

113 學年度

親師座談會手冊



目 錄

一、 113 學年度第2 學期簡明行事曆-----	2
二、 113 學年度第2 學期導師、輔導教官、輔導老師一覽表--	3
三、 113 學年度親師座談會實施計畫及時程表-----	4
四、 校長的話-----	5
五、 家長會長的話-----	7
六、各處室重點工作報告	
(1) 教務處-----	8
(2) 學務處-----	11
(3) 總務處-----	12
(4) 輔導室-----	13
(5) 圖書館-----	15
(6) 教官室-----	18
七、各處室電話分機一覽表-----	21
八、113 學年度校園平面圖-----	22
九、附件-----	23

臺北市立景美女子高級中學 113 學年度第 2 學期簡明行事曆 (0220 更新)

月份	星期 週次	日	一	二	三	四	五	六	重 要 行 事
一月	準備週	19	20	21	22	23	24	25	19-20 大學學科能力測驗 20 結業式、期末校務會議 20-23 語文資優班服務學習 21 寒假開始 21-24 學務處服務學習 24 公告學期補考名單
	準備週	26	27	28	29	30	31	1	27 調整放假 28 除夕 1/29-2/2 農曆春節
二月	準備週	2	3	4	5	6	7	8	4 學期補考第一天 5 學期補考第二天 8 補上班(1/27)
	1	9	10	11	12	13	14	15	10 值勤會報、住宿生進住(14:30-17:00) 11 開學日、開學典禮、大掃除、幹部訓練、下午高 一、二寒假作業測驗、高三正式上課 12 擴大會報
	2	16	17	18	19	20	21	22	16-23 越南教育旅行 17-20 期初教學研究會 18 體育委員會 21 學務會議、高一法治教育宣導 22 親師座談會
三月	3	23	24	25	26	27	28	1	新住民多元文化週 24 防災演練(預演) 25 學測成績公佈、校內繁星推薦報名說明會 26 寄發 學測成績通知單、甄選入學暨繁星推薦學生及家長講座 27-3/3 校內繁星推薦報名 27 寄發術科 考試成績通知單、27-3/10 校內大學/四技申請報名 28 和平紀念日
	4	2	3	4	5	6	7	8	交通安全宣導月(3月)品德教育宣導週 3 校內繁星第一階段結束、防災演練(正式) 3-7 特教學 生個別化教育計畫會議、高一興趣量表施測 4 宿舍期初會議 4-5 校內繁星推薦第二階段報名 5 高一心臟病聽診檢查、第 1 次膳食委員會 5-14 姊妹班際排球賽 6 期初交通安全教育委員會、 第 1 次校慶籌備會、宿舍防災演練 7 輔導及家庭教育工作委員會、社團
	5	9	10	11	12	13	14	15	10 校內大學/四技申請報名截止 11-13 第二外語配音比賽 13 衛生教育與健康促進委員會 14 期初 特教推行委員會、優良學生選舉、社團
	6	16	17	18	19	20	21	22	18 繁星推薦(一至七類學群)放榜 19 擴大會報 21 高一、二英文單字檢測 21-24 身心障礙生升 大學甄試
	7	23	24	25	26	27	28	29	24 身心障礙生升大學甄試 25-26 第一次期中考 27 申請入學第一階段篩選結果公告、宿舍幹部 會議 28 認輔會議、社團
四月	8	30	31	1	2	3	4	5	性別平等宣導月(4月)2 主管會報 3 補假 4 兒童節、清明節
	9	6	7	8	9	10	11	12	7 校內英語演講暨英文作文比賽(高二) 9-11 高二教育旅行 11 校內英語演講暨英文作文比賽(高 一) 12 性向興趣測驗解釋暨班群選擇家長說明會
	10	13	14	15	16	17	18	19	14-23 校慶運動會會外賽 16 擴大會報 17 性別平等教育委員會 18 教育儲蓄戶審查會議、社團 20 臺北市樂儀旗觀摩表演
	11	20	21	22	23	24	25	26	21-26 日本教育旅行 25 社團、高三國防期末考
五月	12	27	28	29	30	1	2	3	孝親家庭月(5月) 28 高三期末考 29 高三期末考補考 29-5/2 模擬面試 2 第二外語成發、班聯會 正、副主席選舉
	13	4	5	6	7	8	9	10	能源教育週 環境教育週 5 第 2 次校慶籌備會 5-9 高二大學學系探索量表施測 7 高三分科測驗模擬考 8 環境教育委員會 9 公告高三學期補考名單、高三學務會議、高一、高二 國寫模擬測驗
	14	11	12	13	14	15	16	17	國際教育週 12-13 高一、高二第二次期中考 14 主管會報、高三學期補考、市長獎評選會議 15 畢業典禮籌備會 16 校慶日、國中教育會考準備下午停課 17-18 國中教育會考
	15	18	19	20	21	22	23	24	19 數理能力競試初賽 19-24 校慶書展 21-27 校內分科測驗報名 23-27 高三重補修報名 24 校慶 慶祝大會暨園遊會
	16	25	26	27	28	29	30	31	水上安全宣導週 26 校慶補假 27 校內分科測驗報名截止 28 擴大會報、語資班成果發表會(英文 組) 29-6/4 身心障礙生升學甄試網路選填志願 30 端午節補假 31 端午節
六月	17	1	2	3	4	5	6	7	(能源教育週)3 畢業典禮 4 高三重補修開始 5 第 2 次膳食委員會 5-6 大學申請入學正備取 生登記就讀志願序 6 高一校本課程學習成果發表
	18	8	9	10	11	12	13	14	9 高一、二音樂、體育期末考 9-12 期末教學研究會 12 大學申請入學及身心障礙生升大學甄試 公告統一分發結果 13 高一、二學務會議、社團
	19	15	16	17	18	19	20	21	16 臺北市優免登記、高一第二外語期末考 17 臺北市優免撕榜、報到 18 擴大會報 19 期末交通 安全教育委員會 20 期末特教推行委員會
	20	22	23	24	25	26	27	28	26-27 高一、二期末考
七月	21	29	30	1	2	3	4	5	30 休業式、大掃除、校務會議 1 暑假開始 3 公告高一、二期學期補考名單 4-7 高一、二上學期重補 修報名
	暑 1	6	7	8	9	10	11	12	7-8 高一、二期學期補考 8 免試入學放榜 9 高一、二上學期重補修開始 10 高一新生報到、語文資 優班、數學實驗班、自然科學實驗班、財經商管雙語實驗班及 IFY 報名 11-12 大學分科測驗考 試
	暑 2	13	14	15	16	17	18	19	14 高三暑輔開始 14-15 高一、二下學期重補修報名
	暑 3	20	21	22	23	24	25	26	
八月	暑 4	27	28	29	30	31	1	2	29 寄發分科測驗成績通知單 30 分科選填志願說明會 31-4 選填志願個別輔導 8/1-4 登記大學分發入學志願
	暑 5	3	4	5	6	7	8	9	
	暑 6	10	11	12	13	14	15	16	13 大學分發入學放榜 15 高三暑輔結束

113學年度導師、輔導教官、輔導老師、課諮師一覽表

114.02.11

班級	導師	學創老師	輔導老師	課諮師	班級	導師	學創老師	輔導老師	課諮師	班級	導師	輔導教官	輔導老師	課諮師
一忠	莊鎧僑	施昭仔	吳思端	孫晉忻	二忠	黃美琦	林裕民	吳思端	張思瑩	三忠	郭志陽	張言傑	吳思端	陳鈞嗣
一孝	洪以樂	施昭仔	鍾芳蘭	孫晉忻	二孝	楊雲如	林裕民	鍾芳蘭	張思瑩	三孝	曾煥綸	李明蒨	鍾芳蘭	陳鈞嗣
一仁	劉怡均	施昭仔	鍾芳蘭	孫晉忻	二仁	張思瑩	林裕民	鍾芳蘭	游慈卉	三仁	陳仕忠	張言傑	鍾芳蘭	鄭佳瑜
一愛	譚懿文	施昭仔	鍾芳蘭	林鴻文	二愛	陳錦玫	林裕民	鍾芳蘭	張思瑩	三愛	李迪雯	李明蒨	鍾芳蘭	陳鈞嗣
一信	方煜太	施昭仔	張慈容	林鴻文	二信	施依伶	林裕民	高巧倫	游慈卉	三信	武思庭	張言傑	陳彥君	蔡佩倚
一義	莊嘉銘	施昭仔	張慈容	林鴻文	二義	吳昌霖	林裕民	高巧倫	游慈卉	三義	涂延誠	李明蒨	陳彥君	王美燕
一和	江家慧	楊竣崧	張慈容	李欣瑜	二和	呂香瑩	林裕民	高巧倫	游慧真	三和	楊雅惠	張言傑	陳彥君	蔡佩倚
一平	彭凡瑄	楊竣崧	張慈容	李欣瑜	二平	張淑惠	林裕民	高巧倫	游慧真	三平	王美燕	李明蒨	陳彥君	鄭佳瑜
一溫	柯碧惠	楊竣崧	張慈容	李欣瑜	二溫	施惠文	林裕民	高巧倫	游慧真	三溫	王瓊玉	張言傑	陳彥君	鄭佳瑜
一良	徐家偉	楊竣崧	張慈容	吳淑敏	二良	林雅慧	李奕廷	高巧倫	楊雅惠	三良	徐曉憶	李明蒨	陳彥君	蔡佩倚
一恭	張玟玲	楊竣崧	張慈容	吳淑敏	二恭	張添瑀	李奕廷	高巧倫	楊雅惠	三恭	江正文	張言傑	陳彥君	黃苑婷
一儉	江信良	楊竣崧	張慈容	劉怡均	二儉	涂釋仁	李奕廷	高巧倫	楊雅惠	三儉	許月偉	李明蒨	陳彥君	李佩蓉
一讓	李佩蓉	徐嫚禧	張慈容	劉怡均	二讓	趙麗莎	李奕廷	高巧倫	李筱娟	三讓	李秀卿	張言傑	陳彥君	黃苑婷
一禮	李雯雅	徐嫚禧	張慈容	吳淑敏	二禮	吳莉安	李奕廷	高巧倫	張淑惠	三禮	林淑娟	李明蒨	陳彥君	李佩蓉
一智	劉慧平	徐嫚禧	張慈容	劉怡均	二智	張璦今	李奕廷	高巧倫	李筱娟	三智	周慧華	張言傑	陳彥君	王美燕
一誠	周峻民	徐嫚禧	張慈容	江家慧	二誠	馮亭潔	李奕廷	高巧倫	李筱娟	三誠	楊金禎	李明蒨	陳彥君	王美燕
一勇	謝妙青	徐嫚禧	張慈容	江家慧	二勇	張國裕	李奕廷	高巧倫	張淑惠	三勇	黃淑偵	張言傑	陳彥君	黃苑婷
一善	陳柏廷	徐嫚禧	張慈容	江家慧	二善	許珮甄	李奕廷	高巧倫	張淑惠	三善	游為淳	李明蒨	陳彥君	李佩蓉

臺北市立景美女子高級中學 113 學年度第 2 學期親師座談會實施計畫

一、依據：依學校行事曆辦理。

二、目的：

1. 建立學校與學生家長之間的意見溝通管道，期盼在校務觀念上建立共識。
2. 深入了解學生家庭背景資料，使導師更了解學生，進而輔導關懷之。
3. 強化家長之參與，以形成共同督導、關懷與支持子弟生活、學習及升學之團隊力量。

三、活動內容：

1. 校務報告。
2. 升學輔導。
3. 親師座談。

四、活動日期：民國 114 年 2 月 22 日（星期六）

五、活動地點：各班教室

六、活動對象：本校全體學生之家長

七、活動流程：

時間	活動內容	主持人	參加人員	地點
09：00～09：30	校務意見交流	周校長寤竹	校長 教師會長 家長會長 各處室主任	活動中心
09：30～09：40	教師會長報告	教師會長		
	家長會會務報告	家長會會長		
09：40～10：00	各處室報告	各處室主任		
10：10～10：30	導師時間	各班導師	各班導師 家長	各班教室
10：30～11：00	家長代表時間			
11：00～12：30	班級親師座談			

※08：00-09：00 教室場地佈置、前置作業

※10：10-12：30 校長與各處室主任將至各班巡迴說明。


八、工作項目：

1. 相關處室協助座談會之籌畫及進行。
2. 各處室提供座談會資料，由學生事務處彙整編印成冊。
3. 請導師整理座談會內容，並作成親師座談會紀錄，於會後一週內送學務處彙整。
4. 由學生事務處彙整各班座談意見，以作為校務改進之參考依據。

九、活動經費：

本項活動由學校相關經費項下支應。

十、本計畫陳校長核准後實施，修正時亦同。



校長的話

校長 周寤竹

各位家長大家好：

首先要感謝各位家長到學校來關心孩子在學校的學習與生活，也因為有大家的支持與協助，讓學校的校務能順利的推展。經由一學期的學習，相信學生都已適應學校的學習生活，我相信每個父母都發自內心的、深切的希望孩子有學習與成長。但不可否認的是，我們正面臨許多的改變：108 課綱的推動、社會的價值信念的改變、未來世界的改變等，都需要我們一起凝聚共識，攜手向前。

在 113 學年度第一學期結業式中，我也跟學生說：「AI 人工智慧方興未艾，影響了我們的生活，我也利用 Chatgpt 來搜尋一下-「有關現在年輕人最重要的幾件事！」螢幕上跳出：

1. 學業壓力與未來規劃
2. 人際關係
3. 家庭期望與支持
4. 社會媒體與自我形象
5. 心理健康
6. 自我發現與價值觀形成

果然在強大大數據資料庫的彙整下，整理出的幾件事，真的非常符合目前學生所需注意的幾件重點，不得不讚嘆人工智慧的厲害。在多變的外在環境下，學生承受的壓力與挑戰是與日俱增，她們所面對的挑戰，比我們更大，所面臨的不確定性也比我們更多。

學業壓力與未來人生的規劃，一直是高中學習生活的重點；而人際關係的處理，也因學生的個性與想法，有許多不同的問題，一直也是學生覺得困擾的地方；但成長的過程中總是有許多的嘗試與學習，失敗與成長，總在許多的困難與挑戰後，迎來成長的喜悅與經驗！

但各位親愛的家長們，在孩子成長的過程中，來自家庭的支持與爸媽的肯定是非常重要的依靠，在許多的困難中，回頭望向爸媽溫暖的笑容、理解的眼神、包容的臂彎，一定可以幫助我們的孩子突破困難與挑戰，更有勇氣面對人生的險阻！

今年在校園中工作已滿 40 年的我，看盡校園種種，但回首細細盤整，所有的衝突、困難、險阻都會過去，但孩子青春的笑容與燦爛的生命，是最最值得珍惜與可貴的！

各位親愛的家長們，人生學習的路很廣，而每個人的速度也不盡相同，每個人的生命面貌亦不相同，但每一個孩子都是獨特而唯一的，讓我們一起用愛關懷每一個孩子，縱使是在生命的幽谷中，也必將迎來生命的陽光！

學校更要感謝家長會，全力支持學校校務發展參與學生的各項活動，學校日活動，高三包高中祈福活動、學測考場服務等，都是盡心盡力，全力以赴；更傾注心力於全校教室冷氣的定期保養與維護，廁所的外包打掃，給孩子更好的學習環境，而對學校給予全力的協助，全校師生感恩於心。

高達 12 億的新建工程，雖已近尾聲，因學校新建工程仍在進行中，難免會影響孩子的學習，仍要請家長見諒，我們會持續努力，盡早完成工程，給予孩子更好的學習環境。

學校的事務非常多，從不同角度看訂有許多不同的想法，藉由溝通與對話，並信任與體諒，必能完成共同的目標。高中是人生非常重要的關鍵學習點，希望經由景美的黃金三年，每一位孩子都能成長與成材，期盼我們攜手合作成為教育的合夥人，共同陪孩子們成長！
敬祝各位家長 身體健康 闔家平安

中華民國 114 年 02 月 19 日

家長會長的話

親愛的景女家長您好：

本人謹代表學生家長會全體委員，感謝所有的家長們對學校的愛護！學校對於家長們的支持與協助，也跟大家致上最高的謝意，能將所有資源都挹注在每一位孩子身上，並讓其發揮最大的功能與價值，景美的黃衫女孩們的學習更加提升。

『因為有您參與，景女定能更好』

孩子的優秀表現，讓我們有機會結緣在景女。景美女中是一所具有優良傳承的女校，學校師長們教學認真，提供孩子們多元豐富且充實的學習，家長會亦盡力支持各項優質校務推動，在大家齊心努力下，讓孩子們的学习品質更加提升。首先要感謝熱情的家長贊助以及志工家長的參與，家長會在第一學期順利完成許多重要的任務，例如：補助各項社團活動、贊助師生校外競賽活動、提供高三模擬考成績優秀獎學金、椰林黃衫加油站…等；其次，更要感謝許多熱心家長志工們參與了新生健康檢查、全校流感疫苗注射、多益考試報名、學測祈福暨誓師大會及學測考場考生服務…等各項大小活動，您的每一分資源挹注及善心美意都澤惠了景女的每一位孩子。

這學期，學生家長會仍需持續推動許多會務活動，包括學校熱食部稽核訪查、親師座談會、高二教育旅行、校慶活動、畢業典禮、謝師感恩活動、指考試場考生服務…等，我們誠摯邀請家長們繼續以實際的行動支持與守護孩子，相信全體家長的支持，將會是孩子們最強大的後盾，而每一位家長的付出，都是成就景女優質學習環境的最大助力。

景美女中學生家長會扮演學校與學生家長的溝通橋樑，站在協助校務的立場，盡力協助學校與同學生活上的大小事，在一場場的活動中協助學校完成、造福黃衫女孩。

學生家長會會務繁多，絕非會長一人能夠完成！我謹代表家長會全體委員感謝所有家長們在每一場活動的熱情參與，透過大家「出錢」、「出力」、「出時間」，以無私奉獻的精神，無怨無悔地付出，一起來關愛、成就我們的孩子。

