

法務部矯正署綠島監獄 110 年度酒駕(癮)治療處遇計畫講座課程

110 年 10 月 20 日酒駕(癮)治療處遇計畫講座課程-拒絕酒癮，健康就贏

- 一、先以美食簡單舉例為何我們會對物質上癮?許多成癮物質在我們使用的過程中，會刺激傳導物質，讓使用者有舒服、愉悅的感受產生。而使用者為了可以再此感受到該狀態，可能會持續使用，進而產生依賴，之後逐漸過上被物質控制的人生。
- 二、講師帶著收容人從大腦的成癮歷程開始說明，酒精是如何一步步滲透進入我們的大腦中，讓我們逐漸失去理性思考的能力，讓本身憂鬱的狀態更加憂鬱、衝動控制的能力下降，行為開始失序，終而產生憾事。而處理成癮議題，最重要的就是啟動「減害」觀念，尋找專業人員協助、有意識的使用方法控制酒精的攝取量：如SOBER呼吸空間的練習、避免出入會有酒精的場域、學習規劃日常行程、啟動親友支持系統等，都是能幫助我們避免過度使用成癮物質的好方法。
- 三、最後講師宣導目前衛生福利部所推動的「酒癮治療費用補助方案」，鼓勵收容人若自身或親友有酒癮相關問題，可主動向專業人員求助，讓更多社會資源能進入協助，避免孤身面對。飲酒無法解決問題，只是暫時讓我們忘記現實，待酒精退去後，一切如舊。不如我們勇敢尋求協助，才是根本的解決之道。

課程照片



課程照片

