

法務部矯正署綠島監獄 110 年度毒品防制專題講座課程

110 年 3 月 3 日毒品防制專題講座課程-成癮概念及戒癮策略

- 一、授課講師詢問收容人曾使用過的毒品種類，進行用藥種類調查與成癮概念宣導，並使用情境劇演出當一個人受到生活多方壓力時，可能會選擇使用毒品作為紓壓放鬆的道路。然而這樣的快樂不僅短暫，後來甚而造成經濟上的負擔，開始被藥物控制的人生。
- 二、帶領大家進行冥想活動，練習控制意志力，並引導同學回到小時候，從嬰兒時期開始回憶，回想小時候被呵護、照顧的感受，以及當時感到快樂的原因，讓收容人去思考「感到快樂」這件事不應該被藥物所侷限，而是從生活中發現美好，並由自己的心中產生。
- 三、鼓勵收容人，要戒癮單靠自己的意志力是不夠的，向外尋求協助不是弱小，希望收容人不要認定外界資源的協助是一種監控，開放心胸接納他人的幫忙也是成功戒除藥癮的重要因子。

課程照片



課程照片