一百元不嫌少，一萬元不嫌多，聚沙成塔，誠摯地邀請您共同參與捐款，若您願意加入家長會志工行列，也歡迎您掃下方 QR CODE，報名擔任家長志工。期待在你我共同的參與下，讓景女孩子們的学习環境更加提升，更讓我們彼此留下生命中美好的回憶！
家長會志工期盼您的加入，並感謝您的愛心捐款！

◎家長會辦公室電話：02-2939-9896

◆ 志工報名：<https://forms.gle/8nZAUE8MBZ1WA2Ar9>

或掃QR Code填寫學生家長資源調查表，後續家長會將有專人與您聯繫。 志工報名QR CODE
☆學生家長會的捐款方式如下(可指定用途、專款專用)，您可選擇：



◆ 現金捐款：親送或將款項委託予孩子，送至家長會辦公室。(自由捐款不予勉強)

◆ 匯款轉帳捐款：郵局代號：700/帳號：00027340424646/局名：文山木新郵局/

戶名：臺北市立景美女子高級中學學生家長會林愛婷

★郵局或銀行匯款(請註記收據抬頭、孩子班級與姓名)

★ATM 轉帳(轉帳後請來電告知帳號後五碼、收據抬頭及孩子班級與姓名)

學生家長會將開立可節稅的收據給您，並請註明抬頭，謝謝您！

敬祝 闔家安康、平安喜樂、福慧充滿

景美女中家長會會長 林愛婷

2025.02.22

教務處工作報告

一、下學期行事曆請參見附件，其重要行事如下，請各位家長注意學生學習情形：

高一、二 定期考	第一次 114 年 3 月 25-26 日(二、三) 第二次 114 年 5 月 12-13 日(一、二) 期末考 114 年 6 月 26-27 日(四、五)
高三定期考	第一次 114 年 3 月 25-26 日(二、三) 期末考 114 年 4 月 28 日(一)
高三分科測驗模擬考	114 年 5 月 7 日(三)
高一班群選擇家長說明會	114 年 4 月 12 日(六)
畢業典禮	114 年 6 月 3 日(二)
大學分科測驗	114 年 7 月 11-12 日(五-六)
大學分科選填志願說明會	114 年 7 月 30 日(三)

二、本年度高三繁星推薦、大學/四技申請、以及大學分發入學相關日期，包括：報名、考試、報到、登記志願及放棄錄取等，請各位家長注意。

114.02.25(二)	[繁星推薦]校內報名師生說明會
114.02.26(三)	學測成績公布(寄發學測成績通知單) 發放在校學業成績百分比成績單(大學甄選委員會正式版本)
114.02.27(四)	術科成績公布(寄發術科考試成績通知單)
114.02.27(四)16 時至 114.03.03(一)20 時	[繁星推薦]校內報名系統填選
114.02.27(四)16 時至 114.03.10(一)20 時	[大學申請]、[四技申請]校內報名系統填選
114.03.04(二)至 114.06.15(日)	至大學甄選委員會網站設定個人專屬之密碼 (每日上午 9 時至下午 9 時止)註：篩選/錄取結果公告前完成設定，可即時收到簡訊通知
114.03.07(五)	[繁星推薦]通過校內推薦同學，領取正式報名表、繳交報名費用
114.03.10(一)	[繁星推薦]正式報名表家長簽名交回
114.03.11(二)	[繁星推薦]本校向大學甄選委員會辦理報名
114.03.12(三)至 114.03.13(四)	[大學申請]、[四技申請]校內報名資料簽名確認及繳費(住宿生家長簽名彈性處理)
114.03.18(二)	[繁星推薦]大學甄選委員會公告第 1~7 學群繁星推薦錄取名單及第 8 學群第一階段篩選結果 註：錄取生當天退回申請入學報名費

114. 03. 18(二)至 114. 03. 20(四)	[繁星推薦]錄取生網路聲明放棄入學資格(每日上午 9 時至下午 9 時止) 註：放棄錄取者僅能報考分科測驗參加考試分發
114. 03. 19(三)	[四技申請]本校向四技招生委員會辦理報名
114. 03. 20(四)	[大學申請]本校向大學甄選委員會辦理報名
114. 03. 27(四)	[大學申請]、[四技申請]公告第一階段篩選結果
114. 04. 11(五)至 114. 04. 16(三)21 時止	[大學申請]、[四技申請]第二階段審查資料上傳(勾選學習歷程檔案)【測試】系統開放(練習版)(系統內為高一至高二共四學期學習歷程資料)
114. 05. 01(四)至 114. 05. 07(三) 注意：上傳及繳費截止日，依簡章各校系規定	[大學申請]、[四技申請]第二階段審查資料上傳及繳費(勾選學習歷程檔案)【正式】系統開放(系統內為高一至高三共六學期學習歷程資料，唯修課紀錄僅有五學期)
114. 05. 12(一)至 114. 05. 13(二)	[大學申請]、[四技申請]至大學甄選委員會、四技申請入學委員會網站，查看第六學期修課紀錄
114. 05. 15(四)至 114. 05. 27(二)	[四技申請]第二階段指定項目甄試(各校自訂)， 114. 05. 28(五)前公告正備取名單
114. 05. 15(四)至 114. 06. 01(日)	[大學申請]第二階段指定項目甄試(各校自訂)， 114. 06. 02(一)前公告正備取名單
114. 05. 21(三)至 114. 05. 27(二)	[分科測驗]校內報名及繳費
114. 06. 05(四)至 114. 06. 06(五)	[大學申請]正備取生至甄選委員會網站登記志願序(每日上午 9 時至下午 9 時止)
114. 06. 12(四)	[大學申請]公告統一分發結果 註：錄取且未放棄者如有報考分科測驗，須於 114. 06. 16(一)12 時前返校領取退費
114. 06. 12(四)至 114. 06. 15(日)	[大學申請]錄取生網路聲明放棄入學資格 (每日上午 9 時至下午 9 時止)
114. 06. 13(五)12 時止	[四技申請]正取生報到、第一階段備取生報到
114. 06. 13(五)13 時至 114. 06. 15(日)17 時	[四技申請]第二階段備取生報到
114. 06. 17(二)	[分科測驗]本校向大學考試分發委員會辦理報名
114. 07. 11(五)至 114. 07. 12(六)	[分科測驗]考試
114. 07. 29(二)	[分科測驗]寄發成績通知單(寄至考生通訊地址)
114. 07. 29(二)至 114. 08. 04(一)12 時止	[大學分發]繳交分發入學登記費
114. 08. 01(五)至	[大學分發]至大學考試分發委員會網站登記分發

114.08.04(一)16:30 止	志願
114.08.13(三)	[大學分發]公告大學分發入學錄取名單

※其他詳細升學重要時間，請查閱各招生簡章。

- 三、107 學年度起景美女中與臺大日文系、政大韓語系、淡大法語系、淡大德語系與輔大西語系合作開設五門 AP 課程，供學生於周末假日免費修習。完成修習者，除了具備參與初級語言檢定之實力外，更有參與語言檢定費用補助、修課證明(學習歷程檔案)、未來大學相關遴選認證等優勢。本學期持續辦理中。第二外語學習為本校特色，下學期並舉辦高一、二第二外語配音比賽、高一第二外語成果發表會等，鼓勵學生在課程學習中培養具優勢的能力素養。投入語言學習，除了最後的能力檢定以外，其實學習過程中包含對他文化的理解能力以及大腦認知能力的成長，均有助益。
- 四、本學期校內持續辦理高一二英文單字檢測、高一二英語演講與作文比賽與高一二國寫模擬測驗，持續培養學生對語文學科之能力，為未來做好準備。
- 五、本學期本校持續執行教育部「數位前導學校計畫」、「高中優質化補助計畫」，持續開發「108 新課綱」所需課程教材，同時也不斷擴充、更新教學實驗場域設備，以利教師教學及學生學習。
- 六、本校將於 114 年 4 月 8 日至 4 月 15 日接待來自法國姐妹校 Ensemble Scolaire Edmond Michelet 高中 13 名學生以及 2 名老師，已於 113 年 12 月完成接待學生甄選，感謝參與接待學生以及家長的支持，相關學習任務已於寒假期間展開，學期中將透過微課程帶領學生進行相關準備與探究，深度的跨文化交流與學習，相信能帶給學生不同的世界觀與強化自我認同。
- 七、下學期高一學生將進行班群選擇，輔導室、課諮師以及導師等，皆是可協助學生進行班群選擇諮詢對象，建議家長以及學生即早積極了解班群課程規劃以及未來升學、個人興趣、志趣需求等對應。現行課綱上、下學期會有對開課等課程安排，為避免學生因上、下學期班群轉換造成對開課需透過暑期期間補修情形，建議學生在班群選擇上可多方面評估與思考。
- 八、學習從來就是一件辛苦的事，辛苦不代表痛苦，唯有付出才會有收穫，邀請家長們一起陪伴孩子，給予孩子們各面向支持與照顧，鼓勵孩子們念書之餘多運動，並且透過各種途徑，大學營隊或是閱讀等，增長見聞外也多認識自己，期許每位學生皆能享受學習並快樂地迎來甜美果實。

學務處工作報告

學務主任 謝再益

一、學生請假規定：

1. 依學生請假及銷假規則，學生請假時需由家長先以電話向教官室或導師請假，再由學生填寫紙本假卡/由家長於酷課 APP 送出請假單，依規定完成請假手續，以免被記曠課之處分。
2. 學生出缺勤狀況將影響其德行評量，校方亦會針對缺曠課過多之同學，寄發通知提醒家長注意。

二、學生作息時間：

1. 上午 08：10 時前需到校入班，08：10 時第一堂課開始；中午休息時間為 12：00—12：55 時；下午上課時間由 13：00 開始，16：00 放學。
2. 請家長配合留意貴子弟到校及離校時間。家長若有問題請電詢分機 318 生輔組。
3. 請家長多注意及關心孩子電腦上網與手機使用，特別是網路交友及網路購物的安全性，避免不必要的傷害，也請家長注意孩子補習作息及交友狀況，幫助孩子作好時間管理、感情管理及心理管理，在孩子成長過程中作一位傾聽者、分享者及支持者。

三、學生社團部份：

1. 學生宜適度參與社團，並做好時間管理，社團活動以校內活動為原則，學校對於課後或假日活動的申請，要求檢附活動申請表與家長同意書，核准後公告上網提供家長知悉，所有課後社團活動以自由意願參加為原則，經過申請之課後活動(含假日)，皆會上網公告予家長知悉。
2. 依據本校社團管理規則，高一學生每人都必需參與社團且只能參加一個社團。
3. 學校代表隊（含樂儀旗隊、合唱團、國樂團、體育代表隊）成員皆經篩選後培訓，代表學校參加比賽，為校爭光，是至高榮譽，因培訓不易，除因特殊原因外原則上不同意同學輕易退隊。

四、學生午餐部份：

學校為了讓學生有安全衛生的用餐，由熱食部廠商提供早餐、午餐供學生選，另為提供學生多元選擇，中午時間開放學生訂購外食（午餐）。

總務處工作報告

總務主任 黃郁博

- 一、本校綜合大樓暨附設地下停車場新建工程（一、二期）已進入最後階段，施工進度達 99%，預計本學期內完工並取得使用執照。雖工程即將完成，學校仍會要求施工廠商嚴格把關施工品質，落實安全管理，以確保師生權益與校園安全，也請各位家長與學生放心與配合。我們期待新校舍正式啟用後，為師生提供更優質的教學與學習環境，讓全校師生共同受惠。
- 二、114 年暑假修建工程預計為「學生宿舍電能熱水器老舊汰換節能減碳熱泵工程」及「勵學樓壁癌修繕工程」，將能提升校園設施安全與使用效能。校園施工期間可能造成不便，敬請家長與師生見諒，感謝您的理解與支持。
- 三、本校依據《臺北市立景美女子高級中學收取學生代收代辦費審核會議作業原則》辦理相關費用收取事宜。所有代收代辦費皆須經過包含家長代表在內的審查會議審核通過，並完成公開公告程序。本校將於學校網站公告相關資訊，供家長查詢，以確保透明度與家長知悉權益。
- 四、為了培養學生的獨立思考與問題解決能力，我們鼓勵學生在日常生活中主動面對並回報問題。當學習環境中的設備有需求或發生故障時，學生可透過網路報修系統、專屬回報群組，或直接至總務處反映情況，以確保問題能夠迅速處理。

我們理解設備故障可能造成不便，但正確通報不僅能確保更多人的使用便利與安全，更是培養學生成為負責任公民的重要素養。上學期已有許多學生主動至總務處回報問題，總務處也都感謝學生的積極參與與協助。

此外，當家長接到孩子反映問題時，請先詢問孩子是否已依照學校指引進行回報，而非立即代為聯繫學校。這樣的做法不僅能幫助孩子學習如何有效處理問題，也能提升他們向師長表達需求的能力。我們將持續以專業且耐心的態度，確保每位學生都能在安全與良好的學習環境中成長。

學校在接獲修繕通報後，承辦人員將先現場確認並記錄處理進度，以利後續追蹤管理。由於部分修繕事項需仰賴校外專業技術人員支援，可能需要一定的時間來妥善修復，懇請家長耐心等待。如有處理不周之處，也歡迎家長提供寶貴建議，以協助學校持續精進維護機制。

- 五、感謝家長的理解與支持！景美女中擁有優質的學習環境，這一切均有賴全體教職員、學生及家長的共同支持與努力。為持續提升校園環境與學習品質，也邀請家長隨時提供寶貴建議，讓我們攜手打造更完善的學習空間。

感謝您的關心與支持！

輔導室工作報告

輔導主任 吳思端

高一小黃衫在新的學習環境適應了一學期，希望已建立正確讀書方法、拓展新的人際關係，培養自信自動的學習態度。請家長每日抽空瞭解孩子的生活情形並給予關懷與支持。

高二同學在分班群後，需要適應另一階段加深加廣的學習內容，規劃及累積各項學習成果，高中課業與活動繁重，請家長務必關心孩子的學習狀況，有空時多與孩子聊聊人際交往、社團、大學校系及各行各業概況，有機會的話可參訪大學或企業，談談對未來的規劃，提昇孩子自我期許，建立合適目標。

高三同學將在 2/25 收到學測成績，將密集地準備繁星推薦、大學申請入學及科大申請入學等各項事宜。除了要面對大學指定項目甄試，高三的定期考、模擬考及複習大小考試等也都持續進行中，此時的她們最需要穩定的心情、充沛的體力，以及家人親友的支持與肯定，期盼孩子在我們全心的照顧與關懷之下，都能展開人生美好藍圖。

鼓勵您善用輔導室的資源：

- 個別輔導—輔導老師可傾聽陪伴及鼓勵，幫助孩子自我瞭解，並增進問題解決能力，孩子可利用下課、午休或自習等時間到輔導室與老師談話。
- 團體輔導—針對年級需求，輔導老師到班上與孩子一起溝通討論、交換意見，例如測驗結果解釋、班群選擇工作坊或是參與輔導相關主題的講座。
- 心理測驗—實施興趣測驗、性向測驗、大學學系探索量表等，並依個別需要單獨實施其它心理測驗，以作為孩子自我瞭解及班群選擇的參考。
- 舉辦活動—邀請校內外師長、專家進行專題演講、大學校系介紹、職涯分享等，提供各種相關資料，增進自我成長。
- 生涯資訊—舉辦大學校系介紹講座、提供近年學姐之甄選入學相關資料（包含學習歷程檔案、歷屆面試考古題）、學群資料、班群選擇及選填志願等刊物書籍，並隨時提供各項活動資訊。

本學期輔導工作要項

※ 活動提要：

1. 3 月將於生涯規劃課程中進行高一興趣量表施測及解釋，預計於 4/12 週六上午辦理「性向興趣測驗解釋暨班群選擇家長說明會」，屆時將提供高一各班家長報名表。
2. 擬於三月至五月針對高二同學辦理「學姐經驗分享」座談，邀請本學年上榜學姊分享特殊選才、繁星推薦及申請入學等各入學管道的寶貴經驗。

3.高三升學輔導：

- (1) 甄選入學升學系列講座：將針對學習歷程、綜整心得、面試等辦理系列主題講座，透過高三各班輔導股長宣傳，並協助班級同學進行報名。
 - (2) 甄選入學模擬面試：4/29-5/2，請家長多鼓勵孩子參加，並備好個人資料準時到場。多一些練習準備，多一些成功機會。
 - (3) 分科測驗登記分發選填志願輔導：7/30 週三上午辦理選填志願說明會，7/31 週四至 8/4 週一上午進行選填志願個別諮詢。時間若有異動調整，將另行公告。
4. 持續辦理各大學校系介紹及職涯講座，歡迎高一～高三同學踴躍參加。

※ 生活及學習輔導：

1. 透過專欄海報、班級通報、專題演講、座談會等方式增進學生對心理衛生、生命、性別平等的認識與尊重，並增進學生學習技巧與學習方法。
2. 進行復學生、低成就、適應不佳學生生活適應輔導。
3. 進行情緒管理、壓力調適與時間管理等主題輔導。

※ 生涯輔導：

*高一重點工作

1. 高一上學期進行新編多元性向測驗施測及結果解釋，本學期將進行大考中心興趣量表施測及結果解釋，增進孩子認識 18 學群及不同職業類型的人格屬性，並協助孩子瞭解自己的興趣類型與適合的大學科系。配合性向測驗的結果和學業成績表現，做為班群選課參考。
2. 引導製作個人學習歷程檔案，上傳課程學習成果及多元表現。
3. 鼓勵孩子透過參觀、訪問及網路查詢，瞭解大學學群及未來可能發展的方向。
4. 介紹大學多元入學方案，讓學生思考選擇多元入學管道。

