



國內  
郵資已付  
台北郵局許可證  
台北字第4096號  
若無法投遞請勿退回

## 本期主題：毒品

### 1版 專家專欄

導讀  
無「毒」有我，活出新生命

### 2版 親職專欄

毒害新知識  
毒品不要來之1觀4心法

### 3版 少年交流區

要High，不藥害！

### 4版 社區交流道

片刻，永恆  
我的收穫，我的感動  
社區宣導、親職講座活動花絮分享

中華郵政第1085號執照登記為雜誌交寄

2015年12月5號出版/月刊

發行人：邱豐光  
出版：臺北市政府警察局少年警察隊  
地址：11080臺北市信義區信義路5段180號  
網址：<http://jad.police.taipei>  
電話：(02) 2346-7585  
主編：吳春沂  
副主編：楊岱錚  
編輯：簡世珪、汪志皇、鄧進華  
顧問：陳永富  
編輯小組：薛惠玲、戴安琪、廖敏臻、鄭宜倫、林穎英



少輔簡訊



少年花露水



臺北市民當家熱線 (免費專線)

行政要中立，國家更安定



導

讀

文/文山少輔組

毒品濫用問題可說是當前備受矚目的公共衛生及社會問題，而毒品犯罪預防更是相關單位極力投注資源，欲改善的重要社會議題。

在我們身邊，經常聽到青少年們有類似「K又沒什麼，你們幹嘛這麼緊張」、「吸一次又不會上癮」等輕看三級毒品的言論，顯見一般人誤解毒品對於「心癮」及身體危害的嚴重性，往往直到影響日常生活及情緒表達才意識到毒品已侵蝕自己的心靈，生活已逐漸失去控制，而落入難以自拔的泥沼。

近兩年之新興毒品，如FM2及Ketamine(愷/K他命)等第三級毒品已大量於KTV、PUB、舞廳等場所流行，並為青少年所喜用，並且轉化成各種如咖啡包、巧克力、果汁等型態出現吸引青少年使用，如何防止其蔓延，除須透過警政單位的查緝外，社政、衛政、學校及家庭教育等系統亦須通力合作，才有助於度過現階段「三級毒品濫用黑暗期」。

為提升社會大眾對於毒害之意識，本期簡訊內容特別提供新興毒品類型及防範之道，並以趣味卡通人像呈現出毒品對於危害身心的徵兆，以破除社會大眾對於毒品的錯誤迷思，內容涵蓋豐富，幫助大家在認識毒品之餘，更可提醒身邊人毒品的危害，避免成為下一個無知的毒品受害者。

## 無「毒」有我，活出新生命

文/新生活教育中心執行長譚煒賢

根據警政署的統計，吸食或持有三級毒品愷他命(K他命)的青少年人數，從2005年開始成倍數成長。然臺北市衛生局統計，2014年北市學生藥物濫用「只有」64件，其中使用愷他命、甲基安非他命等毒品件數最多，比例超過八成。這樣的數字看起來和事實差距甚遠。官方統計的數據資料無法確切地顯示實際現況，如同目前南部登革熱疫情一般，遠遠超過中央流行疫情指揮中心本土登革熱病例所公布的數據來的嚴重，再加上法規限制，三級毒品愷他命仍無法提升至二級毒品，並無觀察勒戒或是入獄服刑的處罰，因此三級毒品的氾濫問題，並未被民眾強烈重視。

今年4月27日今周刊標題為「失控的毒癮世代」的報導中，屏東縣某國中校長陳述，若是連第一次使用毒品的人也算進來的話，恐怕臺灣有三分之一的國高中生碰過毒品！為什麼毒品已經這樣的氾濫？那是因為一杯珍奶的價錢，就能買一支「K菸」，從臺北明星學校到屏東、東部的宜蘭、花蓮，乃至台東也都淪陷，「試一次無所謂」、「想要停就可以停的啦」、「又不會被關」等等說法，讓愷他命已成為全台影響最大且範圍最廣的毒品，就算最後可能換來終身包尿布或腦部永久受損的結果，也沒有讓愷命的使用人數遞減，就這些案例看來，愷命命的嚴重性，遠遠超過台灣人民的想像，也被普遍大眾所忽視。

以下兩個初次接觸毒品的實務案例供大家參考：

案例一：阿平高一時，交了有使用愷他命習慣的女友，因此也在女友的影響下開始使用，而阿平所就讀的高中夜校班上約有數十個同學，其中加上用安非命命的同學，至少有10個同學有藥物濫用的習慣，差不多是全班總數的一半，阿平後面也開始介紹給同學使用，一群人習慣躲在停車場使用，常常經過停車場時就會聞到k菸的味道，教官雖然會去抓，但是到場時大家早就跑了，實際上阿平沒有販賣賺錢，但偶爾會幫同學拿藥。

案例二：阿坪13歲國中一年級，翹課期間跑去撞球場認識一位有使用愷他命習慣的朋友，後來被朋友帶去某公寓，在那阿坪第一次看到搖頭丸和愷他命，當下雖然沒有使用，但對方告知阿坪無聊的時候可以再去找他。某日，阿坪和家人吵架後，躺在房裡床上，想到朋友說的話，立馬起身就去找他，公寓現場有男有女，也有國小學生，阿坪在朋友的介紹下吃

了半粒搖頭丸，阿坪發現本來臉上沒有笑容的自己，居然開始出現了笑容，從此走上了毒癮的不歸路，在毒品成癮的10年期間，也曾販賣毒品的方式獲得使用毒品的金錢，被警察抓過，但家人總是幫忙支付罰金，讓阿坪根本不擔心被警察抓。

針對這些戒毒學員調查，這些學員自述毒品讓他們失去了金錢、健康以及家人的信任，甚至是朋友對自己的好感、自信、自尊、創造力、青春、對事物的熱忱與未來的願景等等，回過頭來看，實在得不償失。

最後，給家長們的忠告，當你的孩子吸毒，而隔壁的孩子卻不吸毒，那不會是隔壁老王的問題，也不會是樓下老張的問題，更不是樓上老楊的問題，很抱歉我必須要告訴你，你的孩子會吸毒，肯定是孩子原生家庭的問題最大，或許我這麼說會令許多家長們感到不悅，但我想不到更好或是更婉轉的說法了。

家長有千百個合理的理由忙於工作、忙於生活，而「忘了」陪伴孩子，或在家中沒有建立良好的溝通與互動模範，讓孩子在有問題求助家長的時候，得到的都是責備、謾罵、貶低、評估或不耐煩地回應，同時間孩子卻從其他「朋友」那得到讚賞、認同、喜愛、崇拜，自然而然孩子就有可能被不好的朋友牽著走，多年戒毒工作中，我發現處理非常多的個案接觸毒品最主要原因都是如此，當父母發現小孩開始變壞時，將責任推給了孩子的壞朋友（也就是孩子得到讚賞、認同、鼓勵的來源）時，孩子和父母間的距離就又更遠了，往往這時候，父母也開始變的特別關心孩子的一切，對孩子來說這種強迫的親和力，反而增加孩子無形的壓力，造成孩子對家庭更加的敵對及疏離。

若問我要討論用什麼方式協助孩子，我認為還不如把主題放在父母如何改變自己對孩子的態度，以及父母本身如何修復一路走來與孩子不良的親子關係上，因為若要處理孩子的問題，首先要先處理的是父母本身，家長需要多和孩子溝通，從小就給予孩子尊重，用讚賞取代過多的責任，讓鼓勵多過要求，協助孩子處理課業壓力、人際關係，維持與孩子的好溝通，才是預防孩子變壞或吸毒的最好方法。