

筆下心澄：小欣的決定

今天收到病房的轉介：為 18 歲的小欣（化名）進行物質濫用評估和動機式訪談法（動談法）（Motivational Interviewing）。

動談法是一種具實證的臨床輔導的風格，由臨床心理學家威廉·米拿和史蒂芬·羅爾尼克在 1991 年創立。治療師與病人互動時持守接納、伙伴同行、關懷及精準的同理心等精神，建立信任的伙伴關係。動談法引導病人探索個人改變的誘因，聚焦病人的改變語句（Change Talk），加強改變的動機和承諾，提升達成目標的動力。

小欣無業，與父母同住。以往沒有精神病記錄的她，入院是因為和媽媽爭執時自殘及情緒波動。事源媽媽在半年前發現小欣認識現任男友後開始吸食依托咪酯（Etomidate）毒品，媽媽大為震驚，下令小欣立即停吸，小欣答應了媽媽，但在入院當日，媽媽在家又再發現依托咪酯毒品的煙油，盛怒下推倒了小欣睡房的物品，並大聲斥責她，要求她立即與男友分手。

小欣情緒變得十分激動，衝進廚房取起一把剪刀劃向自己手臂，造成數條長長的血痕。媽媽見狀報警求助，小欣被送往急症室，輾轉入住精神科病房。尿液毒理測試檢測到依托咪酯。小欣情緒平靜，左手手臂貼上數塊紗布。她沒有濫用其他毒品的經驗，主要濫用的毒品是依托咪酯。

我問小欣：「可以告訴我如何開始吸食依托咪酯毒品嗎？」

小欣：「約半年前認識現任男友，見他吸食電子煙，我在好奇心驅使下也開始吸食，吸食時感到放鬆，類似喝酒微醉的感覺，很有趣，不自覺由每次吸食一、兩口，變為每次吸食半個煙蛋，當時以為那些是電子煙，直至媽媽要我停吸，才知道自己在吸毒！有試過停吸，但見到男友吸食，我很自然跟著吸食。」

我問：「謝謝你這麼坦誠的分享，你想知道有關依托咪酯毒品的資料嗎？」小欣點了點頭。提供資訊時必須獲得病人的准許，硬塞道理只會令病人感到不被尊重而抗拒接收。

聽畢有關依托咪酯毒品的資料，小欣說：「我其實一向跟媽媽很要好，好像朋友般相處，今次我很失控……，但媽媽那天推倒我的東西，又逼我以後不可見男友，她也很失控。」

我說：「你很珍惜與媽媽朋友般的相處，那你覺得媽媽失控的原因是甚麼？」

小欣：「我吸毒。」

我說：「那為甚麼你吸毒會令她失控？」

小欣：「她著緊我……，我曾應承她停吸，但做不到……。我不想這樣。」

我轉述（Paraphrasing）說：「容我做總結：吸毒令你情緒失控和自殘，破壞和媽媽的關係。你不想令她失望，因此決定戒毒。雖感到不容易，但亦會努力嘗試，對嗎？」小欣點了點頭，確定戒毒的目標。

接下來的會面，我繼續和她探討戒毒時曾用過的方法及出現的障礙和矛盾，亦確認重覆吸毒的高危因素，列出應對的策略預防重覆吸毒，我亦鼓勵小欣的男友處理自己吸毒的情況。

小欣出院了，已安排到物質濫用診療所覆診，期待與她同行，持守健康的人生。

撰文：青山醫院精神健康學院顧問護師劉蕙敏

(轉載自香港 01 | 筆下心澄 | 2025-12-16)

香港 01 網站連結：<https://www.hk01.com/sns/article/60303924>