



# 蘆葦信息

## 基督教蘆葦營身心靈恢復中心(成癮康復)

壓傷的蘆葦、祂不折斷，將殘的燈火、祂不吹滅。……以賽亞書 42:3

彰化營地：彰化縣彰化市曉陽路 301 巷 12 弄 10 號

電話：04-7518538

花蓮營地：花蓮縣卓溪鄉卓清村卓樂 17 鄰 65-1 號

電話：038-887324

手機：0961301711、0921009172

電郵：reeds@reedsrecovery.org

網站：www.reedsrecovery.org

促使成癮者及家屬從藥物依賴症走向康復，獲得生命的清醒

2013 年 11 月

### 主任的話



營區主任黃紹基

近幾月來因為花蓮營地的成立，最近總是在彰化與花蓮兩地間心懸與奔波，幾年前我就曾向我主禱告，期盼祂能賜恩將我帶去極有成癮康復需求的無人開發之地，果真已蒙應許，但我總覺我們尚有不足，但卻時候已到，只有努力面對向前。

蘆葦營的康復方法首建於醫學、再以心理學的背景結構介入、最後引導患者自發進入社區疾病支持系統，三者環環相扣，但絕大多數的能量將由患者本身產生，簡單講、患者經此康復方法之後，將與以往不同於他自身會想去處理此疾病，這與以前患者都是在被家屬或公部門以安排、緊盯、關懷、隔離的控制模式完全相反，這樣的模式使患者習於被「處理」，只徒然不斷的耗竭家庭及社會的能量。

此做法在社會各界已引起注意及肯定，故而經常受邀至各醫院精神科、社福機構、司法觀護機構做成癮治療相關醫護、社工、心理人員教育之講習。雖然以此種方式進行的康復程序，時間極短，僅需兩至三週，但其效果仍可由數字來被評估。我期待隨花蓮營地之開辦，在風景秀麗之處，同工更能淬礪奮發、研究創新，服務被酒/毒癮攻擊之家庭。

另外，藉此首次發佈的「蘆葦信息」，我們將每季刊登一次，期能與各界分享我們成癮康復的工作進展，更希望能傳遞資訊與經驗，助益各界人士。

### 營地最新消息

1. 花蓮營地位於玉里南方之卓樂部落，花東地區民眾飽受酒癮攻擊之苦，因此失去健康及社會功能甚至死亡的人數，簡直匪夷所思！在今年過完春節，花蓮的台灣基督教長老會布農中會邀請我們講授三天的成癮課程，後續於今年六月，基督教長老教會田姓主內肢體奉獻他們家族的房子給蘆葦營使用，因此我們在花蓮開始了戒治的運作。花蓮營地建築物放眼視野遼闊，讓來此尋求酒癮或毒癮康復的人相當易於放鬆心情。目前此營地還有很多待完成的整修工作，建物改建規劃圖面已定稿並由廠商估價完畢，已進行施工。



花蓮營地施工

2. 六月中區精神網在彰基鹿東分院舉辦的訓練講座，邀請我們做酒癮症康復的演講，針對醫療機構的專業人員授課。
3. 九月份受邀至中區勵馨基金會，做酒癮症及如何幫助成癮家屬的演講，針對社工師授課。
4. 家屬工作走向更系統化，原家屬團體工作暫改為家屬衛教教室，課程細節請參閱網站。
4. 從 10 月份起，彰化營地暫只做為家屬衛教教室使用，成癮者個案都改至花蓮營地處理。
5. 本營已停用原先的 Yahoo 部落格，正式的網域名稱改為：[www.reedsrecovery.com](http://www.reedsrecovery.com)



## 教育與訓練



林為慧  
康復、家屬、訓練督導

原本預定 2013 年 3 月出版的書,《酒癮症與毒癮症--真的沒救嗎?》定名為《沒救嗎~給幫助者的酒癮、毒癮康復指南》,非常感謝國華、麗珍和惠娟,樂意為本書付出時間和精神做極費心和很細節

的潤稿工作。此書針對家屬和專業同仁,目的為提升對酒癮和毒癮的病識,破除道聽塗說的觀念,了解康復過程,希望幫助成癮者在早期病發時就能獲得正確的介入,避免無法挽回的悲劇。