*高二重點工作

1. 辦理大學校系介紹講座增進學生對大學校系的認識。
2. 宣導建立個人學習檔案概念，鼓勵學生掌握生涯資訊。

*高三重點工作

1. 進行繁星推薦、大學甄選入學及登記分發選填志願輔導。
2. 提供各類生涯資訊及歷屆學姐備審資料及甄試考古題等讓同學參考。
3. 辦理甄選入學系列講座及模擬面試。
4. 協助學生自我定位及規劃個人優勢考科等增進學習成效。
5. 協助學生選填志願，使學生具備生涯選擇的能力。

圖書館工作報告

圖書館主任 吳彝輝

- 一、感謝家長會本年度持續挹注本校圖書館圖書採購及閱讀推廣活動經費，經費雖然有限，但仍歡迎本校師生及家長提供圖書採購意見，以充實本校圖書館藏。
- 二、經過大家的努力，本校圖書館搬新家已逾一年，經過老師同仁創意思考及運用，無論是教學、展覽、分組討論、課程準備等，讓圖書館的功能變成無限可能。期待未來大家都更能發揮想像力，除了空間之外，對館內的圖書資源也能發揮更加有創意及實用的功能，讓學生走進圖書館，便能走進全世界。本館開放時間仍維持上課日上午八時至下午六時，歡迎同學多所利用。
- 三、113 年度（113.01.01-113.12.31）本校各類圖書（含電子書、影音資料）新增（含贈閱）1,163 種（1,476 冊）。本學期（113 學年度第 1 學期）圖書借閱冊數為 2,672 冊，借閱人次 773 人，較上學年同期減少，期待繼續鼓勵同學多利用圖書資源，培養學生更多元的自主閱讀。
- 四、中學生網站全國高中生閱讀心得寫作比賽及小論文比賽，本校同學表現優異，上學期閱讀心得比賽 7 篇特優、30 篇優等、38 篇甲等，共計 75 篇；小論文比賽 2 篇特優、2 篇優等、9 篇甲等，共計 13 篇，較同期比賽得獎人數有所增加。再次感謝老師們的指導。下學期比賽截止日分別為 3 月 10 日及 3 月 15 日，請家長繼續鼓勵支持同學參與。自 110 學年開始，小論文比賽格式亦有重大改變，特別在資料引用註記部分，圖書館亦拍攝了說明影片，歡迎上網點選瞭解。
- 五、為推廣電子閱讀，本校目前已有電子圖書 4,185 種，學生除了可以利用圖書館提供的 iPad 電子書閱讀器閱讀外，亦可直接利用個人電腦或行動載具，直接上網或安裝相關 APP 後，隨時閱讀使用。
- 六、本校本學期仍繼續 iPad 及小筆電(Asus, Acer)供學生借用，學生可於提交申請書(含學習計畫書及家長同意書)至資訊組辦理申請，以報名申請審核通過之順序錄取借用，有須要的同學要把握借用時機。申請期間：即日起至~3/7 止。
- 七、配合高中優質化計畫，實施混成教學設備設置，各教室除了原有的大屏幕外，亦將在教室後方陸續增設網路電視及追蹤攝影機，以利教室

實施混成教學。目前已完成高一、高三安裝，高二班級（信義樓）將配合新建工程添購安裝。

八、本學年開始的「黃衫閱讀金樹獎」活動，鼓勵學生透過借閱圖書、撰寫閱讀心得及留言等方式，累積自己的閱讀履歷，實施至今，已有學生開始達標，請家長惠予支持及指導。

九、113 學年度第 1 學期學生學習歷程檔案學習已完成上傳及認證，各位家長可以上網申請臺北市教育局親子綁定網路帳號，即可查詢貴子女學習歷程上傳的情形。各年級工作管制日程表暫訂如下，高三時程與去年相若而略為提前，請家長及同學們注意。若有變更亦即行公告，請家長協助督促同學們依時間完成上傳或勾選作業：

113學年度高三學生學習歷程檔案工作管制日程表

	基本資料 (幹部資料)	修課紀錄	學習成果	多元表現	
資料檢視	113.11.15	113.11.15			
學生上傳			114.02.10 (上) 114.04.07 (下)	114.04.14	17:00 前
教師認證			114.02.16 (上) 114.04.10 (下)		回收上傳確認單
學生勾選			114.04.14	114.04.14	17:00 前
學校提交	114.03.01 (上) 114.04.16 (下)	114.03.01 (上) 114.05.12 (下) PDF格式	114.04.16	114.04.16	回收勾選確認單
學生收訖 複核	114.03.11 (上) 114.04.20 (下)	114.03.11(上) 114.05.16 (下)	114.04.20	114.04.20	114年4月21日 完成作業

113學年度高一、二學生學習歷程檔案工作管制日程表

	基本資料 (幹部資料)	修課紀錄	學習成果	多元表現	
資料檢視	113.11.15	113.11.15			
學生上傳			114.02.10 (上) 114.07.17 (下)	114.09.25	17:00 前
教師認證			114.02.16 (上) 114.07.24 (下)		回收上傳確認單
學生勾選			114.09.25	114.09.25	17:00 前
學校提交	114.03.01 (上) 114.10.16 (下)	114.03.01 (上) 114.10.16 (下)	114.10.11	114.10.16	回收勾選確認單
學生收訖 複核	114.03.11 (上) 114.10.21 (下)	114.03.11 (上) 114.10.21 (下)	114.10.21	114.10.21	

十、家長申請親子綁定方式，可連結臺北酷課雲網站

(<https://cooc.tp.edu.tw/>)，選擇親子綁定，並依指示填寫個人資料並送出。送出資料會經本校驗證，本校確認無誤後，即能使用。

十一、本校開辦之國際課程包含 IFY(International Foundation Year) 臺英預科課程邁入第五年，兩年來均有畢業生前往英、澳、紐、加等國就讀。本學期甄選高一 IFY 臺英國際預科課程新生共 13 名，並於學期間辦理演辯、利物浦大學講座、學姊學妹交流會等，協助學生專業知識紮根、並勇敢探索職涯發展，歡迎有興趣的同學到圖書館讀者服務組諮詢。

十二、「第二屆全球中學生專題競賽」由馬來西亞全球產學研創協會、UAiTED、中原大學主辦，共開放臺、馬各 12 所高中生參加，本校為其中一所。鼓勵同學組隊參賽，透過此競賽培養專題研究及進行專題報告的能力，參賽皆可獲得參賽證明，得獎學生另有獎金與獎狀，歡迎大家踴躍投稿。

教官室工作報告

一、請家長在上學（7 時-8 時）、放學（16 時-16 時 20 分）的時間接送子女時，切勿在校門口迴轉、併排停車及違停在人行穿越道，並請多加利用木新路三段 310 巷本校地下停車場前 30 分免費的措施接送學生，以利學生通學的安全。

二、各班級輔導教官及師長：

113 學年度第 2 學期輔導教官及學創老師分配表		
教官/學創人員	輔導班級	電話分機
學創人員 施昭仔	一忠、一孝、一仁、一愛、一信、一義	232
學創人員 楊竣菘	一和、一平、一溫、一良、一恭、一儉	231
學創人員 徐嫚禧	一讓、一禮、一智、一誠、一勇、一善	230
學創人員 林裕民	二忠、二孝、二仁、二愛、二信、二義、二和、二平、二溫	232
學創人員 李奕廷	二良、二恭、二儉、二讓、二禮、二智、二誠、二勇、二善	231
少校教官 張言傑	三忠、三仁、三信、三和、三溫、三恭、三讓、三智、三勇	233
少校教官 李明蒨	三孝、三愛、三義、三平、三良、三儉、三禮、三誠、三善	233
★學生如請假或臨時外出需由家長或監護人來電（2936-8847 轉教官室分機 230-233）		

三、學生專車（遊覽車專車）說明：

（一）本校學生專車由世豪通運公司承攬，計有萬華線、新莊線、土城板橋線等車次。

（二）學生專車路線之停靠站及預計時間，請參考學校首頁-黃衫生活／學生專車。

（三）學生專車延誤或臨時事件處理作法：

1、當專車延誤 10 分鐘的時候，請撥打電話給車長或教官室緊急電話（2937-9633），告知是哪一線哪候站點延誤。

2、專車延誤 20 分鐘時就請立即搭乘計程車（為利安全有伴結伴，沒伴自行搭車）來學校，並請計程車開收據。

3、收據上面（或背面）請寫上同車乘車學生的班級、姓名，及搭乘哪一線專車，到校後交至教官室給承辦楊竣菘學創老師。

4、教官室收整收據後請專車公司支付計程車資，教官室收到車資後通知同學領取費款。

四、學生公車說明：

（一）本校學生公車，係屬協調臺北客運及欣欣客運長期為本校學生提供之服務，本校與客運公司沒有契約關係，爰客運公司在基於營運成本及司機工時變動之考量下，會取消

調派該路線學生公車。

- (二) 本校現行學生公車，搭乘學生數量會影響客運公司評估是否繼續提供本校學生接駁之服務，請同學多加利用，並請於搭車時儘量往車廂內部移動，同學務必依路段刷卡或投幣，切勿逃票以免觸法。
- (三) 相關學生專車、公車資訊請學生逕向教官室學創人員楊竣菘、徐嫚禧詢問
02-29368847 分機 231、230。

五、防制學生藥物濫用及學生校外賃居宣導

- (一) 臺北市政府教育局防制學生藥物濫用執行計畫目標
 - 1、透過健康促進概念，提供學生整體性與持續性的預防輔導措施，以維護學生身心健康、社會適應及適性發展。
 - 2、結合家長組織及民間團體，規劃可及性與普及性的反毒宣導作為，形成風氣。
 - 3、提升學校人員及家長防毒責任，加強渠等防毒意識及必要支援，發揮初級預防功能。
 - 4、強化環境預防，結合警政機關建立即時通報網絡，全面防堵藥頭進入校園。
 - 5、提升清查篩檢效能，積極找出高風險學生，提供輔導介入及處遇措施，改善心理或行為適應問題，避免接觸毒品或繼續用藥。
 - 6、整合公私機構相關資源，建構藥物濫用防護網絡，強化校園輔導教師知能，提升輔導成效避免再犯。
- (二) 臺北市政府 114 年度加強防範一氧化碳中毒暨居家訪視宣導，有關防範一氧化碳中毒之宣導影片、海報及摺頁等，公布於內政部消防署災知識網之防災宣導下載專區內（網址：<https://www.nfa.gov.tw/cht/index.php?code=list&ids=583>）
- (三) 宣導行政院消費者保護處增修後「住宅租賃常見糾紛問答集」及住宅租賃相關法規及政策，教育部業已透過「教育部賃居資訊服務網」及「Formosa 雲端租屋生活網」系統公告。

六、學生常見遭詐騙的五種型態，敬請家長一同關心學生。

(一) 第 1 名：假網拍。

發生地點以臉書最多，占總件數 9 成以上，歹徒多半以熱門 3C、演唱會票券、高價球鞋為誘餌，要求被害人先行匯款，如果被害人要求面交，就假借各種理由推託，等被害人匯款後就斷絕聯絡。

(二) 第 2 名：假援交。

發生地點大多為 LINE、各類手機交友 APP，歹徒盜用帥哥美女照片開設帳號隨機搭訕被害人，約定見面後卻不出面，要求被害人先行購買遊戲點數支付援交費用及保證金。

(三) 第 3 名：假投資。

發生地點大多為臉書、IG，歹徒張貼廣告標榜小額投資、快速賺錢，吸引被害人加 LINE 詢問詳情，或先假意交友，等獲取被害人信任後，再引誘被害人前往來路不明的境外網站投資，營造不斷獲利假象讓被害人持續投入金錢，等被害人要求領回現金就斷絕聯絡。

(四)第 4 名：虛擬遊戲詐欺。

發生地點大多為臉書、遊戲虛擬寶物交易網站，詐騙手法與假網拍類似，歹徒以低於行情售價吸引被害人匯款購買遊戲點數、虛擬寶物等，收到款項後就斷絕聯絡。

(五)第 5 名：解除分期付款。

歹徒盜取民眾網路交易個資後，假冒賣場客服及銀行客服打電話行騙，謊稱購物訂單或會員等級設定錯誤，如不希望被多扣款項，就需配合操作 ATM 解除，藉機詐財得逞。提醒您，ATM 絕對沒有任何設定、解除扣款、開通或關閉個資等功能，陌生人來電要求操作 ATM 就是詐騙！

★提升學生防詐知能！務必提醒學生謹記「一聽、二掛、三查證」，對於任何訊息均應小心查證，有疑問立刻撥打 165 反詐騙專線查證，以維護自身財產安全。

臺北市立景美女子高級中學電話分機一覽表

2025/02/11

使用單位	人員	分機		使用單位	人員	分機	
行政大樓				校門（傳達室）			
校長室	校長 周適竹	201		門房	警衛室	340	
傳真機	祕書 曾美婷	202		宿舍			
2234-3433	廖技工	203		景女之家	陳幹事	235	2937-5446
會計室	主任 張雅蘭	219			鍾管理員	235	2937-5446
傳真機	吳組員	220			女值勤官	236	
2234-1724	高佐理員	246		油印室	油印室	245	
人事室	主任 曾麗雪	222		圖書館			
傳真機	陳組員	223		圖書館 傳真機 2234-3139	主任 吳舜輝	225	
2234-4838	楊助理員	327			讀者服務組長 謝組長	247	
二樓	行二會議室	221			讀者服務組 鄭幹事	226	
仁愛樓					資訊媒體組長 謝組長	251	
教務處 傳真機 2937-6801	主任 顧秀華	204			系統管理師 賴老師	251	
	教學組長 徐組長	209			資訊媒體組 陳助理員	251	
	教學組 王幹事	207		敦品樓			
	教學組 李幹事	207		一樓	合作社	252	
	教學組協行教師 張老師	324			熱食部	256	
	教學組協行教師 洪老師	324			演講廳	315	
	註冊組長 廖組長	243		二樓	敦二會議室	316	
	註冊組 林幹事	206		三樓	敦三會議室	317	
	註冊組 魏約僱書記	206		四樓	二外辦公室	319	
	設備組長 王組長	205		五樓	藝能科辦公室	320	
	實研組長 黃組長	306		和平樓			
	實研組專案助理 郭助理	326		學務處 傳真機 2937-0831	主任 謝再益	208	
	實研組專案助理 陳助理	326			訓育組長 賴組長	210	
	特教組長 甘組長	255	249		訓育組 王幹事	335	
家長會	家長會辦公室	244			衛生組長 嚴組長	211	
忠孝樓					衛生組 蕭幹事	329	
總務處 傳真機 2936-3405	主任 黃郁博	213		生輔組長 賴組長	318		
	庶務組長 許組長	214		生輔組 簡管理員	328		
	庶務組 羅幹事	215		體育組長 蔡組長	339		
	庶務組 林管理員	218		李教官	233		
	庶務組 魏約僱書記	331		張教官	233		
	出納組長 吳組長	216		徐學創老師	230		
	出納組 楊幹事	217		李學創老師	231		
	文書組長 蘇組長	238		楊學創老師	231		
	科學館				施學創老師	232	
教師 辦公室	國文科	301	303	健康中心	林學創老師	232	
	數學科	304	305		潘護理師	248	2937-9885
	英文科	307	309	體育組	許護理師	248	2937-9885
	社會科	311	312		體育組藝能科辦公室	212	
	自然科	313	314		總機 (02) 2936-8847 傳真 (02) 2936-3405 校安專線 (02) 2937-9633 專屬於校園親師生緊急、安全性事件通報處理專線		
輔導室 傳真機 2234-1754	主任 吳思端	333					
	資料組長 鍾組長	229					
	高一輔導教師 張老師	227					
	高二輔導教師 高老師	229					
	高三輔導教師 陳老師	228					
	駐點心理師	227					
實驗室	設備組 馮幹事	242					
會議室	科二會議室	250					

臺北市立景美女子高級中學 113學年度校園平面圖

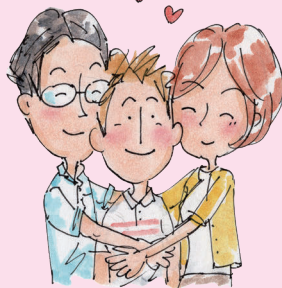
Taipei Jingmei Girls High School





有愛無懼

翻轉人生



家長親職手冊



序

本手冊從親子相互理解出發，寫給孩子可能誤觸或使用毒品的家長，希望家長提早發覺並避免孩子接觸毒品，或陪伴已經使用毒品的孩子遠離毒品。在陪伴孩子遠離毒品的歷程中，一直抱持著愛孩子的心，因為「有愛無懼」，才能陪孩子「翻轉人生」。

當家長知道孩子使用毒品時，通常在第一時間除了震驚以外，可能會否認、害怕、擔心、自責、甚至責備孩子，或不知道將會面對哪些法律程序，更不知如何求助、幫助孩子遠離毒品。本手冊提供家長協助孩子面臨遠離毒品的漫長歷程裡，從無助與無所適從的處境中，學習具體可行的親子互動技巧、了解毒品的危害、毒品戒治管道與資源、增進復原力及預防復發之指引。

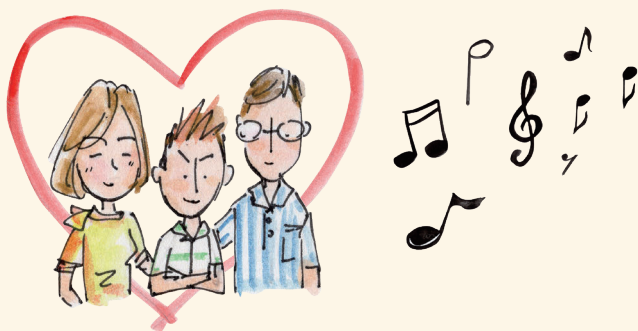
爰此，各篇主要內容結合了學者專家、提供資源協助單位、實務工作人員經驗，提供家長協助孩子遠離毒品的的方法，故從「家長的擔心我們懂」出發，幫助家長靜下心，釐清情緒、需求，進而從「知毒反毒」、「關懷與支持孩子」、「攜手齊守護」、「法律大補帖」以及「諮詢管道 GO」，一步一步讓家長了解常見毒品及新型態毒品、毒品帶來的危害、如何與孩子



