

問題索引



預備期-與酒玩捉迷藏

編	問題	頁
1	我兒子為什麼不停地酗酒或吸毒，沉溺酒或毒中，是我哪裡管教錯誤了嗎？	124
2	我是不是因為前輩子欠了他的債，所以我兒子才會酗酒或吸毒？	
3	如果我兒子能爭氣些，就不會酗酒或吸毒來毀掉他的人生了？	
4	我兒子的人格出了什麼問題，才會變成酒鬼或毒蟲？我是不是應該叫他去修行、信教、學乖？	
5	我的兒子以前都很乖，但自從交了一些壞朋友之後就學會抽菸喝酒吸毒，欺拐搶騙，無惡不作，變成社會人渣，難怪會成為酒癮或毒癮症。但是我最近到戒酒戒毒中心去諮詢，他們告訴我，我的兒子的酒癮毒癮症並不是他交了壞朋友造成的，是這樣嗎？	38
6	我先生認為他喝酒或吸毒其實可以控制，反怪是因為我對他嘮叨不停，他生氣才喝或吸到失控的。但是我如果不唸他，他更是沒有約束地喝不停或吸不停。	42

7	我要我的先生去戒酒或戒毒，但他都叫我不 要煩他，說他自己不喝酒或少喝，或不吸 毒就好了。但他總是騙我，不到幾天後又反 悔了。	42
8	自從婚姻破裂後，我的兒子變得非常的孤 單，他酗酒或吸毒的狀況日益嚴重而且已經 完全失控，我好煩惱，我想讓他再婚，這樣 做對嗎？	46
9	我了解酒癮症是一個基因的疾病，但我先生 他們家族都很好，沒有任何人有酒癮問題， 只有我先生喝得不像話，所以我婆婆都一直 怪說我不好，我聽了很生氣，因為是我先生 他自己不爭氣才會喝個不停，把我給害慘 了。	45
10	有一些宗教熱心人士一直說是因為我的兒 子犯罪人，才會酗酒或吸毒。我也聽了他們 的話，帶我兒子信教，希望他能停止酗酒或 吸毒。他也信了教，受洗禮了，甚至也準備 要讀神學院，但似乎還是沒辦法不喝酒或吸 毒，在一陣子沒喝或沒吸之後，他又再度酗 酒或吸毒了。他真的是一個無藥可救的壞胚 子嗎？	50

問題索引



認識酒精

編	問題	頁
11	既然我先生愛喝酒或吸毒，我想我就陪他，幫助他控制量。那請問他要在多少的安全量以內的喝酒或吸毒才不會成癮？	54
12	我們全家喝酒是很正常的事，可以讓大家都放鬆、更容易相處，但我先生就是一定要喝到茫，喝到把身體搞壞，竟然會這麼愚蠢，我真的搞不懂。	56
13	既然吸毒會傷害身體又犯法，哪吸了一點也就算了，以後就不要再吸了，我實在無法相信我先生竟然會這麼愚蠢，吸個不停，他又不是沒知識。	
14	我的兒子愛喝酒，我知道喝酒會傷肝，還好市面上有很多補肝藥，我都會買來給他吃，所以他的身體應該都還好吧？	58
15	聽說有人喝酒會喝到變白痴，是真的嗎？吸毒的也會把腦燒壞嗎？	60

16	海洛因又是怎麼一回事，聽說一吸就上癮，也聽說要戒很痛苦，所以我兒子一直不敢去戒。但他最近開始喝酒就好像打比較少毒，我想如果他能這樣不再去打毒也好，至少不會犯法。	62
17	我的兒子說到醫院去喝美沙酮，就不會再打海洛因了。是這樣嗎?	65
18	醫生告訴我有一種藥給我先生吃，他就不會想喝酒。是真的嗎? 安全嗎?	67
19	我先生在一家醫院的戒酒門診酒戒酒，也參加那裡的戒酒團體。醫師有開藥給他，也幫他擬了慢慢減量計畫。剛開始時我先生很配合，但不久又好像越喝越多。怎麼會這樣?	70

