

進修部 108 學年度第 1 學期第 3 次班會專題討論內容摘要

「防制濫用藥物」

毒品對人的傷害甚大，吸毒者不僅毀了自己的一生，更造成嚴重的社會問題，除應負擔刑責外，還需承擔吸毒的後遺症，因此，我們應建立正確的防毒觀念，拒絕毒品的誘惑，並觀察身邊的人是否有異狀，適時給予協助，共同打擊毒品的危害。



題綱 班級	對於身邊濫用藥物的親朋好友，我們可以給予那些協助？
電子四甲	1、如果身邊親朋好友有吸毒時，我們應該要關心他，喝止他，因為吸毒者本身意志是相對薄弱，要介紹他或打給警察協助處理，但戒毒過程非常辛苦，我們要給他們關心和鼓勵，不然有可能還是會繼續吸毒。2、在戒毒過程中，陪她走路、跑步、任何運動都可以轉移想再吸毒的想法，同時藉由運動也可以幫助回歸正常作息與紓解情緒。
機械四甲	拒絕毒品的方法：1、拒絕不良嗜好。2、善用好奇心，不要以身試法。3、尊重自我、堅決拒毒。4、建立正當的情緒紓解方式。5、認識正當的情緒紓解方法。6、遠離是非場所。7、提高警覺、不隨便接受陌生人的飲料、香菸。
電機四甲	1、要幫助他克服「心癮」。不要為了高興、開心，而想要拿毒品來助興，要避免這種心理依賴。2、協助吸毒者管理好人際關係，不要讓他在與別的吸毒者或賣讀者接觸。3、培養吸毒者的人格成熟度，唯有身心成熟的人，對事物才能有客觀的看法，要讓她明白自己有多少能力，要面對現實生活，走出自己，要承擔責任，對自己的行為後果要負起責任。以上三點首先要與吸毒者建立信任，吸毒者身邊的親人或好友去協助最佳。

題綱 班級	對於身邊濫用藥物的親朋好友，我們可以給予那些協助？
電機四乙	1、陪伴關心。2、報警處理。3、放鬆心情。4、尋求醫院協助。5、鼓勵與給予動力。
電機四丙	告訴她為了家人要堅持下去。
工管四甲	<p>鼓勵戒除不良嗜好，協助建立正當的情緒紓解法，厲聲斥責與不信任，協助其接受醫院戒毒之可能性，協助改善舊的吸毒環境，例如：搬家或到外地工作協助認識正確用藥觀念，遠離吸毒的朋友，協助建立正常的作息生活，安排是當的休閒生活，規劃未來生活方向，讓他有適應能力與自信面對未來的生活，家人和朋友的支持是戒毒者的重生的力量，當戒毒者戒除毒品的信心地落或在吸毒時，家人應以愛去支持他，病故利他自我遠離及人格重建。</p>
企管四甲	<p>確認吸食毒品的特徵為何，並鼓勵與陪伴期前往醫院戒癮，國內目前有很多藥物濫用諮詢及輔導機構，也有很多醫療機構參與戒治工作，可撥打 24 小時免費諮詢專線 0800 - 770885（請請你，幫幫我），尋求協助。</p>
企管四乙	<p>給予鼓勵和支持，建立正面的自我形象，舉辦小組教授拒絕吸毒技巧，告知反效果，聆聽背後原因，跟進輔導。告知對方家長協助報警處理，陪伴對方轉移注意。</p>
幼保四甲	<p>1、先確認吸毒者的特徵為何？2、鼓勵與陪伴期前往醫院戒癮。3、撥打諮詢專線：0800770885。如何協助戒除：1、勿反應過度。2、真誠溝通。3、了解真理。4、安全至上。5、別過度自責或責備家人。6、無需承擔一切。7、好好這顧自己。8、看中其他家人。9、尋求協助。</p>