談毒品使用、使用毒品的孩子想要什麼、如何幫孩子建立遠離毒品的界線、與提供協助資源等，以期家長有正向的信心與能量，陪伴孩子共同面對挑戰。

孩子接觸毒品或成癮性物質的原因有很多，可能是個人因素、家庭因素、學校因素、人際因素、社會因素，從好奇誤用開始，久而久之變成經常使用，因此，在親職攜手共同面臨藥物濫用與防範的路上，千萬別向孩子唱「戰歌」，而是要以堅定的愛對孩子唱「情歌」，讓孩子在成長的過程有堅強支持的力量，方能遠離毒品及非法藥物的傷害。

本手冊提供家長與孩子在識毒、拒毒及正向的互動技巧與資源，希望家長抱持著愛孩子的心，支持陪伴孩子在人生重要歷程中健康成長。



編者的話

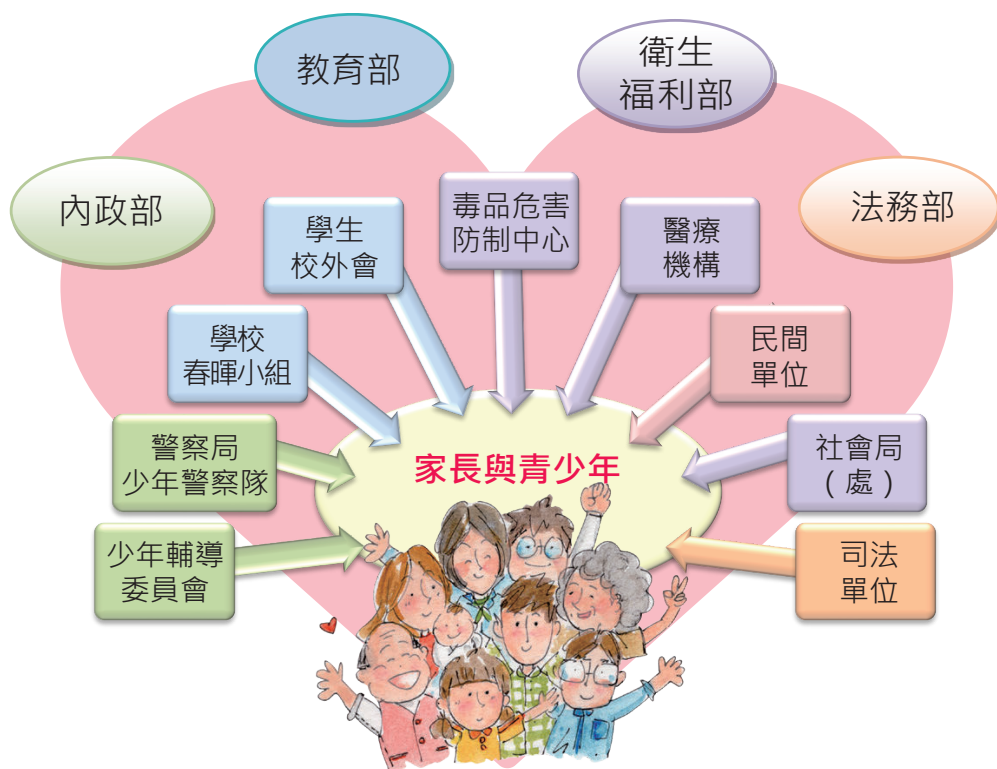
幫助孩子拒絕和遠離毒品，家長的關懷與支持是最基本且重要的，不過這個艱辛的過程最好能尋求相關社會資源支持，可以更有效地陪孩子避免受到非法藥物，或不慎誤觸毒品的傷害。

我國提供青少年藥物濫用防制相關的跨單位合作網絡，包含如「學校春暉小組」、「毒品危害防制中心」、「醫療機構」、「警察局、少年警察隊」、「少年輔導委員會」、「社會局（處）」以及「司法單位」等，而除了政府單位外，還有許多民間單位也提供服務與資源（如下頁）。

孩子一時誤觸毒品，若能及早發現、結合社會資源，才有可能守護孩子，翻轉人生，迎向健康的未來。



● 青少年藥物濫用戒治資源 ●



目錄 | contents



CHAPTER1 家長的擔心我們懂 | 07

- 一、知道孩子使用毒品的這一刻，您的想法？ | 08
- 二、此時此刻我可以做什麼？ | 09
- 三、爸爸幫助阿倫戒毒成功的故事 | 12
- 四、如何看待孩子使用毒品？ | 15

CHAPTER2 知毒反毒 | 16



- 一、孩子使用毒品的原因是什麼？ | 17
- 二、孩子常使用的成癮物質或毒品有哪些？ | 18
- 三、如何及早發現孩子使用毒品的異常徵兆？ | 25

CHAPTER3 關懷與支持孩子 | 27

- 一、使用毒品的孩子想要什麼？ | 28
- 二、毒品使用迷思 | 30
- 三、如何與孩子談毒品使用的危害？ | 31
- 四、孩子不壞，只是需要愛 | 33
- 五、建立「健康的親子關係」防護罩 | 34
- 六、採取行動七個技巧 | 36
- 七、建立原則：幫助孩子說「NO」！ | 38
- 八、共創未來：從養成新習慣開始 | 40

CHAPTER4 攜手齊守護 | 42



- 一、學校春暉小組 | 45
- 二、毒品危害防制中心 | 51
- 三、醫療機構 | 52
- 四、少年輔導委員會 | 53
- 五、社會局(處) | 54
- 六、司法單位 | 55

CHAPTER5 法律大補帖 | 57

- 一、毒品法律刑責知多少 | 58
- 二、未成年孩子使用毒品的法律責任 | 60
- 三、父母制止孩子施用毒品的相關法令 | 61

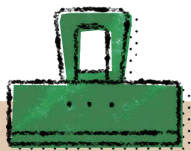
CHAPTER6 諮詢管道 GO | 62

- 一、教育部各縣市學生校外生活輔導會 | 64
- 二、各縣市政府毒品危害防制中心 | 65
- 三、各縣市少年輔導委員會 | 66

結語 | 67

附錄 | 家長行動檢核表 | 69





CHAPTER 1

家長的擔心我們懂

一、知道孩子使用毒品的這一刻， 您的想法？



● 請勾選您的想法 | 可複選



您的想法	類型
<input type="checkbox"/> 我的孩子怎麼可能會使用毒品？ <input type="checkbox"/> 我不相信！你們都在騙我！ <input type="checkbox"/> 一定什麼地方搞錯了！這是一場誤會！	否認型
<input type="checkbox"/> 真想一巴掌打下去... <input type="checkbox"/> 沒路用的死囡仔... <input type="checkbox"/> 叫警察抓去關關ㄟ！	責罰型
<input type="checkbox"/> 我是一個失敗的爸爸 / 媽媽！ <input type="checkbox"/> 這實在太丟臉了！ <input type="checkbox"/> 我一定做錯了什麼！	自責型
<input type="checkbox"/> 我孩子不會使用毒品，都是他朋友害他的！ <input type="checkbox"/> 孩子怎麼會這樣？學校是在幹什麼！ <input type="checkbox"/> 老天對我真不公平！為什麼這種事會發生在我身上！	責怪他人型
<input type="checkbox"/> 天啊！我該怎麼辦？ <input type="checkbox"/> 我到底做錯了什麼？我到底要怎麼做才對？ <input type="checkbox"/> 誰可以救救我的孩子？	徬徨型

● 依上表，哪一類型的打勾數愈多，您便是屬於該類型的父母，您也可能同時是兩類型或多類型的父母。

二、此時此刻我可以做什麼？

(一)接納自己：不論您是哪種類型的父母親一開始的想法為何，都是人之常情，或許您會因此覺得沮喪或焦慮，都是正常的，也是可以有的。

(二)紓壓一下：當您有這些感覺時，您可以做些事來減少壓力，嘗試深呼吸、數數、大吼幾聲、大哭一場、或運動一下，嘗試宣洩您的情緒。




(三) 整理自己的情緒：

您也可以嘗試回答以下三個問題來紓解壓力，請用筆寫下來，或者將答案告訴一個值得你信任的人。



1. 發現自己的情緒

知道孩子使用毒品的那一刻，我覺得很.....(請勾選當時的心情，可複選)

<input type="checkbox"/>  難過	<input type="checkbox"/>  沮喪	<input type="checkbox"/>  緊張	<input type="checkbox"/>  生氣	<input type="checkbox"/>  驚訝
<input type="checkbox"/>  擔心	<input type="checkbox"/>  挫折	<input type="checkbox"/>  害怕	<input type="checkbox"/>  厭煩	<input type="checkbox"/>  丟臉
<input type="checkbox"/>  無助	<input type="checkbox"/>  憎恨	<input type="checkbox"/>  委屈	<input type="checkbox"/>  焦慮	<input type="checkbox"/> 其他 _____

2. 這種感覺很像.....

請用一個情境

來表現自己的心情

例如：世界末日、求救無門、愈做愈錯






3. 我現在最需要

請區分這些需要是自己可以努力得到的？需要孩子配合才能得到的？或者需要求助他人才能得到的？（可複選）

我可以努力的...	需要孩子配合的...	需要求助的...
<input type="checkbox"/> 找人聊一聊 <input type="checkbox"/> 去運動一下放鬆心情 <input type="checkbox"/> 花時間和喜歡的人一起做喜歡的活動 <input type="checkbox"/> 減輕生活其他方面的壓力 <input type="checkbox"/> 調整自己看待孩子的角度 <input type="checkbox"/> 學習專業幫助孩子遠離毒品的技巧 <input type="checkbox"/> 學習專業增進親子關係的技巧	<input type="checkbox"/> 出門主動告知要去哪裡、找誰去 <input type="checkbox"/> 聽話 <input type="checkbox"/> 願意溝通 <input type="checkbox"/> 不要再使用毒品 <input type="checkbox"/> 去看醫生 <input type="checkbox"/> 找到可信賴的人 <input type="checkbox"/> 配合學校、法院、醫院、民間協助毒癮處遇機構和輔導機構的建議	<input type="checkbox"/> 專業的社會心理復健 <input type="checkbox"/> 專業的成癮醫療及處遇服務 <input type="checkbox"/> 學校或政府單位主動的連繫幫助 <input type="checkbox"/> 學校、法院、醫院、民間協助毒癮處遇機構和輔導機構的相關規定與建議 <input type="checkbox"/> 加入一個專業的支持團體

(四) 尋求協助：

您也可以撥打專業諮詢電話 (如下圖) 。

<p>孩子使用毒品 不知道怎麼辦嗎？</p> 	<p>您有家庭問題 想找人 聊一聊嗎？</p> 	<p>您壓力太大或有情 緒困擾嗎？</p> 
<p>0800-770-885 毒品危害防制中心 諮詢專線 24 小時免付費專線</p>	<p>4128185(手機加 02) 家庭教育諮詢專線 週一至週六 上午 9 點到 12 點 下午 2 點至 5 點 週一至週五 晚間 6 點至 9 點</p>	<p>1925 安心專線 24 小時免付費專線</p>



放鬆心情、冷靜，
找出那些自己
現在能做的事
先做吧！



- 請先照顧好自己
照顧好自己，有助於提高您照顧孩子的能力。
- 如果您壓力太大，就沒辦法好好做決定和鼓勵孩子，生活沒辦法穩定。
- 練習適當的自我照顧，是以身作則，讓您成為孩子塑造理想行為的模範。

三、爸爸幫助阿倫戒毒成功的故事



阿倫(化名)的爸爸是個公務員，因為兒子戒毒成功，被邀請到家長團體分享，他回憶起第一次發現兒子使用毒品.....

阿倫是個很可愛的兒子，聰明會唸書，高中時有一天他沒回家，「警察通知我，你兒子現在在警察局...」。我到警局看到孩子的臉色慘白，說是朋友主動拿給他吸的。我立刻安排孩子到戒毒機構，孩子說毒品吸下去感覺很好，但醒來後覺得很痛苦，他也不想這樣。

誰知在戒毒機構沒幾天，就打來說孩子逃走了，我想：「怎麼會這樣？他不是自己說要戒的嗎？」，機構的人安慰我說：「戒毒的人和戒菸一樣，反覆再吸是很可能的，要有耐心.....」。我在他朋友那兒找到他，把他送回戒毒機構，阿倫告訴我其實他陸續吸毒兩年了，最近在吸「冰糖」。我立刻上網查資料，知道「冰糖」就是安非他命，是最難戒的毒，一用馬上覺得愉快興奮，過後又昏昏沉沉好幾天，落入憂鬱或焦慮，下次要更多的藥量才能再帶來快樂。我非常的憂慮，我想我是不是做錯了什麼事？怎麼做阿倫才能戒毒？阿倫的未來會變成怎麼樣？我滿腦子都是阿倫，上班也想、走路也想、我沒辦法好好做事，睡也睡不安穩，無時無刻都在擔心阿倫。

阿倫在戒毒機構一段時間後，狀況有比較好，就決定回學校唸書，那段時間我真的很高興，我想終於沒事了。到了隔年，阿倫喜歡一個女生但沒追到，他心情不好就又回去吸毒，他變得很會花錢，常找理由跟我要錢，後來還偷姊姊的錢，被發現後就暴怒、發狂、摔東西，並離家出走，學校也不回去了。我去問了醫生，醫生告訴我吸安毒而受損害的腦袋沒辦法處理焦慮和恐懼感，容易暴怒，所以即使孩子願意，也會很辛苦走完戒毒的療程。我很內疚的想，可能是我的錯造成的，如果他小時候我更多關心他，今天就不會這樣了！

阿倫一直在戒毒機構、回家要錢和繼續吸安之間來回，我強迫自己不能再資助阿倫，甚至有一次阿倫打給我說他的朋友用毒過量死了，哭著說他要戒毒，我也忍痛拒絕他，我告訴他要戒毒只能去戒毒機構。但當醫院再度打電話告訴我說你兒子吸毒過量差點死去時，我實在不忍心，又到醫院去看他，聽著他說想戒毒的決心，我又再度陪他到戒毒機構、陪他去成長團體、陪他去運動。我那時也沒想到，在數不清多少次的失敗後，這孩子終於成功了，至少這五年來，孩子沒有再回去吸毒！希望永遠也不會再回去吸毒！

阿倫的爸爸告訴正在陪孩子戒毒的爸爸媽媽們，**陪孩子戒毒的路是很辛苦的**，真實的憂傷，無法擺脫的反覆失望，但最終仍有成功的希望！**「你說我真正為孩子做了什麼：其實只有不斷去了解和一直的陪伴！」**阿倫的爸爸這樣說。





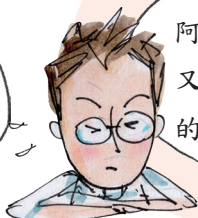
讀了阿倫爸爸的故事後
請您想一想以下的問題

1. 事實是什麼？



阿倫為什麼
要使用毒品？

2. 感受如何？



阿倫爸爸知道孩子
又再使用毒品
的感受如何？

3. 發現了什麼？



有什麼是
您在讀這篇故事前
不知道的？

4. 未來怎麼做？



阿倫爸爸做了那些事，
成功的幫助
阿倫遠離毒品？



如果您想了解孩子為何會使用毒品 →請見第 17 頁


如果您想了解使用毒品帶來的危害性 →請見第 19 頁

如果您想增進和使用毒品孩子的關係 →請見第 34 頁


如果您想知道如何幫助孩子遠離毒品 →請見第 38 頁

四、如何看待孩子使用毒品


- 各位家長，您知道您看待使用毒品的方式，也會影響您如何看待孩子！讓我們一起進行了解吧！




1. 美國藥物濫用研究所 (National Institute on Drug Abuse) 指出吸毒成癮通常無法治癒，復發或嘗試停止使用毒品後的再次使用，為復原必經的過程，透過長時間的治療與復健，可以成功地減少復發，這和高血壓或糖尿病等慢性病一樣。




3. 請將心比心，了解您孩子的處境，不要以為孩子是故意變壞、故意不戒，或故意再去使用毒品的。



送到醫院打針、吃藥就好了？
使用毒品不只是生理問題！



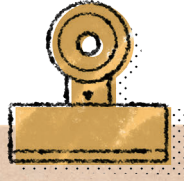
2. 使用毒品成癮後，已導致大腦功能的改變，孩子很難自己停止使用毒品。這不只是生理問題，看一、兩次醫生就可以解決；也不只是道德問題，說不應該就能禁止孩子使用毒品。



4. 您的正確觀念與作為，可以提高孩子的自我價值感，並一直維持孩子長期康復的機會。



請學校處理？
改善親子關係
的效果更好！



CHAPTER 2



知毒反毒

一、孩子使用毒品的原因是什麼？

- 孩子使用毒品的原因並不是單一因素所造成的，家長可了解孩子遭遇到什麼困難或問題，包括個人、家庭、學校、人際與社會等因素。
- 您了解孩子使用毒品原因嗎？讓我們進行了解。



個人因素

- 好奇、尋求刺激
- 過度壓力、逃避壓力、情緒失控
- 缺乏自信、不好意思拒絕

家庭因素

- 無法適應家長管教方式
- 與家人互動衝突疏離
- 家人使用毒品

學校因素

- 課業壓力（成績差，或對成績要求高）
- 翹課、中輟，沒有學習動機
- 經常違反校規



人際因素

- 朋友提供毒品，取得容易
- 接觸使用毒品的朋友圈

社會因素

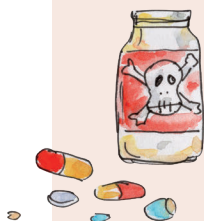
- 加入幫派、從事不當活動
- 經常出入不當場所
- 在網路、社群接觸到使用毒品的訊息