緊接著就要準備 Certified Peer Specialist (CPS)的訓練課程。CPS 是已經保持康復、清醒的病友,經由密集成癮康復認知及個人成長訓練後,去幫助其他成癮者,而不是只憑著愛心或個人經驗去服務,因為沒有知識為基礎往往所帶來的是傷害。

以上書籍的出版及 CPS 報名預定年底,請各位注意我們的網站公告。

## 家屬工作

今天的話題是「廢功」,家屬自然會想到廢掉成癮者酗酒或吸毒的功夫。但我是指家屬要廢功。來電諮詢時,家屬已經有答案,成癮者為什麼酗酒或吸毒、如何「讓他來」、「讓他不再酗酒或吸毒」。但我要告訴家屬一句話:「不由得你,只由得他自願、主動。」很多家屬的立即反應是「不可能的」、「他沒辦法」。家屬已習慣視成癮者為無能,替他處理大小事情,結果產生了無能的成癮者,如此的角色扮演正是成癮者能安心酗酒或吸毒的良伴。然而當家屬願意並勇敢的放下自己的力量,成癮者只好面對自己的疾病,為自己的康復負責,這是他預備走向康復的關鍵。事實上、當成癮者親自來電詢問、報名和報到,他的康復已成功一半。

## ☆ ☆ 康復亮點 ☆ ☆

經過一年的清醒,康先生(化名)又再度喝酒,反反覆覆在控制不喝與失控酗酒之間,當然最後還是回到天天酗酒的景況。康先生最近來電說:「我想回中心進行戒斷。」我們把它當作是相當

正向的一句話,但是、奇怪!他已經再度嚴重酗酒,難道這不算是治療又失敗嗎,為什麼我們還那麼高興?這句話雖簡短又簡單,但其實卻含有很深的意義。

第一、康先生的家屬有足夠的清醒,能夠放手讓他為自己的康復負責,因此沒有扼殺掉他接受治療的動力。第二、康先生已經有了足夠的病識感,知道該如何求助。第三、康先生終於面對他的疾病,就是他無法控制喝酒的事實,不再像以往用很多方法來證明自己沒事,否認自己的失控。

是的,康先生已經預備好了要走向康復與清醒。

## 衛教園地

我先生喝酒總是要喝到茫,喝到把身體搞壞,勸也不聽,難到這不是他自甘墮落嗎?

回答:剛開始喝酒時你先生如同一般人,少許的酒可讓他放鬆,在社交上易有歸屬感及產生親密感,在精神上很快的感到愉悅。少量的酒有刺激效果,可以讓害羞壓抑者變得開放、興奮。接著、酒就產生鎮定效果,使他精神上鬆弛,負面情緒及痛苦會被麻醉掉。但隨著喝酒量的增加,他的思考及行為將出現退化的現象,但退酒後應該很快的就恢復正常,但此時你先生就不同於一般人了,因為容忍度及後遺症這兩項酒癮症的特徵,導致他需要繼續靠酒精的作用來啟動他的思考,製造假像的安全感。這是一個生理機制,與他的智商及品德的優劣無關。最後他的酒精依賴疾病發展到一個程度,那時他沒酒就無法精細思考,但用酒更無法精細思考,於是完全被酒精雙重綁架住了。若沒有病識感的情況下,你當然就會認為你先生自甘墮落,因而耗很多資源去做道德勸說,最後兩敗俱傷。酒癮症是由生理滲入心理的疾病,你要做的不是勸導,而是學習如何正確介入,促使你先生接受治療,走向康復,維持疾病的緩解。

摘於《我家被酒癮、毒癮攻擊~給家屬的工具書》

## 關懷與代禱

1. 花蓮營地整修工程款募捐工作。
2. 《沒救嗎~給幫助者的酒癮、毒癮康復指南》一書潤稿、排版、印刷等工作。
3. 病友專業訓練(CPS)的訓練課程編寫及籌備招生進行。
4. 財團法人成癮醫療園區的發起人的邀請進行。