題綱 班級	對於身邊濫用藥物的親朋好友，我們可以給予那些協助？
資管四甲	1、多陪伴。2、多關心。3、給予適當的協助。4、協助看醫生。5、給予建議。6、移開障礙。如：壓力、其他誘因。7、降低渴求。
資管四乙	1、拿網路上的案例給好友看，並告訴她嚴重性。2、提供朋友戒除的場所及方式。
應外四甲	溝通是建立良好的門，適者與他溝通，看能不能幫助到。陪伴在他身邊，給予協助與幫助，如果碰觸到了藥物，當下是很難馬上戒掉的，朋友和家人適時的陪伴與他度過戒毒的難關，會是對他們最好的幫助。
休運四甲	1、提供正確的藥物資訊。2、轉移物質使用的可能時間，去做其他的活動（如打球）。3、協助降低吸菸、飲酒或吃檳榔的習慣。4、有效的溝通，增進關係，做為一個自然的支撐系統外，提高的自尊，對自己有正向的概念。
休運四乙	陪伴她、鼓勵她、幫助他。
觀光四乙	1、先去理解和接納，濫用藥物者。2、協助並關懷，向專業機構尋求協助。也要去了解為何會濫用藥物。
妝彩四甲	報警送醫強制治療。
妝彩四乙	報警
時尚四甲	1、多給予關心、陪伴。2、多耐心。3、利用糖或美食代替想吃的慾望。4、寵物陪伴也很暖心。5、找其他適專心做轉移注意力。6、可以參考「遇見街貓 BOB」這電影。
數位四甲	先確認親友吸食毒品的特徵為何，並鼓勵與陪伴期前往醫院戒癮。國內也有很多藥物濫用諮詢及輔導機構，也有很多醫療機構參與戒治工作。專線：0800-770-885

題綱 班級	對於身邊濫用藥物的親朋好友，我們可以給予那些協助？
餐飲四甲	班上得同學身邊都沒有遇到濫用藥物的親朋好友，但我們都會從新聞上看到有些人吸毒或賣毒等...。一旦吸毒了，就會一直依賴，花錢又傷害自己的身體，毀掉你醫生。
餐飲四乙	1、建立種卻情緒紓解方法。2、培養健康休閒活動。3、認識毒品的危害嚴重性。4、斷絕供應毒品來源。
機械三甲	毒品不要碰，注意藥物成癮。
機械三乙	報警，大義滅親，帶他去曬太陽，協助她去勒戒班。
機械三丙	當發現身邊的人有濫用藥物的情形，會主動協助他遠離毒品或是通報社福機關。
電機三乙	1、請他至醫院接受勒戒治療。2、多走出戶外，做有興趣的事情，陽光正面。
工管三甲	1、通知相關機構協助引導患者就醫，並可提供家屬協助輔導，患者減輕戒斷不適時，舒緩方式，療程結束後須持續追蹤且輔導患者重新回到工作崗位，假日需適時陪伴重新走向生活。
建築三甲	分享藥物濫用使用後的影片，告誡他人，陪伴他，度過過渡期。
企管三甲	學校提供正確觀念與知識。父母：溝通、給予信心。朋友：使患者生活充實化（如打球）
企管三乙	陪她去看醫生，遠離可拿到藥的朋友，管道。
資管三甲	貼戒菸尼古丁貼片，慢慢戒掉菸癮，建議朋友去勒戒。
資管三乙	送她去戒毒。
應外三甲	1、先通過家庭內部交流與溝通，幫助、引導戒毒者重建正常的思維、和行為模式，形成正確的正確社交，擴展家庭外部交流 or 活動，幫助他們斷絕有過毒友的來往。2、用藥物治

題綱 班級	對於身邊濫用藥物的親朋好友，我們可以給予那些協助？
	<p>療，因藥物可幫毒患加快毒素代謝，消除神經病狀，還可治療各種可能併發的軀體疾病，加強身體素質，縮短病程。3、也要檢查自己的家庭本身是否存在著缺陷，要消除導致吸毒者成癮者的因素，化解家庭矛盾的癥結，少一些爭吵、訓斥發怒、毀物，多一些溫馨、關懷溝通理解，諒解支持也是正確待吸毒者的重要方法</p>
金融三甲	<p>好好規勸，多多陪伴，給予關懷及陪同解決困難，避免沉淪毒品，並告知毒品只能逃避一時並不能解決困境，陪伴、聆聽、尊重、了解比直接性責備有效多了。應看人視情況給予最適當的處理方式。</p>
休運三甲	<p>請他們轉移注意力，不要把重心都放在藥物上，給予適當的鼓勵，以協助他們戒除毒品。</p>
休運三乙	<p>勸導和關心他們遇到什麼困難和需要什麼幫助</p>
觀光三丙	<p>幫助他們尋找其他紓壓的方式，為擺脫藥物濫用。</p>
妝彩三甲	<p>勸他不要再繼續藥物濫用了，跟他說毒品會讓身體造成多大的傷害，而且也會讓親朋好友開始對他反感。</p>
妝彩三乙	<p>1、戒毒中心。2、多運動。3、去戶外分散注意力。</p>
時尚三甲	<p>家庭方面能給予的協助：1、了解藥物濫用的原因，仔細觀察子女的狀況，了解它們正面對的問題。2、不要刺激，責罵孩子，讓孩子有安全感，給予安靜的環境。3、視吸毒（藥物濫用者）為病人，而不是犯罪人。學校方面能給予的協助：1、安排個別或團體的輔導。2、協助成癮的同學，通知家長將其送往醫院機構或勒戒單位接受治療。3、長期給予關心與支持陪伴。</p>