二、孩子常使用的成癮物質或毒品有哪些？



- 青少年較常使用的成癮物質包括菸品與酒品等，青少年使用成癮物質危害身心健康發展，也可能進而使用毒品，導致多重物質濫用。
- 青少年使用「毒品危害防制條例」中所列的影響精神物質，即「使用毒品」。青少年常使用的毒品包括安非他命、搖頭丸、愷他命及新興毒品等。

毒品的分級



依據《毒品危害防制條例》，毒品是指具有成癮性、濫用性及對社會危害性之「麻醉藥品與其製品」及「影響精神物質與其製品」。而毒品依其成癮性、濫用性及對社會危害性可分為四級，其中以第一級危害最大。

第一級

如海洛因、嗎啡、鴉片、古柯鹼等

第二級

如安非他命、搖頭丸、大麻、MDPV (浴鹽)

第三級

如愷他命 (俗稱 K 他命)、喵喵、一粒眠等

第四級

如佐沛眠、5-MeO-DIPT (火狐狸) 等

(一) 青少年常用的毒品

毒品等級	名稱	圖片	作用
第一級毒品 中樞神經抑制劑	海洛因 四號、白粉		呼吸抑制、眩暈、精神恍惚、焦慮、便秘、血壓降低 戒斷症狀：盜汗、流鼻水、失眠、焦慮不安、易怒、發冷、肌肉及骨骼疼痛等
第二級毒品 中樞神經興奮劑	搖頭丸 (MDMA) 狂喜、忘我		心悸、高血壓、腦溢血、焦慮、易怒、妄想、幻覺 戒斷症狀：沮喪、憂鬱、全身乏力、焦慮、易怒
第二級毒品 中樞神經興奮劑	安非他命 冰塊、安仔		提神、亢奮、食慾減退、心悸、妄想、情緒不穩、暴力攻擊 戒斷症狀：疲倦、沮喪、焦慮、易怒全身乏力
第二級毒品 中樞神經迷幻劑	大麻 草、麻仔		心跳加快、妄想、幻覺、學習及認知能力減退 戒斷症狀：厭食、焦慮、躁動、憂鬱、睡眠障礙
第三級毒品 新興影響精神物質	愷他命 K他命、K仔		心搏過速、血壓上升、記憶力受損、幻聽、膀胱炎、頻尿、血尿、腎損傷
第三級毒品 新興影響精神物質	4-甲基甲基卡西酮 喵喵		心悸、血壓上升、鼻灼熱感、呼吸困難、幻覺、妄想、焦慮、憂鬱、暴力或自殘

(資料來源：衛生福利部食品藥物管理署反毒資源專區)

當我想知道更多毒品危害資訊時，
要如何查詢？

【衛生福利部反毒資源專區】



(二) 新興毒品

新興毒品 ~ 毒咖啡包、奶茶包



新興毒品多以休閒食品（如咖啡包、奶茶包、果凍、糖果等）方式偽裝，配合話術如「只是會 high 咖啡」、「是流行不是吸毒」及「驗尿也驗不出來」等，及美麗包裝導致孩子誤食，或吸引孩子好奇使用，另毒咖啡包價格便宜、及運用時尚包裝來躲避查緝，致新興毒品的使用人數快速增加。新興毒品中常混有多種毒品，由於不知道摻混內含物，易因使用某一毒品成份過量而致死，導致身心更大的危害。

請注意！

孩子說：
「偶爾使用不會成癮！」

不是真的！



愛的叮嚀

孩子一開始可能會說是誤用毒品，或偶爾使用不會上癮，然而孩子反覆使用就會成癮。

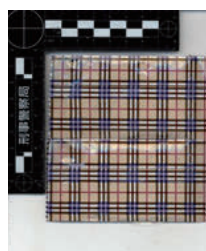
請了解孩子現在處於哪個階段：好奇使用、經常使用、成癮依賴。

不論是哪種狀況，都應該要立刻停止使用藥物，請幫助您的孩子尋求專業的醫療戒治服務。

【案例分享】14 歲小玉（化名）與網友約在旅館，朋友叫氣球及提供咖啡包，好奇下就與朋友一起喝，使用後產生幻覺、血壓升高、心律不整、呼吸困難等情形，由於過量使用毒咖啡，又同時飲酒導致昏迷，送進加護病房搶救。

毒咖啡包混雜許多毒品，曾檢出十多種毒品，混雜鎮定劑（如愷他命、一粒眠）與興奮劑（如安非他命、搖頭丸、合成卡西酮），易導致心跳忽快忽慢、肌溶解症、腎衰竭，甚至猝死。我國一年有近百人死於新興毒品，檢測新興毒品其中七成含有第三級毒品喵喵（4-甲基甲基卡西酮），合成卡西酮也具有強烈成癮性。近年新興毒品也發現混摻「超級搖頭丸」第二級毒品 PMMA（對-甲氧基甲基安非他命），服用後會產生焦慮、躁動不安、高血壓、呼吸加速、抽搐、甚至肝腎衰竭或死亡。

新穎流行的外包裝 ~ 成為孩子誤觸毒品的陷阱



(三) 吸入性成癮物質 ~ 笑氣

青少年濫用笑氣癱瘓



【案例分享】17 歲美美 (化名)，在和朋友的一次聚會裡接觸了笑氣，好奇使用後，每天吸食導致上癮。3 個多月後開始出現雙側下肢無力，全身多處感覺異常、麻木，經醫師診察發現她是因吸食笑氣，併發脊髓神經受損退化，才導致肢體麻木，幾乎無法行走 (長庚醫院，2021)。

笑氣是氧化亞氮的俗名，一種吸入性麻醉氣體，吸入約半分鐘即可產生欣快感，並可持續 2 到 3 分鐘，吸食後會有漂浮感、欣快感、身體麻木感。笑氣被年輕人誤認為「不違法」，常成為派對助興劑，然長期使用笑氣會產生末梢神經、脊髓及造血系統病變，出現手麻、腳麻、無力走路甚至癱瘓等，並可能產生精神異常，如嗜睡、失憶、憂鬱或精神錯亂等 (衛福部，2021; NIDA, 2021; Australia Alcohol and Drug Foundation, 2021)。為預防青少年濫用，我國將笑氣列為「關注化學物質」加以管制。



● 教育部笑不出來笑氣人生



● 肢體無力醫師察覺竟是吸食笑氣



(四) 墨西哥鼠尾草、恰特草、彩虹菸都是毒品



墨西哥鼠尾草

施用後會產生迷幻作用、妄想、幻聽及混亂等症狀，嚴重時將導致思覺失調症。行政院於111年7月4日將墨西哥鼠尾草思覺失調症。行政院於111年7月(*Salvia divinorum*) 及其活性成分「沙維諾林A (*Salvinorin A*) 」列為第三級毒品，施用、列為第三級毒品，施用、持有、轉讓與販賣均屬違法，會有刑事或行政的處罰。



● 莫嘗試墨西哥鼠尾草

恰特草

原產於非洲和阿拉伯半島的開花植物，主要含有第二級毒品卡西酮 (*Cathinone*) 與第四級毒品去甲麻黃鹼 (*Cathine*) ，過量使用後，容易誘發躁狂行為和多動症，與安非他命所產生的效果類似，會引起擬交感神經興奮，會造成瞳孔放大、心搏加快和血壓增加，長期使用會導致永久牙齒變黑 (呈綠色) ，易患潰瘍，食慾不振。

彩虹菸

是一種含有合成卡西酮類的第三級毒品，具中樞神經系統興奮作用，施後會產生欣快感、時空認知扭曲的心理作用，長期使用亦會出現成癮性及依賴性。



● 吸食彩虹菸，人生變黑白！

(四) 裹著甜美糖衣的毒藥 ~ 電子煙

近年青少年使用電子煙比率攀升，菸商利用加味香料（如芒果、咖啡、橘子汽水、香蕉奶昔等）增添菸品風味，用酷炫時尚新潮外型如隨身碟或電子手錶吸引年輕族群，我國抽查電子煙近八成有尼古丁，致癌物甲醛及乙醛，使用電子煙不僅會導致尼古丁成癮，也會影響大腦發育，導致認知障礙與情緒失調、增加憂鬱與自殺意念等，另使用電子煙也會導致肺損傷，及電子煙的鋰電池也容易導致爆炸，在美國已造成上百人死亡。美國青少年使用加入大麻的電子煙而造成大麻濫用比率攀升，大麻為二級毒品，吸食後會產生心跳加快、妄想、幻覺、學習及認知能力減退等。



國民健康署電子煙防制專區

電子煙造型多變



資料來源：美國食品藥物管理局（U.S. Food and Drug Administration）

三、如何及早發現孩子使用毒品的異常徵兆？

【案例分享】阿文（化名）的爸爸發現阿文經常半夜回到家時，身上都會有刺鼻的怪味，平常眼神渙散，經常昏睡，好幾次發現他的鼻子旁邊有白白的粉末，問也問不出個所以然。直到後來在新聞報導上看到，才發現原來這些都是吸食愷他命的徵兆！如果可以早點知道，或許阿文就不會越陷越深了……。



孩子如果使用毒品，
可能會有
哪些異常徵兆？

請家長注意孩子生活
是否出現以下幾種
異樣與異狀



- **作息**：作息混亂、深夜外出、日夜顛倒、常昏睡、難叫醒
- **身體**：食慾不振或暴食、體重異常減輕、未感冒但常流鼻水或吸鼻水
- **神情**：精神恍惚、目光呆滯、眼神渙散
- **情緒**：喜怒無常、情緒變化大、失眠易怒
- **行為**：有暴力傾向、金錢花費多、常跑廁所
- **課業**：學校成績下滑、逃學逃家、學校出席狀況不正常
- **社交**：交友複雜、朋友圈改變、出入撞球館等複雜場所
- **偏差**：吸菸、無照駕駛、易與人發生衝突
- **居住**：房間出現電線走火般燒塑膠的氣味（愷他命）、常緊鎖房門

【案例分享】媽媽：「房間裡怎麼有一小袋白色粉末？是什麼東西？



器材是做實驗嗎？還有不是不喝咖啡嗎？怎麼會有幾包即溶咖啡？做實驗嗎？」

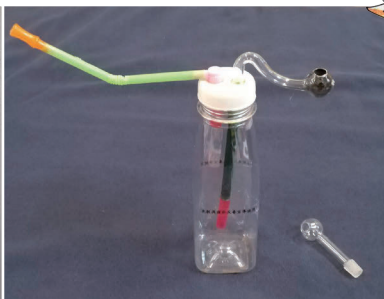
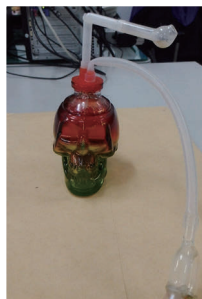
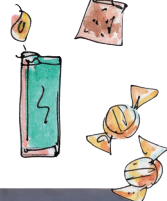
阿威（化名）：「沒有啦，那是朋友給我的鹽而已啦！

咖啡是別人放我這裡的，過幾天就拿回去了。」

媽媽雖然覺得奇怪，但也沒有多問。後來警察局打電話來說孩子使用毒品，搜出幾袋白色粉末及咖啡包，並且說那些是愷他命、安非他命及喵喵等混合毒品。媽媽這才驚覺要是當初有多一點警覺心，多問幾句，可能就不會有這種結果了！

■ 孩子如果使用毒品，房間可能會出現哪些異常物品？味道？

- 桌上、房間發現異常粉末、不明藥丸
- 發現孩子不常吃的咖啡包、奶茶包、果凍、梅子粉、糖果等
- 發現可疑針筒、吸食器或其他常見使用毒品之器具
- 裝有不明粉末的小夾鏈袋、卡片、盤子
- 錫箔紙、打火機、吸食器（改裝鋁箔包、玻璃球、橡膠管）
- 房間散發出異味如塑膠燃燒味、化學藥劑等
- 房內發現（小）鋼瓶、氣球





CHAPTER 3

關懷與支持孩子



一、使用毒品的孩子想要什麼？

小玲的故事



小玲(化名)的爸爸長期在外縣市工作，媽媽很重視小玲的成績，小玲小時候常因沒考好被打罵，也不敢告訴媽媽其實她對唸書沒興趣。小玲從小就覺得很孤單。某日，老師對小玲說：「妳姊姊成績那麼好，妳怎麼都不像妳姊姊？」小玲聽了心想：既然你們都覺得我很爛，我就更爛給你們看！小玲故意違規惹事，讓媽媽被傳喚來學校，好像只有媽媽出現在學校時，小玲覺得自己獲得關注。

到了高中，小玲想自己賺生活費，選擇了夜店打工，因而染上愷他命毒癮。上班的地方很多人在吸，小玲也不是真的想「拉K」，她覺得可能不拉就沒有朋友。心想：「吸毒沒什麼不好，會感到快樂。」

小玲的媽媽苦勸小玲要戒毒，小玲就去了戒毒機構，會客的時間，媽媽都會去看小玲，小玲也撐了一年沒再吸毒。小玲戒毒後去批貨賣衣服，換了環境、換了朋友、換了電話，沒人會主動給她毒吸。

但小玲只要感到心情不好或不如意時，就會去吸菸喝酒，漸漸地吸菸喝酒的感覺已經麻木了。小玲回到夜店，又想再次吸毒，而且反覆使用，無法停止。就這樣直到有一天，她竟然直接尿在馬路上，受到很大驚嚇的小玲，當下決心立刻到醫療機構尋求協助。



小玲再次到了戒毒機構，小玲媽媽從來沒有放棄她。媽媽為了小玲，長年參加吸毒家長成長團體，她在結業式上分享說：「我看見孩子眼中的絕望無助，所以我重新審視我從前對她的種種，我下定決心先調整自己，也體悟到要改變孩子，唯有先改變自己，才能幫助孩子。」

現在小玲已經很多年沒有吸毒了，但她仍不敢說自己已經成功戒毒，只是現在的小玲知道，吸毒帶來的滿足是一種錯覺，空虛時，她必需用別的方法來填補心靈的黑洞，絕對不是用毒。



讀了小玲的故事後，請您想一想這些問題



事實是什麼？	小玲為什麼要使用毒品？
感受如何？	什麼樣的感受使小玲想使用毒品？
發現了什麼？	什麼是幫助孩子遠離毒品的關鍵？
未來怎麼做？	現階段我可以做什麼調整來幫助孩子呢？

如果您想了解使用毒品的迷思

→請見第 30 頁

如果您想了解如何跟孩子談毒品使用的危害

→請見第 31 頁

如果您想了解如何讓孩子知道你愛他

→請見第 34、37 頁

如果您想知道如何幫助孩子遠離毒品

→請見第 36、38、39 頁

二、毒品使用迷思

- 當家長發現孩子使用毒品時，有羞愧、失望、沮喪甚至憤怒的感覺是很常見的。這些反應是自然的，不應被忽視；然而，以指責、論斷或批評的方式對青少年傳達這些感受，無助於康復過程。

■ 有關毒品使用的「迷思 v.s. 事實」，如果以下陳述您認為是事實，請打勾

這是真的嗎？	事實/非事實	
1. 毒品的使用都是因為缺乏意志力或自律。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 成癮是毒品引起的大腦化學變化的結果。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 只有資質較差或成績低落的孩子才會使用毒品。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 使用毒品會影響不同能力水準的孩子，從成績優異的孩子到資質一般的孩子。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 只有家庭經濟狀況較差的孩子才會使用毒品。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 任何社經水準的孩子都可受到使用毒品的影響。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 縱然經常使用毒品也不一定成癮，而且想停止就可以停止。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 成癮的特徵是復發性，許多人在實現長期戒斷之前，經歷了多次復發。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 青少年一旦使用毒品，人生就永遠不會成功。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 許多年輕人在接受藥物濫用治療後建立了快樂、充實的生活。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

★以上單數題非事實、雙數題是事實

■ 對成癮的正確認知

美國國家藥物濫用研究所 (National Institute on Drug Abuse) 研究證實，成癮是一種由大腦對藥物反應引起的疾病。成癮與糖尿病、心臟病等慢性病人相似，會出現反覆復發和恢復的循環，需要我們長期抗戰，接受持續的治療或復健。

三、如何與孩子談毒品使用的危害？

- 面對毒品問題，家長必須避免將矛頭指向一個或兩個家庭成員，並將毒品使用視為一種多因素影響的複雜行為，它既來自於家庭、孩子的交友圈或經歷某些壓力等，所以家人們必需同心一起面對。



- 與使用毒品的青少年交談，讓他們願意說出使用毒品的情況，最佳的方式是，提出富有同理心和易於理解的問題。
- 您也可以用溫和的語氣提出直截了當的問題。簡單地問：「最近有沒有人給你提供過毒品？」，足以讓對話開始。



■ 如何與孩子談「毒品」

適得其反的說法	建設性的說法 (可以跟孩子這樣說)
<p>你完蛋了！</p> <p>你沒有辦法跟我們在一起。</p>	<p>xx(孩子的名字)</p> <p>你覺得這幾天過得怎樣？</p> <p>你看起來比平常累喔 ~</p> <p>要跟爸爸 / 媽媽談談嗎？</p> 
<p>“你” 只顧「使用毒品」，</p> <p>沒有想過我們的感受。</p>	<p>xx(孩子的名字)，</p> <p>你「想使用毒品」的時候，</p> <p>我們沒辦法好好跟你說話，</p> <p>讓「我們」覺得很沮喪、難過</p> 
<p>你明天開始不接觸毒品，</p> <p>我們給你一次機會。</p>	<p>xx(孩子的名字)</p> <p>我們一起找到合適的「遠離毒品方法」，</p> <p>希望你可以得到外界的幫助。</p>
<p>你沒決心，太軟弱，</p> <p>其實只要你想停止，</p> <p>就可以停止。</p>	<p>我知道堅持下去很難，</p> <p>我們會一直陪著你。</p> 
<p>我們應付不了你的使用毒品問題。</p>	<p>家人會在你的身邊，</p> <p>我們也會找學校老師或毒防中心，陪伴</p> <p>你一起努力。</p>

四、孩子不壞，只是需要愛

強化家人的連結是遠離毒品的關鍵，從了解他們開始...