問題索引



戒斷期：戒酒真真假假 與酒癮共處

編	問題	頁
20	O. K · 我已經盡全力的嘗試再嘗試設法做一個最好的太太，但是我的丈夫的酗酒或吸毒的情形似乎一年比一年更壞。實際上、整個家庭都已經正在瓦解了，我到底要忍受到什麼時候啊？	75
21	我丈夫每天都喝酒或吸毒，我也已經不想再唸他了，因為唸也沒有用，但他還老是找我麻煩，任何小事幾乎都成為我們之間的炸彈了！	78
22	我知道我不能幫助我的丈夫去收拾他製造出來的混亂，但不這樣子做我們家會遭殃，叫我還能做什麼？	82
23	我女兒都一直叫我不不要再理我先生了，但我就是做不到。我們做夫妻有 20 多年了，總是會有感情的，況且我婆婆也會一直指責我為什麼不把我先生照顧好。	86
24	除非離婚，不然叫我怎麼從我丈夫的酒癮或毒癮問題中切開出來？	

25	我告訴我的先生如果他不去戒酒或戒毒，我就要跟他離婚，他雖然還是不願意去戒，但最近也比較好了，有時也沒喝酒或沒吸毒。所以我心情很亂，不知道該不該和他離婚。	88
26	我先生說這次他是誠心誠意的要戒酒或戒毒的，但又好像要戒不戒的，會偷偷的去喝酒或去吸毒，難到他騙我？	90
27	我已經不想再幫我弟弟收爛攤子了，這次他喝酒或吸毒跌傷，我叫他有本事就自己叫救護車送醫院，父母很不諒解，已經跟我敵對，說弟弟只不過是喝醉或毒茫跌傷，我就不管他，責罵我自私，不講感情，然後就把他送醫、幫他處理。看來我弟弟這輩子是不用戒酒或戒毒了，我幾乎是在做白工。	93
28	我父親被我們強制送去醫院戒酒或戒吸，但是這樣不是自願的情況下出院後是否效果會有限呢？	97
29	我先生已經一年多沒喝酒或吸毒了，他還須要防範與喝酒或吸毒的人接觸嗎？或不要去有酒或有毒的場合？但是那不太容易，因為我們家在做生意，人際比較複雜，有時候難免必須與這些人相處，而且有時還需要用點酒來招待。	101

30	我兒子會對我們發飆，有時會摔東西，但不會打我們。我們現在都不理他了，不想去和他爭，不去惹他也不幫他處理爛攤子，把他當作不存在就好了，讓他知道我們對他很不滿，這樣他應該會懂很要去戒吧。	104
31	既然我的兒子不想戒，我們也拿他沒辦法，那要喝酒或吸毒就買給他在家裡喝個夠或吸個夠，讓他喝到死或吸到死算了，至少是在家裡，不會到外面惹麻煩或害到別人。	



問題索引



糾纏不清 --後遺症與復發

編	問題	頁
32	我先生從戒治中心進出的次數已數不清了，每次出來不久，就又復發，我想他就是不可能戒的。	108
33	我對我的先生真是失望，我們花了一大筆錢給他去戒酒或戒毒，他自己也很願意，所以戒的很成功。回來了我們這半年生活過得好好的，但他卻有事沒事的又開始喝酒或吸毒了，而且比以前更糟糕，難道他忘了半年前去戒酒或戒毒時有多難受嗎？	112
34	我爸一向來無法控制他的喝酒或吸毒的衝動，即使他已經保持了數月的沒喝酒或沒吸毒，但當衝動一來他就一定喝或吸。難到像他這樣一有衝動的瞬間就立即喝酒或吸毒的人是無可救藥嗎？	117