題綱 班級	對於身邊濫用藥物的親朋好友，我們可以給予那些協助？
數位三甲	<p>得知身邊吸毒的人，除了指責與心痛，最重要的事情就是幫助他們走出毒品的魔掌，成功戒毒才是對它們最好的選擇。常規的戒毒治療分為三個步驟：1、解讀，生理上的戒毒，排除毒品對器官的傷害，這一部所需要的時間比較短。2、度過心理依賴期，讓病人擺脫毒品的精神癮好，通常須轉入助病院進行康復治療。3、擺脫了心理依賴，避免日後再陷入毒品，轉入社區門診，有醫生，護士和輔導員幫助他們，衝心走入正常的生活，這才是治療的最終目的，但家人和社會的支持，也很重要，少一點責備，戒毒的成功率必較大!戒毒專線：0800-770-885。</p>
餐飲三甲	<p>1、勸他趕快戒掉。2、告知她的家長。3、通知警察。</p>
餐飲三乙	<p>1、可先聆聽他藥物濫用背後的原因，引導其思想濫藥的壞處，身體的變化，並剖析利害關係。2、給予幫助，關心和支持，例如送一句鼓勵或一張慰問卡都有很大的幫助。3、親友使用毒品時，期關心視充滿矛盾和衝突的，如果家人能視者放下憤怒或舉葬的情緒，聊些生活瑣事，讓他隨時有機會可以敞開心房感受家人的關切，對於戒毒相當有幫助。</p>
土木二甲	<p>1、幫助他建立正確得防毒觀念。2、協助他拒絕毒品。</p>
機械二乙	<p>告知老師請老師去處理，勸朋友遠離毒品，提醒他後果，通報警常並進行勒戒。鼓勵她勇於認錯並告知家長，參加醫院舉辦的講座。</p>
機械二丙	<p>1、以其他藥物或酒精代替。2、隔離起來。3、到民間醫院買解藥或住院治療。4、尋求民俗療法。</p>
電機二乙	<p>1、報警裝他。2、幫他準備後事。3、斷絕他的貨源。</p>

題綱 班級	對於身邊濫用藥物的親朋好友，我們可以給予那些協助？
工管二甲	無濫用藥物之親友。
國企二甲	1、不要借錢給他們。2、要他們遠離毒品。3、跟他們的家人說。4、跟它們保持距離。 5、打反毒專線：0800-775885
建築二甲	現今毒品氾濫，尤其四級毒品更出現在校園、KTV、網咖、之類的公共場合，如果有人拿奇怪的糖果或食物，絕對不可以吃食。如果在外，朋友拿毒品教你試吃時，要勇於拒絕並且讓朋友也不要吸食毒品，才不會傷害身體。
資管二甲	1、可先聆聽親朋好友濫用藥物背後的原因，跟進輔導他，陪同到醫務所驗尿及檢查。2、引導思想濫用藥物的壞處，身體的變化，並剖析利害關係讓對方了解。給予關心和支持，例如送一句鼓勵話語或一句安慰卡都有很大的幫助。4、讓濫用藥物的親朋老友建立舒緩壓力，情緒的正當方法，並建立正確的用藥觀念。5、培養協助健康正當休閒活動，建立他的自信和自尊心。
資管二乙	1、應該要告訴她吸毒的壞處，並且帶她去醫院接受治療。2、如果無法良性溝通，就報警讓警察來處理。
金融二甲	1、提供他相關醫療協助，如撥打藥物免費諮詢專線：0800-770-885，協助處理。
休運二甲	1、避免或延遲與菸、酒、檳榔、藥物的接觸。2、及早提供濫用物質對身體傷害得知識及相關的法令規章。3、協助戒除吸菸、飲酒、吃檳榔的習慣。4、教育正常化。5、強化休閒設施及活動。