我們都需要與人連結，當孩子覺得自己孤單，沒有人關心、沒有人愛他的時候，毒品很容易成為慰藉的安慰品。而幫助青少年孩子重新連結社會，家人間的健康連結絕對是最有效的第一步。

家長的挑戰	我有同感
1. 十幾歲的孩子與不講理的三歲孩子有很多共同點。	<input type="checkbox"/>
2. 孩子嘗試違反家庭的規定，並容易發脾氣。	<input type="checkbox"/>
3. 孩子想遠離家長並開始維護自己的獨立性。	<input type="checkbox"/>
4. 孩子有時表現得好像大家都要配合自己。	<input type="checkbox"/>
5. 孩子不善於調節自己的情緒。	<input type="checkbox"/>
6. 孩子容易嘗試冒險，並做出衝動的決定。	<input type="checkbox"/>
7. 家人的關心，孩子認為是干涉。	<input type="checkbox"/>
8. 孩子與朋友經常透過社交媒體聊天連絡。	<input type="checkbox"/>
9. 問孩子今天過得怎樣時？他可能會變得沉默。	<input type="checkbox"/>
10. 家長看來合理的要求，被孩子視為無理的行為。	<input type="checkbox"/>
11. 我認為大部份的家長都經歷類似的親子關係。	<input type="checkbox"/>

家人的
關愛



有意義
的生活

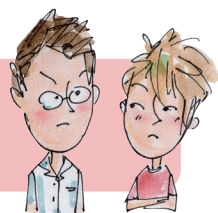
真的！
所以您不孤單

希望您更能了解孩子進入青少年階段的態度轉變，接受這階段孩子的表現或特質；不要拒絕與孩子維繫連結，『孩子不是壞，其實需要家長持續的關愛』。

五、建立「健康的親子關係」防護罩

- 家庭成員提供陪伴，以行為來鼓勵和支持孩子康復，可以形成一道防護罩，保護孩子遠離毒品的侵害。例如，家長可以用支持堅定的態度，鼓勵所愛的孩子採取深思熟慮和積極的行動。
- 健康的教養態度，包括讓青少年對自己的行為負責，並於孩子表現積極行為時，應給予正向鼓勵與肯定。

回想過去半年，當您和孩子一起聊天或做事情時
您的態度如何？



在以下情況下：	總是如此	偶爾如此	從未如此
1. 我會問孩子對重要事情的看法。	3	2	1
2. 我會仔細聆聽孩子的看法或想法。	3	2	1
3. 我表現出疼愛孩子和關心孩子的樣子。	3	2	1
4. 我設法讓孩子了解父母很關心他 / 她。	3	2	1
5. 讓孩子知道我欣賞他 / 她的想法或做法。	3	2	1
6. 我會幫助孩子完成重要的事情。	3	2	1
7. 聊到有趣的事情時，我們會開懷大笑。	3	2	1
8. 我表現出支持孩子和了解孩子的樣子。	3	2	1

我的表現	配分	數量 (自填)	總分
總是如此	3		
偶爾如此	2		
從未如此	1		

■ 自我評估一下

- ✓ 如果您的分數是在綠燈 19-24 分，恭喜！您擁有健康親子關係。
- ✓ 如果您的親子關係亮起了黃燈 13-18 分，您就要多加注意一下。
- ✓ 如果親子關係亮起紅燈 8-12 分，表示如果您再不及時修補的話，就糟糕了！有關親子關係連結，請見第 32 頁。

愛是可以學習的

今天開始就是最好的時機，試著做一些調整吧！



六、採取行動七個技巧

了解問題、表明立場、持續關注

● 盡早與孩子交談

不要等到您強烈懷疑有問題時，才與您的孩子一起解決毒品問題。前面有提到**如何開始與孩子談使用毒品**，相信對您有幫助。

● 對毒品有基本的認識

讓您的孩子從藥物濫用中康復時，您需要了解關於毒品、成癮和治療康復方案的相關知識和資源，來幫助孩子。

● 認識他的朋友

孩子隨著年齡的增長，同齡群體在生活中扮演著越來越重要的角色。您要**確保他的朋友是沒有涉及毒品，而且是發揮積極的影響**。

● 自身建立良好榜樣

作為成年人的您，很容易說出：「嗯，我喝醉和吸菸是合法的」，**但您應該做更好的榜樣**。研究指出，青少年傾向於模仿父母的行為。

● 協助了解同儕壓力

提醒您，教導您的孩子識別同儕壓力以及如何應對。應先聽孩子說他的同儕壓力，而且不要打斷他的談話。對青少年而言，**要拒絕同儕是件困難的事**，您需讓他知道他並不孤單，而且可以幫助他們為自己人生奮鬥，不被損友左右。



● 表明反對使用毒品的態度

研究指出家長**讓孩子知道自己對使用毒品的反對態度**比起表示中立的態度，孩子有較少的使用毒品行為。

● 隨時留意孩子

關注您的孩子，要知道他們去哪裡。在不侵犯他們隱私或背叛他們信任的情況下，隨時密切關注他們。（不要讓他們有被監視的壓力，這並不容易，家長的態度要盡量溫和）如果您覺得您的孩子在遮遮掩掩，那可能就有問題了。

相處祕訣	試著這樣做
聆聽，但不要刺探 表達「理解」孩子的處境感受	如果孩子們能沒有壓力的分享信息，他們就更有可能對家長敞開心扉。
同理孩子的感受 但不要說：「那沒關係」	透過回應向孩子們展示您的理解和同情：「這真的不容易。」、「孩子，你應該很難過。」
表現出信任	向孩子請教一些事情，讓他知道您對他信任也會增強孩子的信心。例如：手機如何操作。
不要成為獨裁者 / 暴君	您仍是可設規則，但要準備好解釋原委，解釋會讓規則看起來更合理。
讚美，表揚 並有具體事件	孩子小時候，您經常讚揚他們。(例如：寶貝，你今天比較早起喔~)。青少年同樣需要自尊提升，孩子可能表現很酷，好像不關心家長的想法，事實上他們也希望得到您的認可。
一起做些事 但不聊敏感話題	如果您能花時間做您們都喜歡的事情，無論是烹飪、騎單車還是去看電影，不談論任何私人話題，創造單純的美好時光。
一起用餐 家庭晚餐	一家人坐下來一起吃飯是一種維持親密關係的好方法。每位家人都可隨意談論體育、電影、食物。規則：不允許使用手機。
細心觀察	注意孩子是否不再想做曾經讓他快樂的事情，或者您是否注意到孩子孤立自己。向他詢問並給予支持（記得不要批評）

絕不說：「你再這樣下去，我們就不理你了！」

讓孩子感受到：

「我們對你的愛是不會改變的！」、

「你不孤單，我們都在！」



七、建立原則：幫助孩子說「NO」！



建立「界線」的重要性

保護康復中的孩子免受來自外部的危險。

對於毒品使用的孩子來說，重要的是透過家人或是比較跟孩子談得來的成人，當作支持者，與孩子共同建立一個保護「圍欄」。

尤其受到外部「毒品使用」有關的人事物的破壞時，讓孩子可以願意找人支持，在他們周圍建立一個無形的圍場，這樣當遇到一個引誘他們的人、地方或事物時，他們能夠保持意志力，免受誘惑干擾，待在可信任的家人與自己建立的安全網中。

1. 引發「毒品反覆使用」有關的人事物

可以說是誘發孩子復發的人、事、物、情緒等。觸發因素通常是某種內部或外部刺激，導致孩子再次渴望使用毒品。

(1) 內在刺激

- 無聊
- 感到憤怒、抑鬱、焦慮、壓力或恐懼
- 感覺不安全，感覺被誤解
- 想起創傷被欺負的事

(2) 外在刺激

- 特定地點（高風險場所）
- 遇到曾經一起使用毒品的朋友

2. 惡化「毒品使用」的情況

會使反覆使用毒品惡化，尤其孩子表現出壓力、焦慮、憂鬱時。而孩子又持續不良習慣時，就很容易再使用毒品。

- 過度憤怒的反應
- 使用暴力行為
- 為錯誤行為找藉口
- 自殘
- 濫用其他有害成癮物質
- 暴飲暴食或飲酒
- 以說謊、否認方式回應

以上種種與反覆使用毒品有關，家人要特別注意。

3. 健康的應對方法

當「誘發」毒品使用的人事物出現，有產生任何心理壓力時，尋找家庭或家族中的支持者，並以下列較不會傷害自己的方式，且可以提升個人意志力與情緒調適能力。

- 喝水或茶以放鬆心情
- 運動或是適當的休息
- 主動尋求協助或諮詢
- 與積極正向的人共度時光

拒絕「毒品誘發」
向使用毒品
或是給毒的友人
說：「不！」



「不，謝謝，
我不使用毒品了。」

「我沒時間和你談使用毒品的話題。」



「我已經告訴你，請你離開。如果你不離開，
我會立刻告訴爸媽、老師或報警。」



「我已經開始我的新生活，
不想要也不需要你提供的東西。」



八、共創未來：從養成新習慣開始

改變從來都不是一件容易的事！每個人都有習慣，有積極的也有消極的。用「好」習慣代替「壞」習慣，幫助孩子打破習慣、建立新的行為模式。

要實現不使用毒品的生活方式，需要改變許多根深蒂固的習慣。

可以從以下三個關鍵開始：



幫助孩子擺脫壞習慣 - 克服毒品危害的三個關鍵

【目標】

找到人生目標並定義對自己的意義，過著有目標的生活，深入挖掘重視的原因，並每天朝著這個目標前進。

【心態】

培養正確的心態來掌控自己的生活和未來，學習告訴自己改變是可以發生的、人生有願景的重要性，正向心態是努力的第一件事。

【活力】

可以從以下的幾個方法，從苦惱中「獲得正能量」活力，這樣孩子才可以一點一滴每天朝著自己的目標前進。



改變生活的具體行動

學習感恩

請孩子寫下感恩的事情清單，並與其他正在康復的朋友或是家人分享。即使在糟糕的日子裡，他也為自己的存在、活著和清醒而心存感激。



為行為負責

我和孩子一樣是不完美的人。犯錯、學習、改變和成長。讓孩子明白什麼是能控制的、什麼是不能控制的，知道為自己的行為負責是成功的一半。

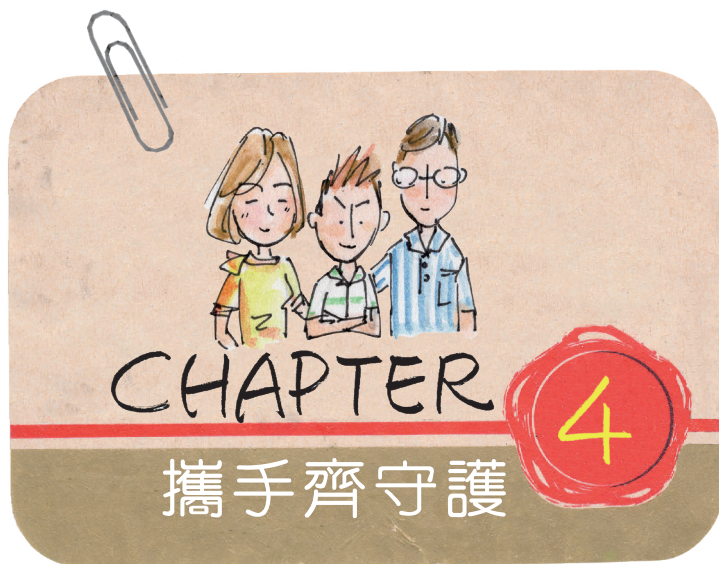
照顧自己



讓孩子自我照顧，包括可為與不可為的原則、充足的睡眠、好好吃飯、嘗試運動、每晚閱讀閒書一章，負責每週準備一餐都可以，認識和了解自己的感受。

- 孩子學習從處理壓力到重獲自尊心，並學習辨認與哪些人相處對他更好。
- 幫助孩子努力保持清醒，活在當下，他就有機會打破舊習慣模式。
- 用「好」習慣代替「壞」習慣不會在一夜之間發生，持續建立「健康和幸福」的生活模式。





我們求也求過、罵也罵過，
還能怎麼做，孩子才會聽話，

不要去碰毒呢？
有誰可以幫幫我們？

家庭是孩子最重要的守護的堡壘。
還有教育、衛生、醫療、警政、社政、
勞政與司法等單位。提供多元的資源
與支持，一起協助家長引領孩子
「遠離毒品、贏回人生！」



教育單位

學生校外生活輔導會
學生輔導諮商中心
學校春暉小組

- 個案輔導
- 高關懷活動
- 春暉輔導課程
- 生涯探索



衛生醫療單位

毒品危害防制中心

- 諮詢服務
- 輔導追蹤
- 資源連結與轉介

醫療機構

- 門診及住院治療
- 藥癮衛教及諮詢
- 心理社會復健

心理衛生中心

- 心理諮商



警政單位

少年警察隊
少年輔導委員會

- 預防宣導
- 轉介服務
- 個案輔導及諮詢



社政單位

地方政府社會局（處）

- 家庭與親職教育
- 社福資源提供
- 「社會安全網 - 關懷e起來」平台



勞政單位

全國就業服務專線

- 技職訓練
- 體驗活動支援
- 就業諮詢與媒合



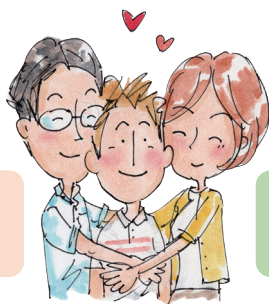
司法單位

法官、少年調查官
及少年保護官

- 施用毒品處遇協助



當孩子有接觸、使用毒品時，
家長如何運用資源？



孩子是在學學生

孩子是非在學學生

家長可尋求學校師長、輔導老師等人員的協助

家長可以尋求少輔會、社政社工師、毒防中心個案管理師、法院少年保護官等人員的協助

依據孩子好奇誤用、經常使用、成癮依賴等使用毒品的不同階段，
與協助人員共同評估孩子的問題與需求。

協助人員可轉介提供孩子在課業學習、心理輔導、生涯試探、醫療戒治等適性、專業的資源與支持。

【愛的叮嚀】
一起守護、陪伴與協助孩子回歸正常、健康的生活



教育部「如何守護孩子」動畫
QR code



一、學校春暉小組

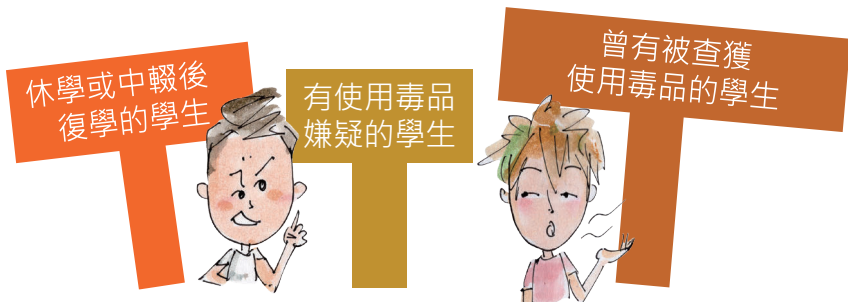
當孩子尿液篩檢確認為陽性時，學校會組成春暉小組，對孩子實施輔導與戒治（詳見 46 頁），幫助孩子遠離毒品。如果經過二期（共 6 個月）的輔導後，尿液篩檢仍為陽性，就會轉介至衛福部指定之醫療機構評估治療需求，及函請警察機關依法辦理。