35	我的兒子說他最近已沒在喝酒或吸毒了，希望我能幫助他創業，做一點小生意。我確實也沒有看到他在喝酒或吸毒，但是我心裡懷疑他不久後會不會又再回去偷喝酒或偷吸毒，因為以前他也是這樣子。他到底會不會再喝或再吸？我該不該幫他？	121
36	我先生已經戒酒或戒毒了，但我很怕他又病發，所以盡量不讓他的心情波動，這樣的壓力好大，我自己的心情變得很不好，覺得被卡在兩難之間，怎麼辦？	
37	我先生已戒酒或戒毒一年多了，有時很好相處，好像回到以前的他，但有時卻為一點小事就和我衝突，感覺好像他又要再去喝酒或吸毒，我天天都緊張兮兮的，比他以前還在喝酒或吸毒時更不好過。	124
38	我先生已經一年沒喝酒或吸毒了，我們也真正的享受了一段清醒的生活，為什麼他最近又常有想喝酒或吸毒的衝動，我該怎麼辦呢？	

39	我丈夫戒酒或戒毒已經快要一年了，我本來期待他將變成一個開朗的人，他以前可是個很陽光的人呢！但是這些情形畢竟沒有出現過，事實上他變的很焦躁，鬱鬱寡歡，我真的開始思考，他到底是什麼事使他有這些情緒上的問題，然後造成他去再度喝酒或吸毒的。因為我預料他應該不會撐太久了，他即將因為心情的問題再度酗酒或吸毒，我這樣想對不對呢？	124
40	我先生有幾天沒喝酒或吸毒了，有人叫他去參加 AA(酒癮無名會)或 NA(毒癮無名會)。那不是一群人圍坐在一起談話嗎，也並沒有做什麼治療呀？這實在不禁讓我懷疑他們這樣做對我先生會有幫助，而且我還怕我先生和他們老是談喝酒或吸毒的事，會不會害他又想喝酒或吸毒？	132
41	我先生有參加 AA 或 NA，到什麼時候才不需要再去？	

問題索引



穩定期:陰影的追殺

編	問題	頁
42	酒癮或毒癮家庭的確問題很多，但這又與其他家庭有什麼不同？難到癮症者已經在康復中或已經死亡或離開了，這些問題不會隨著消失嗎？	140
43	我姐夫的酗或吸毒快把家裡弄得家破人亡了，但有時又好好的，會幫忙顧家。我姐姐總是默默堅守著家，好像習以為常。她怎麼受得了？是她的命運嗎？我很不忍心看我姐反覆在當中，不知怎樣來幫她？	143
44	我兒子真的想要戒酒或戒毒，好幾次自己到戒治中心求助，但這次他還是又喝酒或吸毒了，也把自己弄得很慘。如果我不救他，還有誰會救他？不是叫他死路一條嗎？	146
45	我兒子還是會偷偷的喝酒或吸毒，如果我能多少控制他一下，不讓他惡化下去，掌握現況，總比全盤崩潰好吧！	145
46	我先生已經去戒酒或戒毒了，如果我不去幫他，他會不會覺得我不愛他而更挫折，回頭去喝酒或吸毒？	150

47	我們結婚已經那麼多年了，如果能讓他體會到我還是很關心他，都一直很辛苦的支持他，他一定會為了我們的夫妻情而繼續努力的戒酒或戒毒。	153
48	家人彼此依賴是理所當然的，為什麼說是致命的竹竿舞？難道要我不管我兒子的死活嗎？	158
49	雖然我先生的酒癮或毒癮帶來很多的傷害，但也因此我的孩子很負責任、很顧家、很孝順。我不明白這有什麼不好，為什麼需要“治療”？	162
50	我先生在喝酒或吸毒的時候會鬧事，但他從來不會傷害孩子，他們也長大了，各有自己的工作，所以我們的問題也大概到了一個終點吧。	165
51	我發現爸爸又偷偷在喝酒或吸毒了，但是我不敢告訴媽媽，怕她失望和生氣，和爸大吵起來，使爸爸喝或吸得更嚴重，對媽暴力，但不說又會擔心爸爸，怎麼辦？	168
52	對，我家的氣氛就是充滿緊張、不穩定…等，所以我更不能不管而讓我家亂下去，我總是要維持一個穩定的環境讓小孩正常的成長吧。	171
53	酗酒或吸毒的是我先生，怎可以說我們是酒癮或毒癮家庭呢？好像說他的酗酒或吸毒是我們害的，聽了覺得好委屈！我和小孩是受害者吔！	175