題綱 班級	對於身邊濫用藥物的親朋好友，我們可以給予那些協助？
觀光二甲	1、告知有多麼危害身體 2、請家人勸導 3、協助他到醫院看戒毒門診 4、給他看看一些之前有在吸毒，但已戒毒成功的宣導片增加他能戒毒成功的信心
觀光二乙	1、提供戒毒的管道，讓吸毒的朋友考慮去戒毒。2、道德勸說，不要吸毒。3、報警處理，讓警方斷絕毒品來源。
妝彩二乙	告訴師長，跟他說這樣是不對的行為。
時尚二甲	有疑似以賣毒吸毒的朋友，應盡速遠離，若真有發現吸毒的朋友勸她去戒毒所，真的不行請報警及時拯救幫助，報警不是「害」而是「幫」需要懸崖勒馬。
餐飲二甲	1、去戒毒中心尋求幫助。2、給予適當的關心和幫助。
餐飲二乙	帶他遠離它讓他沒有方法接觸到毒品，並且向社會請求協助幫忙。
土木一甲	引導朋友讓他明白濫用藥物對自己造成的後果，也可請他列出藥物、濫用的好處和壞處之分析，對他表達同理心，如他有矛盾心態，應是此為正常的，接納他，有利於他的改善。 不要對他用爭論語言攻擊，會造成他的反效果。需增強他的自我效能，讓他相信我是可以改變的，讓朋友知道若對自己有期望，終可以成功，對自己有責任感不要與他硬碰硬，讓他感到被邀請一起來解決藥物濫用的問題，而不是被強迫的。
機械一甲	濫用藥物是一件不好的事，吸毒不但會傷害身體，也會毀掉你的一生，可以拒絕陌生人給你的食物，要建立正確的防毒觀念，才可以事時地保護自己，可以共同的打擊犯罪，勸導吸毒的改過自新，可以做一個正正當當的人。

題綱 班級	對於身邊濫用藥物的親朋好友，我們可以給予那些協助？
機械一丙	1、改變原本生活環境，遠離相關人員。2、撥打戒毒專線：0800-770885。3、戒毒門診（代替治療）由醫師協助治療。
電機一甲	會包一輩子的尿布，身體就會很臭。盡量阻止說服其藥物的吸食，並通報給校園相關的單位尋求救助。
電機一乙	給予那些人關懷，不分門別類，幫助他們走出去。
工管一甲	1、堅定拒絕，勇敢說不。2、當朋友遞給你毒品時，找藉口立即離開。3、發現有藥物濫用的同學或朋友，應鼓勵戒掉。4、轉移話題。5、培養適當的休閒娛樂。6、建立正確的用藥觀念。
國企一甲	鼓勵戒除不良嗜好（例如：抽菸、飲酒）。協助建立正當的情緒紓解方法。厲聲苛責與不信任，協助期接受醫療戒毒之可能性。協助改變舊有的吸毒環境，例如：搬家或到外地工作。協助認識正確用藥觀念。協助遠離吸毒的朋友，例如：更換家中電話號碼或個人手機號碼。協助建立起正常的作息，安排適當的休閒活動。協助規劃未來的生活方向，讓他有適應能力與自信面對未來的生活。協助遠離不良場所，例如網咖、KTV、撞球場等。
建築一甲	請勿因為同學或朋友聳，而接觸毒品。
建築一乙	1、提供戒毒專線：03-8542-470。2、提供吸毒者範例。3、吸毒害人一生，家庭朋友遠離你。

<p>題綱</p> <p>班級</p>	<p>對於身邊濫用藥物的親朋好友，我們可以給予那些協助？</p>
企管一甲	<p>給有再吸毒的親朋好友戒毒的管道，以及努力陪伴他們，使他們在戒毒的過程中。不孤單。告訴他們可以做些甚麼，培養他們重心融入社會職責，給戒毒後處於迷茫中戒毒者指明未來的方向，豎立他們信心。</p>
企管一乙	<p>1、勸戒遠離濫用藥物。2、拒絕不良嗜好。3、協助戒除濫用藥物。4、給予鼓勵；與自信心。5、少去聲色場所。是非之地例如：舞廳、PUB 等。6、遠離壞朋友，酒肉朋友，所謂近朱者赤，近墨者黑。</p>
幼保一甲	<p>1、協助遠離吸毒得朋友，例如：更換家中電話號碼或個人手機號碼。2、協助建立起正常作息生活，安排事當休閒生活。3、協助建立正當的情緒。4、協助接受醫療戒毒之可能性。</p>
資管一甲	<p>1、預防毒品近身的方法：1、生活作息正常。2、絕對不好奇試用毒品。3、建立正確情緒紓解方法。4、不靠藥物提神與減肥。5、遠離是非場所。6、不接受陌生人的飲料。2、拒絕毒品的的方法：1、表明態度，堅持拒絕。2、道德勸說，回頭是岸。3、肯定友誼，但做自己。4、自我解嘲，幽默一下。5、轉移話題，移開注意。6、逃之夭夭，走為上策。</p>
應外一甲	<p>給予關心，並詢問對方是否需要幫助，協助對方找到正確管道求助，不要過於強硬的態度，找到對方信任的人，毒品一旦接觸就很難脫，且還有很大的風險，花錢傷身也解決不了問題，所以當周遭有人需要幫助，請幫助對方找尋管道並走向正規的道路。</p>
金融一甲	<p>1、先確認吸食毒品的特徵為何，並鼓勵與陪伴期前往醫院戒癮。2、培養正當嗜好及休閒娛樂。3、用愛心與耐心開導，避免一昧的責罰。4、給予適當的讚賞，陪伴面對挫折的處</p>