■ 學校春暉小組的協助資源

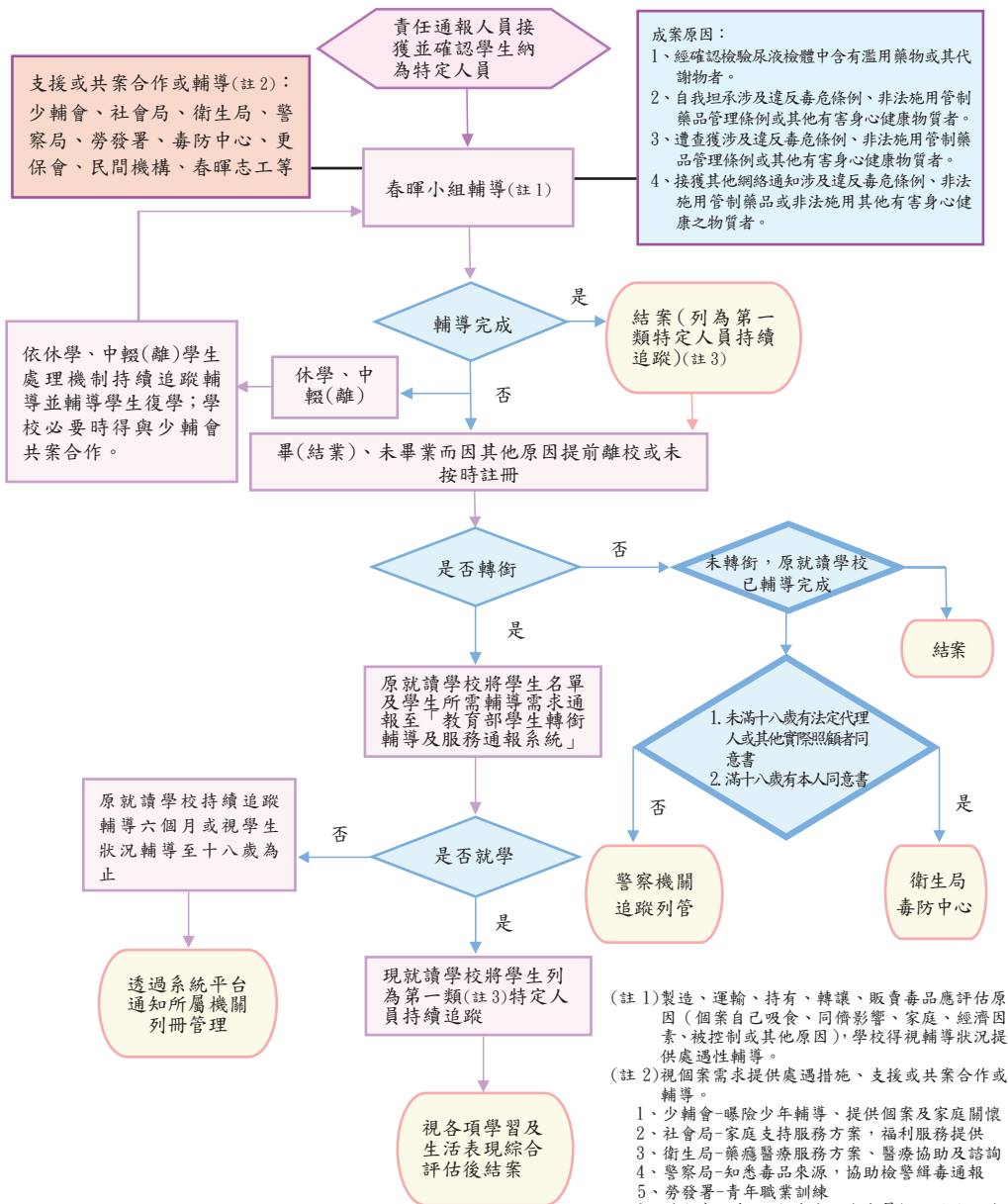
- **個案輔導**：評估學生成癮情形（詳見 48 頁）提供相關輔導，接受春暉輔導課程，鼓勵參與校外生活輔導會（請見 64 頁）辦理的高關懷以及生涯探索活動，協助行為改變與解決問題。
- **尿液篩檢**：每週、連續假日後或隨機對學生實施尿液篩檢。
- **告知法律責任**：對家長與學生說明各級毒品吸食、持有、販賣等相關法律責任。
- **轉介服務**：必要時轉介學生至輔諮中心、心理衛生中心、醫療機構，由心理師、社工師、精神科醫師等提供相關協助。

■ 學校平時會對我的孩子進行尿液篩檢嗎？

為維護學生身心健康，防制毒品進入校園，即時發現藥物濫用，學校依規定應對於特定學生進行尿液篩檢。



各級學校學生涉及毒品危害防制條例案件輔導處遇流程



■ 學校邀請家長參加春暉小組，有需要去嗎？

學校春暉小組是由學務(訓導)主任、生教(輔)組長、輔導教官、導師所組成的團隊，每兩個禮拜會開一次會，並邀請家長參與，需要您提供孩子在家生活狀況、校外交友情形，參與春暉小組以及經常與學校保持聯繫，是協助孩子遠離毒品的重要關鍵！



■ 如何知道孩子毒品成癮的風險？

可根據「藥物濫用篩選量表」20 個問題，引導、詢問而了解孩子最近 1 年使用毒品成癮情形，以及後續處理的建議。
計分：每題答“是”就得 1 分(但第 4、5 題答“否”則得 1 分)。

✎ 總分 0-2 分為「低度風險」：

注意孩子狀況，如有疑慮建議詢問醫師。

✎ 總分 3-5 分為「中度風險」：

孩子極可能有成癮症狀，須至醫療院所進一步檢查

✎ 總分 6 分(含)以上為「高度風險」：

孩子已經有成癮症狀，立即至醫療院所治療。

藥物濫用篩選量表 (The Drug Abuse Screening Test, DAST-20)
—自我評估藥物濫用成癮風險程度
問題中「藥物」是指愷他命、搖頭丸、安非他命等非法藥物 (俗稱毒品)

1. 你是否使用非醫療 (治療) 原因的藥物？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	11. 你是否因使用藥物而忽略家人或曠課？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
2. 你是否不當使用處方藥物 (如經醫師處方才能使用的藥物)？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	12. 你是否因使用藥物導致工作上出問題？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
3. 你是否同一時間不當使用多種藥物？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	13. 你是否因使用藥物而失去工作 (或工讀機會)？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
4. 你能否在一周內完全不使用藥物？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	14. 你是否因藥物作用的影響而引起爭鬥 (如吵架、打架等)？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
5. 只要你想要，你能夠一直不使用藥物？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	15. 你是否為了獲得藥物而涉入違法的行動？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
6. 你是否曾因使用藥物而心情低落或重新振奮的經驗？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	16. 你是否因持有非法藥物而被逮捕？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
7. 你是否對自己藥物使用有不好的感受？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	17. 你是否曾有經歷過用藥過量而出現症狀 (如隔天起床頭痛)？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
8. 父母或家人是否曾經抱怨你不當使用藥物？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	18. 你是否因使用藥物而產生一些健康的問題 (如記憶力變差、頻尿)？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
9. 你使用藥物是否造成你與親人間的問題？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	19. 你是否因藥物使用問題而去求助於人？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
10. 你是否因為使用藥物而失去朋友？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	20. 你是否因使用某種藥物而接受輔導 (或治療)？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否

(資料來源：郭鐘隆，教育部藥物濫用學生輔導課程試辦推廣計畫，2013)

守護行動家 - 攜手合作



●參與春暉小組

藉此與學校保持聯繫，了解孩子校內外和家庭生活情形。掌握孩子生活作息接送孩子上下學、注意出入場合時間及交友情形。



●關心、鼓勵孩子

假日多安排家庭活動，增進親子關係與互動；鼓勵孩子接觸健康正向活動，發展興趣及潛能。

●提高警覺隨時觀察

注意孩子行為徵兆，包含房間、背包、垃圾桶內物品、手機通聯訊息，不要遺漏或疏忽了可能使孩子接觸到毒品的徵象。



●注意孩子身心健康

如果孩子有疑似藥物，危害反應或異常的情形，應立即就醫檢查。

還有哪些資源可以幫助孩子找生涯探索、技職訓練呢？



教育部青年發展署
青少年生涯探索號計畫



協助國中畢業未升學未就業青少年進行生涯探索，並於釐清定向後，適性銜就學或就業 ◆**勞動部全國就業服務專線**◆
0800-777-888



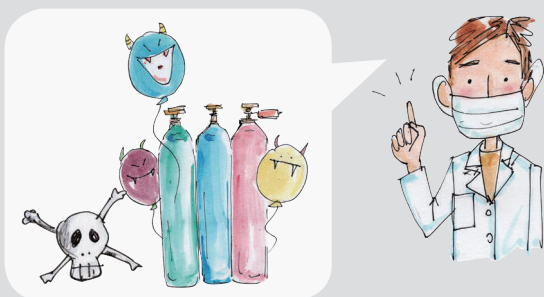
台灣就業通

【案例討論】

17 歲的小佩（化名）日前因使用有害身心健康物質「笑氣」成為學校春暉輔導的學生。最近家長發現小佩的情緒極度不穩定，容易焦慮，而且思考反應變得遲鈍。

這天小佩起床後，突然覺得手腳無力、麻木，而且四肢無法動彈，嚇得家人趕緊立刻帶她到醫院急診檢查與治療。

大概 1 個月之後，小佩的四肢力量才慢慢恢復了。醫師告訴家長，小佩的狀況很有可能是笑氣引起的神經病變，幸好及早就醫、給予適當的治療，否則有可能會無法恢復。



【笑氣資訊站】

- ◆「笑氣」雖然不是「毒品」，不當濫用仍會造成身心健康危害。
- ◆環保署已經公告「笑氣」為第一個加強管理的列管關注化學物質，將跨部會聯手管制，禁止於網購平臺交易。
- ◆學校如果發現學生有吸食笑氣情形，會依據「施用其他有害身心物質」的成案原因，納入春暉小組輔導。



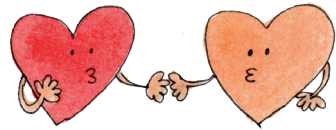
若您有任何關於孩子使用笑氣的問題，請洽詢教育部各縣市學生校外生活輔導會；聯絡電話→請見第 64 頁。

二、毒品危害防制中心

- 接獲孩子使用毒品的事件，毒防中心（請見 65 頁）個案管理師會支持與協助家長，處理孩子使用毒品的相關問題，讓孩子有重新開始機會。

毒品危害防制中心的協助資源

- ★ **諮詢服務、輔導追蹤**：透過電話、面談、家訪提供各項諮詢與活動訊息，持續聯繫及關懷孩子與家長。
- ★ **孩子與家長輔導**：提供孩子心理、生活輔導，舉辦家長成長支持團體活動。
- ★ **轉介服務**：轉介醫療、社福機構或中途之家等相關單位。



守護行動家 - 攜手合作

- ✓ **主動求助**：有疑問可撥打免費諮詢專線0800-770-885，尋求專業諮詢與協助。（詳見：第 63 頁）
- ✓ **參加家長課程團體**：讓自己有足夠的知能去探討孩子使用毒品原因，並尋求適當解決辦法。
- ✓ **尋求醫療服務**：孩子如果已經成癮了，請以正向態度面對，並鼓勵孩子接受藥癮醫療。

三、醫療機構

- 使用毒品不是單純藥物問題，在接受成癮醫療時，需先診斷孩子身心狀況以及家庭問題等，評估孩子使用藥物及其成癮情形，目的是瞭解問題才能對症下藥。



醫療機構的協助資源

- ★ **定期門診治療**：經醫師評估診斷後，安排藥物治療、心理治療、家族治療，及尿液毒物篩檢等處置。
- ★ **住院治療**：對嚴重成癮個案，藉由全日住院治療緩解其急性戒斷症狀，及治療伴隨或引發之相關精神或生理疾病。
- ★ **藥癮衛教及諮詢服務**：提供病人與家屬成癮疾患及其治療等相關衛教知識，增強改變動機。
- ★ **多元的毒癮戒治服務**：例如整合性藥癮醫療示範中心、治療性社區計畫等，還能提供適性就學、補助考照、協助復歸等更完善的資源與協助。

守護行動家 - 攜手合作

- ✓ **配合相關治療計畫、遵照醫囑**
- ✓ **尋求適當的醫療**：可至衛生福利部指定辦理藥癮治療業務之醫療機構掛身心科、成癮治療科、精神科、心智科等就診。
- ✓ **善用藥癮醫療補助資源**：
衛生福利部補助藥癮治療費用，可洽各縣市毒防中心或衛生福利部指定藥癮戒治機構。



指定藥癮戒治機構

四、少年輔導委員會

- 警方查獲未成年的孩子使用愷他命等三、四級毒品案件，會依法通知少年住所、居所或所在地之少年輔導委員會處理（詳見66頁）。
- 少年輔導委員會主要負責社區中個案輔導、教育宣導、社區工作、資源轉介，社工師協助孩子導正生活或方向，建立正確的價值觀，提供家長法律或生活的諮詢。



少年輔導委員會的協助資源

- ★ **法律諮詢**：個案輔導級諮詢，以晤談、電訪、信件輔導孩子，協助親子間的溝通。
- ★ **預防宣導**：進行毒品防制法令宣導及社區親職教育講座。
- ★ **轉介服務**：提供相關資源單位資訊，例如醫療、安置、戒治服務等。

守護行動家 - 攜手合作

- ✓ **回到正常生活**：要求孩子應就學或就業，提醒有些朋友不來往，有些場所不出入，幫助孩子回復正常生活。
- ✓ **讓孩子承擔責任**：家長不要過度保護，要讓孩子學習自己去承擔責任、建立現實感。
- ✓ **適度期待與調適心態**：孩子可能需要經過一段混亂期，改變與否，家長得失心要自我調適。

五、社會局（處）

- 使用三、四級毒品的在學兒少，由學校納入春暉輔導外，社會局社工會針對未在學的兒少將提供個案輔導，與家長支持協助。

各地方政府社會局（處）的協助資源

- ★ **個案輔導**：透過家訪、電訪持續關懷孩子及家長，了解孩子的需求，進而輔導及協助提供資源。
- ★ **親職教育**：提供兒少藥物濫用相關法令、知識、與孩子溝通技巧等親職課程，提升家長教養效能及陪伴孩子遠離毒品、拒毒之知能。
- ★ **戒癮轉介**：如果孩子已經成癮或有需求，將協助轉介戒癮醫療資源，藉由專業醫師幫助孩子戒癮。
- ★ **資源提供**：提供就學、就業、技訓、社會福利等資源連結，不只幫助孩子走出毒品危害，更預防再次誤入毒網。



守護行動家 - 攜手合作

- ✓ **信任與配合**：社工們的家訪、電訪及處遇計畫。
- ✓ **積極參與**：加入親職教育課程或團體。
- ✓ **攜手陪伴**：與社工一起瞭解、支持、幫助孩子。
- ✓ **建立現實感**：願意承擔教養責任。



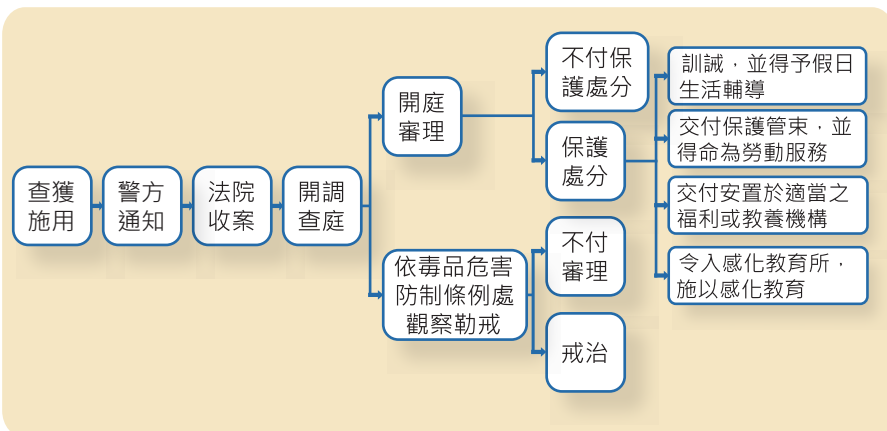
☆ 社會安全網 - 關懷 E 起來 ☆

提供線上保護性案件通報
及福利服務案件轉介功能。

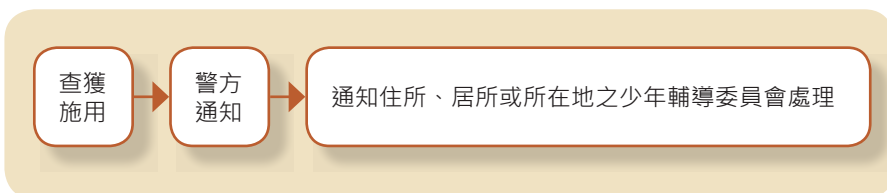


六、司法單位

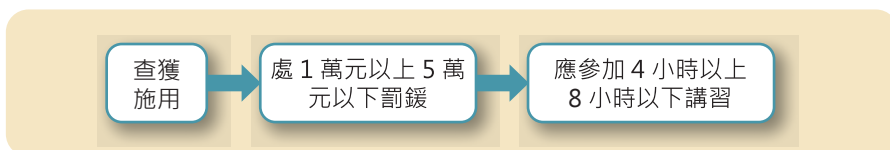
■ 12 至 18 歲施用第一、二級毒品處遇流程



■ 12 至 18 歲施用第三、四級毒品處遇流程



■ 18 歲以上施用第三、四級毒品處遇流程



司法單位使用的資源

★**觀察勒戒及戒治**：如果是因施用第一、二級毒品，初次進入少年法院，法官得依個案情狀判斷，依毒品危害防制條例第 24 條規定，以少年事件處理法程序審理、裁定保護處分，或者依毒品危害防制條例第 20 條規定，令入勒戒處所觀察勒戒。

★**戒治所強制勒戒**：經過觀察勒戒，評估認有繼續施用毒品傾向，令入戒治處所強制戒治，並委請專業單位辦理戒癮團體輔導課程。

★**轉介服務**：法院執行保護處分時，視個案需求轉介至：

- 醫療單位進行評估與治療，或其他安置機構、中途之家、民間團體進行戒癮輔導。
- 勞動部勞動力發展署各分署或各地勞工局職業訓練課程，學習專業技術，取得技術士證照，並輔導就業。

★**提供資源訊息**：連結各縣市衛生局、社會局(處)、毒品防制中心資源，提供藥癮者家屬支持團體活動訊息。



守護行動家 - 攜手合作

✓ **主動告誡**：信任與配合法官、少年調查官及少年保護官。

✓ **維持聯繫**：隨時請教司法問題，以及告知孩子可能使用毒品的異常舉止。



如果有法律上的問題，我要如何得到諮詢？

家長可以諮詢法律扶助基金會

全國服務專線：02-6632-8282

法律諮詢預約專線：02-3322-6666



法扶基金會 QR code



CHAPTER 5

法律大補帖



一、毒品法律刑責知多少？

- 使用毒品被抓到了，法律制裁嚴重嗎？
- 單純攜帶毒品出門，應該沒關係吧？
- 免費讓別人使用毒品，會受到處罰嗎？



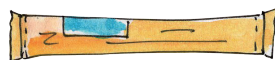
毒品是萬惡之淵，為維護國民身心健康，政府制定《毒品危害防制條例》，**禁止持有、施用、轉讓、販賣、製造、運輸、引誘、欺瞞或強迫他人施用毒品等行為**。處罰標準因毒品等級而異，販賣、運輸、引誘或欺瞞他人使用毒品之刑責，比施用及持有毒品重。

