input type="checkbox"/> 冷漠 <input type="checkbox"/> 溫暖 <input type="checkbox"/> 被動 <input type="checkbox"/> 信任 <input type="checkbox"/> 防衛 <input type="checkbox"/> 攻擊 <input type="checkbox"/> 衝突 <input type="checkbox"/> 輕鬆 <input type="checkbox"/> 煩躁 <input type="checkbox"/> 快樂 <input type="checkbox"/> 沈悶 <input type="checkbox"/> 合作 <input type="checkbox"/> 其他_____	
二、參與情形： <input type="checkbox"/> 投入 <input type="checkbox"/> 抗拒 <input type="checkbox"/> 批評 <input type="checkbox"/> 主動 <input type="checkbox"/> 愛表現 <input type="checkbox"/> 打岔 <input type="checkbox"/> 給建議 <input type="checkbox"/> 挑釁 <input type="checkbox"/> 其他_____	
三、過程記錄：	

記錄者： \_ \_ \_ \_ \_

## 附錄三：團體同意書

### 家庭教育技巧提升團體同意書

各位夥伴大家好，非常歡迎您參加我們這次的家庭教育技巧團體同意書，本次團體的主要目的在於藉由家庭教育技巧的培養讓家庭成員的關係能夠有重新發展與轉化的機會，00 老師有豐富的相關團體經驗，也非常榮幸邀請擔任本次的團體帶領者，在團體中，有一些必須共同遵守的約定，以確保所有成員的權益。請各位夥伴詳閱以下規範：

- 1.每次團體是 00:00(團體開始時間)開始，請準時到場。
- 2.不在團體中飲食。
- 3.保持手機靜音或關機狀態。
- 4.不對其他成員進行人身攻擊。例如辱罵等不舒服的言詞。
- 5.不帶跟團體無關的人到現場。
- 6.在團體中每個成員所談的事情，除非牽涉到法律議題，否則一概不在團體外中洩漏或者討論，需要為團體中的成員保守秘密。
- 7.每次團體如不能到場需要事先請假，可在前一次團體向大家告知請假的，若要提前退出團體，也請跟大家正式的告別說再見。

若您願意遵守團體的規則，請在下方簽名：

參加成員\_\_\_\_\_同意遵守上述原則。

年 月 日

## 附錄四：種子教師與家庭顧問之倫理守則

為規範本方案之種子教師與家庭顧問的專業行為並保障本教案進行的專業品質，本方案參照台灣輔導與諮商學會諮商專業倫理守則與社會工作倫理守則來制定本倫理規範守則供工作人員遵守。相關規定如下：

1. 種子教師與家庭顧問應確認其專業操守會影響本專業的聲譽及社會大眾的信任，自應謹言慎行，知悉並謹遵其專業倫理守則。
2. 社會工作倫理原則為尊重、關懷、正義、堅毅、廉潔、守法、專業。
3. 面對倫理衝突時，應以保護生命為最優先考量原則，在社會公平與社會正義的基礎上，其作為應包含以下考量：所採取之方法有助於服務對象利益之爭取。有多種達成目標的方法時，應選擇個案的最佳權益、最少損害的方法。保護案主的方法所造成的損害，不得與欲達成目的的不相符合。尊重案主自我的決定。
4. 工作對象有要求公平待遇的權利，種子教師與家庭顧問進行工作時應尊重當事人的文化背景與個別差異，不得因年齡、性別、種族、國籍、出生地、宗教信仰、政治立場、性別取向、生理殘障、語言、社經地位等因素而予以歧視。
5. 保密是種子教師與家庭顧問工作的基本原則，但在以下的情況下則是涉及保密的特殊情況：
  - a 隱私權為當事人所有，當事人有權親身或透過法律代表而決定放棄。
  - b. 保密的例外：在涉及有緊急的危險性，危及當事人或其他第三者。
  - c. 種子教師與家庭顧問負有預警責任時。
  - d. 法律的規定。

基於上述的保密限制，種子教師與家庭顧問必須透露相關工作資料時，應先考慮當事人的最佳利益，再提供相關的資料。

6. 種子教師進行父母團體或青少年團體時，應告知成員保密的重要性及困難，隨時提醒成員保密的責任，並勸告成員為自己設定公開隱私的界線。
7. 家庭顧問進入案家工作時，有為家庭成員個人保密的責任，沒有該成員的許可，不可將其資料轉告其他家庭成員。
8. 未成年人參與本方案服務時，種子教師與家庭顧問亦應尊重其隱私權，並為其最佳利益著想，採取適當的保密措施。
9. 在工作過程中使用教案時，種子教師與家庭顧問應注意使用相關資料時應參考當時之情境並在評估過程中力求客觀、正確及完整，以避免偏見和成見、誤解及不實的報導。