54	戒酒或戒毒是我先生的事，為什麼要把我們也扯進去治療，好像又要我去為他忙。	175
55	雖然我先生酗酒或吸毒，但我們家庭還算相當正常，小孩很懂事，並不像有的酒癮或毒家庭有家暴的、有離婚的、吵吵鬧鬧的…，並不是什麼破裂家庭的。應該不算是什麼酒癮或毒癮家庭吧？	179
56	我們已經習慣我先生的酗酒或吸毒了，反正他都還能維持工作，也這樣過了半輩子，孩子也長大了，看起來沒受什麼大影響，所以過得去就好，有需要又把問題挖出來嗎？	
57	雖然說我先生的酒癮或毒癮造成了很多的問題，但我們也因此都變得很堅強，所以我認為應該要以樂觀的心態來看事情，不能沉淪在問題裡，不是嗎？	
58	俗話說家家有本難唸的經，所以我們家庭的爭執，孩子的問題真的有比別人家慘嗎？	183
59	我和我先生已經離婚了(他也喝死了)，過去他喝酒的日子再也不能影響我們了，為什麼又要拿出來談呢？	185
60	我認為以前的事也都過去了，何必一直拿出來談，傷口不斷的撕裂？	

61	我先生在酗酒或吸毒時孩子都還很小不懂事，他現在已經戒了，還有需要再拿出來談嗎？難到我們不能忘掉以前的事，重新開始我們的生活嗎？	185
62	酗酒或吸毒的是我先生，就算是疾病也是他自己喝或吸到不成樣，怎說我們家屬也人格扭曲呢？	198
63	我又不是專業人員，對兒子當然會有感情，但是卻好像因為這個不得已的感情，捨不得放下兒子，就要背負害兒子的罪名，說是因為我的關懷和幫助，成為他酗酒或吸毒的股東，更使他的酒癮或毒癮的問題從單純的疾病涉及到人格扭曲，實在太不公平了！	204
64	我的傷害那麼多，要怎樣走出來啊？	207



問題索引



疤痕

編	問題	頁
65	當我先生還在喝酒或吸毒時我還應付得不錯，但現在他開始治療了，我卻心思混亂，好像快要崩潰。	213
66	我先生酒癮症或毒癮症的治療已經有一陣子了，接下來我們要怎麼辦呢？即使我知道酒癮或毒癮是個病，但這二十年來的傷害我忘不了，不可能這麼容易就解決了吧？	
67	我先生已經在治療中，但家裡的問題沒有好轉，反而更多更嚴重，有時我還暗中希望他再去酗酒或吸毒到死或永遠被關起來，我這是什麼邪惡的心態啊，好可怕喔！	
68	我先生的酒癮或毒癮已經有 10 幾年了，但是他近 1 年來都還是蠻清醒的，都固定參加酒癮者或毒癮者的團體，也有工作，生活也過得相當快樂，他這樣是已經康復了嗎？他還會再發作嗎？我還是沒辦法與他復合，一看到他還是會怕。	218
69	我先生的酒癮或毒癮已經治療了一年，但我為什麼一直沒辦法釋懷他以前對我的傷害，我覺得好有罪惡感。	

問題索引



康復期: 拆下面具

編	問題	頁
70	都一直談到要清醒，我也開始了解清醒的重要性，但要怎樣做才能清醒？	224
71	Alanon 家屬聚會只是一群人坐著聊天，對我家裡那麼多的問題會有幫助嗎？	229
72	我這麼多年來都生活在混亂中，我怎麼知道自己清醒或不清醒？	231