<div style="text-align: center;">題綱</div> <div style="text-align: center;">班級</div>	對於身邊濫用藥物的親朋好友，我們可以給予那些協助？
	<p>理能力，建立用藥的正確觀念。5、關心及傾聽，使增加信心，釋放壓力。6、可撥打中心 24 小時免費諮詢電話：0800-770-885（請請你，幫幫我），電話將轉接所在地之毒品危害防制中心，由專人提供諮詢服務，請求協助。</p>
休運一甲	<p>小心！新興濫用藥物就在你身邊，別因一時的好奇，而造成一輩子無法挽回的遺憾，拒毒五招教你拒絕「新興濫用藥物」！1、直接拒絕 2、遠離現場 3、轉移話題、4、自我解嘲 5、友宜勸服</p>
休運一乙	<p>1、要及早勸說進行科學的治療，越早戒毒越好。2、做心理康復治療。3、要做好監督的則並鼓勵。</p>
資工一甲	<p>學校方面：1、推動防治毒品震撼教育。2、不定期實施尿液篩檢。尋求協助的機構。</p>
觀光一甲	<p>1、讓親朋好友了解藥物濫用的副作用。2、注意親朋好友是否有出入，濫用藥物的場所，不要再讓其接觸。3、給予關心和支持，以及適當的陪伴。</p>
觀光一乙	<p>1、在毒品戒斷時期，陪他度過，並陪她談心。2、解釋給她毒品對人體的傷害，並告訴他人生是自己的。你可以選擇自己的走法。3、陪她去上毒品戒斷課程。4、讓他覺得他不是一個人，一直有人在陪伴她鼓勵她。5、陪她找尋戒斷後，重新步上正軌的工作。6、讓他知道人生是自己做的選擇並負責。我們只能告知解決方法並陪伴無法替他決定。</p>
妝彩一甲	<p>1、營造一個良好的氛圍，幫助濫用藥物者重新營造一個良好的交際圈，也幫助他們親情、友情上的溫暖，不能戴著有色眼鏡去看待他們!也可以和他們多交談，告訴他們可以做些甚麼，培養他們重新融入社會的社會職責，給處於迷茫中的他們指名未來方向，樹立信心。</p>

題綱 班級	對於身邊濫用藥物的親朋好友，我們可以給予那些協助？
	<p>期時走錯路了就要迷途之，害了自己也害了身邊的親朋好友，總歸一句：「回歸正途，總會找到對的方向。」。隨時給予最真心的鼓勵，就是最好的協助與幫忙。</p>
時尚一甲	<p>讓他們分散注意力，多推廣戶外活動。如果有身邊的同學 / 朋友有吸毒的情形。給予他們建議 / 幫助走過。</p>
數位一甲	<p>1、提供毒品勒戒方式。2、吸毒對人身體有極大危害，施以防制，勿因好奇心重而染上。 3、學校具完善體制及機構，詢問，解決。</p>
數位一乙	<p>1、多與他們參與休閒活動。2、告知他們要勿對身心的危害。3、邀請他們參加反毒座談會講座等，讓他們料解藥物的危害。</p>
餐飲一乙	<p>所謂濫用藥物，不僅止於吸食毒品。還有藥物濫用，錯誤觀念，與自行去藥局抓成藥服用。案例分享：前陣子看到報導，有一個家庭，將孩子送去外國讀書，而在國外並無禁止大麻，所以孩子在國外染上毒癮，回國後，不了解國內法規。因而自己種植大麻，被警方查獲後，最後還是得接受法律判刑。現代人生活壓力大，許多人患有憂鬱症等精神疾病問題。有一個同學因失眠問題求助醫師，都沒依照用藥指次，一次服用了 3 天的藥量。有些長輩會聽信偏方，亂買成藥，甚至「甲好逗相報」推薦親友。若發現身邊同學有濫用藥物的情形，請一定要通報老師。教官；若是親友。請立即報警。在這個資訊爆炸的時代，不要輕易相信網路上的訊息，或是網友。</p>