毒品法律刑責，知多少？

- 製造、運輸、販賣
- 意圖販賣而持有
- 強暴脅迫、欺瞞或非法方法使人施用
- 引誘他人施用
- 轉讓
- 施用
- 持有



(法務部 反毒大本營法律刑責)



若是成年人勸說
誘惑未成年人
施用毒品
將加重刑責
二分之一

毒品法律刑責要知曉

依據我國《毒品危害防制條例》，使用毒品是違法犯罪的，根據毒品分級與其製造、運輸、販賣、轉讓、施用、持有的行為，罰則有所不同，以下表格說明常見毒品以及相關罰則。

分級	第一級毒品	第二級毒品	第三級毒品	第四級毒品
常見濫用藥物	<ul style="list-style-type: none"> ● 海洛因 ● 嗎啡 ● 鴉片 ● 古柯鹼 	<ul style="list-style-type: none"> ● 安非他命 ● 搖頭丸 ● 大麻 ● 搖腳丸 ● 西洛西賓 ● 浴鹽 	<ul style="list-style-type: none"> ● FM2 ● 愷他命 ● 一粒眠 ● 喵喵 	<ul style="list-style-type: none"> ● 蝴蝶 ● 煩寧 ● Lorazepam ● 火狐狸 ● 特拉嗎竇 ● 佐沛眠
製造 運輸 販賣	死刑或 無期徒刑 新臺幣三千萬元 以下罰金	無期徒刑或 十年以上有期徒刑 新臺幣一千五百萬元 以下罰金	七年以上 有期徒刑 新臺幣一千萬元 以下罰金	五年以上十二年 以下有期徒刑 新臺幣五百萬元 以下罰金
轉讓	一年以上七年以下 有期徒刑 新臺幣一百萬元 以下罰金	六月以上五年 以下有期徒刑 新臺幣七十萬元 以下罰金	三年以下 有期徒刑 新臺幣三十萬元 以下罰金	一年以下 有期徒刑 新臺幣十萬元 以下罰金
施用	六月以上五年 以下有期徒刑	三年以下 有期徒刑	新臺幣一萬元以上五萬元以下罰鍰 接受四小時以上八小時以下 之毒品危害講習	
持有	三年以下有期徒刑、 拘役或 新臺幣三十萬元以下 罰金	二年以下有期徒刑、 拘役或 新臺幣二十萬元以下 罰金	新臺幣一萬元以上五萬元以下罰鍰 接受四小時以上八小時以下 之毒品危害講習	
	純質淨重十公克以上者， 一年以上七年以下 有期徒刑 新臺幣一百萬元 以下罰金	純質淨重二十公克以上者， 六月以上五年以下 有期徒刑 新臺幣七十萬元 以下罰金	五公克以上者， 二年以下有期徒刑 得併科新臺幣 二十萬元以下罰金	五公克以上者， 一年以下有期徒刑 得併科新臺幣 十萬元以下罰金

二、未成年孩子使用毒品的法律責任

- 如果未成年的孩子使用毒咖啡包被查獲，相關的毒品法律責任是如何呢？

- 毒咖啡包可能混合不同分級的毒品，針對 12-18 歲的未成年「施用、持有、轉讓」時，該怎麼罰呢？

搖頭丸
(二級毒品)
愷他命
(三級毒品)
喵喵
(三級毒品)

毒品分級	行為樣態		
	施用毒品	持有毒品 (非販賣意圖)	轉讓毒品
一級、二級 毒品	1. 保護處分，並得於之前或同時諭知令其入相當處所實施禁戒。 2. 觀察勒戒，如有繼續施用毒品傾向，再送強制戒治。	保護處分	保護處分
三級、四級 毒品	由少年輔導委員會處理，輔導期間經評估認由少年法院處理，始能保障少年健全之自我成長者，得請求少年法院處理。		

【未成年人涉及販售毒品的刑責】

依據刑法 18 條、63 條，將可減輕刑期。

■ **少年事件處理法** 為保障少年健全成長，調整成長環境，並矯治其性格，若查獲施用第三、四級毒品時，依據毒品危害防制條例規定，應依《少年事件處理法》，給予適當的保護處分。



【保護處分】依據《少年事件處理法》第 42 條

少年法院審理事件，應對少年以裁定諭知下列之保護處分

- 一、訓誡，並得予以假日生活輔導。
- 二、交付保護管束並得命為勞動服務。
- 三、交付安置於適當之福利或教養機構輔導。
- 四、令入感化教育處所施以感化教育。

三、父母制止孩子施用毒品的相關法令

● 如果父母未制止未成年孩子施用毒品，會有法律責任嗎？



→綜整《兒童及少年福利與權益保障法》第43.70. 91.102條相關規定：

- 父母、監護人或其他實際照顧兒童及少年之人，應禁止兒童及少年施用毒品、非法施用管制藥品或其他有害身心健康之物質。
- 違反上述且情節嚴重者，處新臺幣一萬元以上五萬元以下罰鍰，且須接受四小時以上五十小時以下之親職教育輔導。
- 必要時，主管機關將派專業人員進行訪視、調查及處遇。

→依據《少年事件處理法》第84條

- 父母因忽視教養，致少年有觸犯刑罰法律之行為，而受保護處分或刑之宣告，或致保護處分執行難收效果，少年法院得裁定命其接受8-50小時親職教育輔導。
- 拒不接受前項親職教育輔導或時數不足者，得裁定處新臺幣6千元以上3萬元以下罰鍰；經再通知仍不接受者，得按次連續處罰，至其接受為止。

● 當孩子吸食毒品但未被發覺查獲，家長主動告知，請求醫療機構治療或是求助毒防中心等，孩子會被通報警方嗎？

父母應及時的伸出援手，別讓自己的小孩人生掉入毒品深淵



不會通報警方的。依據《毒品危害防制條例》第21條：吸食毒品的行為被發覺前，自動向衛生福利部指定的醫療機構請求治療，可獲得寬免，醫療機構免將請求治療者送法院或檢察機關法辦。

未滿18歲青少年使用毒品，若主動告訴警察或送至司法、戒治機構，少年法院（庭）可提供法律上的協助，少年犯前科紀錄會塗銷，但仍需面對司法的處置。







諮詢管道 GO

■ 諮詢專線、求助 e 點通 「別讓毒品囚禁您和孩子的人生」



毒品危害防制中心諮詢專線

0800-770-885 (請請你幫幫我)

由衛生福利部設置，各地方毒防中心接聽及提供諮詢服務，搭起毒品使用者、家屬等人與相關服務資源之間順暢的溝通橋梁。

周一至周日 24 小時免費服務專線

■ 求助 e 點通



QR code



當您和孩子需要遠離毒品方面的幫助，請留下您的問題，由各地方毒防中心指定專人按時檢閱，適時回覆與服務。您的基本資料及聯絡方式，本網站絕對保密，請放心留言。

礙於經濟問題，
害怕無法負擔孩子
藥癮醫療的費用，
該怎麼辦？

請填寫以下表單，「*」為必填欄位。

*姓名：	請輸入您的姓名
*電子郵件信箱：	請輸入您的電子郵件信箱
聯絡電話：	請輸入您的聯絡電話
*信件主旨：	請輸入您的信件主旨
*內容：	
*我希望由：	===請選擇毒防中心=== 的專人協助我解決問題
*驗證碼：	請輸入右方驗證碼 342% 重新產生 聽音播放

[確認送出](#) [重新填寫](#)



便捷、迅速的諮詢管道

一、教育部各縣市學生校外生活輔導會

	縣市別	地址	服務專線
1	宜蘭縣校外會	260 宜蘭縣宜蘭市泰山路 181 號	03-9351885
2	基隆市校外會	206 基隆市七堵區東新街 24 號	02-24568585
3	新北市校外會	22050 新北市板橋區中山路一段 161 號 21 樓	02-29603456
4	桃園市校外會	330 桃園市桃園區縣府路 1 號 14 樓	03-3379530
5	新竹縣校外會	310 新竹縣竹東鎮大林路 2 之 1 號	03-5969885
6	新竹市校外會	300 新竹市博愛街 5 巷 120 號	03-5728585
7	苗栗縣校外會	360 苗栗縣苗栗市電台街 7 之 1 號	037-335885
8	臺中市聯絡處	420 臺中市豐原區陽明街 36 號 4 樓	04-25298585
9	南投縣校外會	540 南投縣南投市南崗二路 6 號	049-2230885
10	彰化縣校外會	500 彰化縣彰化市南郭路一段 372 巷 63 號	04-7278585
11	雲林縣校外會	640 雲林縣斗六市內環路 437 號	05-5343885
12	嘉義縣校外會	613 嘉義縣朴子市文明路 3 之 5 號	05-3704885
13	嘉義市校外會	600 嘉義市啟明路 132 號	05-2752525
14	臺南市第一校外會	702 臺南市福吉一街 18 巷 27 號	06-2288585
15	臺南市第二校外會	721 臺南市麻豆區南勢里 1 之 36 號	06-5712885
16	高雄市聯絡處	830 高雄市鳳山區澄清路 176 號	07-7400677
17	屏東縣校外會	900 屏東縣屏東市建國路 25 號 -1	08-7538585
18	臺東縣校外會	950 臺東縣台東市中山路 128 號	089-343885
19	花蓮縣校外會	970 花蓮縣花蓮市建國路 159 號	03-8341685
20	澎湖縣校外會	880 澎湖縣馬公市中華路 369 之 1 號	06-9264885
21	金門縣校外會	891 金門縣金湖鎮高職農場路 1 號	082-337458
22	臺北市校外會	110 臺北市信義區市府路 1 號 8F (教育局內)	02-27256444
23	高雄市校外會	830 高雄市鳳山區光復路二段 132 號 3 樓	07-7406610

(資料來源：教育部)



各縣市校外會地圖查詢
教育部國民及學前教育署
「校外會查詢」QR Code



二、各縣市政府毒品危害防制中心

單位名稱	地址	服務專線
1 宜蘭縣政府毒品危害防制中心	宜蘭縣宜蘭市女中路 2 段 287 號 4 樓	03-9313995
2 基隆市政府毒品危害防制中心	基隆市七堵區明德一路 169 號	02-24565988
3 臺北市政府毒品危害防制中心	臺北市昆明街 100 號 4 樓	02-23754068
4 新北市政府毒品危害防制中心	新北市板橋區英士路 192-1 號	02-22570380
5 桃園市政府毒品危害防制中心	桃園市桃園區縣府路 55 號	03-3341066
6 新竹市政府毒品危害防制中心	新竹市中央路 241 號 10 樓	03-5355361
7 新竹縣政府毒品危害防制中心	新竹縣竹北市光明七街 1 號	03-5536336
8 苗栗縣政府毒品危害防制中心	苗栗縣後龍鎮大庄里 21 鄰光華路 373 號	037-558220
9 臺中市政府毒品危害防制中心	臺中市豐原區中興路 136 號	04-25290505
10 南投縣政府毒品危害防制中心	南投縣南投市復興路 6 號	049-2230518
11 彰化縣政府毒品危害防制中心	彰化縣彰化市中山路 2 段 162 號	04-7116710
12 雲林縣政府毒品危害防制中心	雲林縣斗六市府文路 34 號	05-5376703
13 嘉義市政府毒品危害防制中心	嘉義市德明路 1 號	05-2810995
14 嘉義縣政府毒品危害防制中心	嘉義縣太保市祥和二路東段 3 號	05-3625680
15 臺南市政府毒品危害防制中心	林森辦公室 - 臺南市東區林森路 1 段 418 號 東興辦公室 - 臺南市新營區東興路 163 號	06-2909595 06-6372250
16 高雄市毒品防制局	高雄市前金區成功一路 420 號 4 樓	07-2111311
17 屏東縣政府毒品危害防制中心	屏東縣屏東市自由路 272 號	08-7351595
18 臺東縣政府毒品危害防制中心	臺東縣臺東市博愛路 336 號	089-325995
19 花蓮縣政府毒品危害防制中心	花蓮縣花蓮市林森路 391 號	03-8311486
20 澎湖縣政府毒品危害防制中心	澎湖縣馬公市中正路 115 號 2 樓	06-9261025
21 金門縣政府毒品危害防制中心	金門縣金湖鎮新市里復興路 1-12 號	082-337555
22 連江縣政府毒品危害防制中心	連江縣南竿鄉復興村 216 號	083-622095

【聯繫多、好便利】 除了透過 0800-770-885 諮詢專線外，亦可在上班時間撥打各縣市毒品危害防制中心服務專線，進行諮詢。



各地方毒防中心信箱網站、地圖查詢
(衛生福利部)

「毒防中心查詢」QR code



三、各縣市少年輔導委員會

機關名稱	地址	電話
1 臺北市少輔會	臺北市信義區信義路 5 段 180 號 9 樓	02-23467585
2 新北市少輔會	新北市板橋區漢生東路 276 號 3 樓	02-2955718
3 桃園市少輔會	桃園市桃園區縣府路 51 號 6 樓	03-3472011
4 臺中市少輔會	台中市南屯區干城街 2 號 1 樓	04-22583709
5 臺南市少輔會	臺南市永康區龍埔街 137 號	06-2022800
6 高雄市少輔會	高雄市三民區覺民路 366 號 9 樓	07-3801484
7 基隆市少輔會	基隆市信義區信一路 103 號	02-24262051
8 新竹市少輔會	新竹市中山路 1 號	03-5224168#3036
9 新竹縣少輔會	新竹縣竹北市光明六路 12 號	03-5535564
10 苗栗縣少輔會	苗栗市府前路 2 號	037-369757
11 彰化縣少輔會	彰化市中正路 2 段 778 號	04-7516243
12 南投縣少輔會	南投縣南投市南崗二路 133 號	049-2200943#3026
13 雲林縣少輔會	雲林縣斗六市大學路 3 段 100 號	05-5371728
14 嘉義市少輔會	嘉義市中山路 195 號	05-2220861
15 嘉義縣少輔會	嘉義縣太保市祥和一路東段 3 號	05-3621596
16 屏東縣少輔會	屏東市海豐街 18-1 號	08-7360067
17 宜蘭縣少輔會	宜蘭市中山路二段 167 號	03-9330202
18 花蓮縣少輔會	花蓮縣花蓮市府前路 226 號 2 樓	03-8221477
19 臺東縣少輔會	臺東市中山路 268 號	089-356981
20 澎湖縣少輔會	澎湖縣馬公市治平路 36 號	06-9279530
21 金門縣少輔會	金門縣金城鎮金山路 15 號	082-311293
22 連江縣少輔會	連江縣南竿鄉介壽村 260 號	(0836)25859 分機 2167

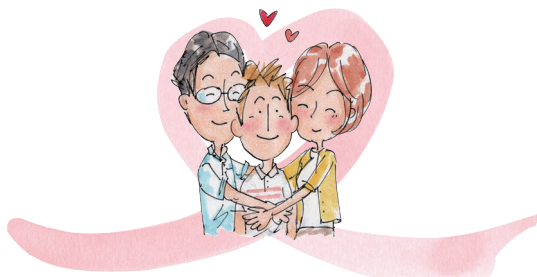


●少年警察隊

執行少年犯罪偵防等工作，包括青少年
反毒預防。







家長、孩子攜手，遠離毒品

青少年階段的孩子，本來就容易衝動，加上開始思考未來的角色、面臨新的社會要求而感到困擾和混亂，因此急著想建立新的同儕認同及在別人眼中的形象，所以常會適應不良而有偏差行為、情緒失控、缺乏自信等行為；若再加上親子互動不良、家人情感疏離、學校功課表現不佳，一不留意，誤以為認同自己的同儕是好友，很容易誤交損友，因而接觸成癮性物質或毒品，無法自拔。

當孩子陷入使用毒品的困境時，家長要以無比的愛心與耐心，運用社會資源，陪孩子重建健康的生活連結，與孩子一同攜手共創未來。



愛的叮嚀

孩子的後盾是家庭，一旦孩子陷入困境，只要親子攜手努力，藥物濫用防範的挑戰或戒治路程雖然漫長，但絕對不是遙不可及。





家長行動檢核表

就像上面成功家長的故事一樣，孩子使用毒品雖然痛心，遠離毒品的路也不容易走，但只要努力，未來仍然充滿希望！

● 以下是「我可以做的事」清單，請您依照實際狀況勾選。

我可以做的事	我做到了	我要繼續學習
學習照顧好自己	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
學習分辨、說出和用正向方法宣洩自己的負面心情	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
找個可信任的人或參加專業團體聊聊心情和事情	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
相信自己可以成功幫助孩子遠離毒品	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
聽從專業的建議	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
陪伴孩子一起面對協助毒癮處遇的過程	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
配合學校、法院、醫院、及民間協助毒癮處遇機構的規定與建議	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
配合專業的協助毒癮處遇和社會心理復健機構來幫助孩子遠離毒品	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
努力增進親子關係	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
了解使用毒品的孩子想要什麼	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
了解如何幫助孩子處理焦慮和憤怒的情緒	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
了解如何和使用毒品中的孩子增進親子關係	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
了解如何和使用毒品的孩子有效溝通	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
了解如何引導孩子拒絕使用毒品的朋友和環境	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
了解如何引導孩子對生活和未來有正向的規劃	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

◆ 上面的清單，您做得愈多，陪孩子遠離毒品的路就愈容易成功。

感謝：諮詢及審查專家群



(依姓氏筆畫排序)

才煒民 心理諮商師	王文惠 督導
何美慧 社工師	吳之凡 教官
吳豫州 督導	束連文 醫師
封崇勛 上校軍訓副督導	徐錦鋒 總會長
張淑慧 理事長	梁瑞珊 心理諮商師
章君萍 個案管理師	許日誠 調查保護官
陳孝盈 主任教官	陳彥君 主任
陳義峰 預防組長	廖信榮 老師
廖麗萍 督導	劉民和 牧師
謝欣穎 督導	覺志弘 主任教官



有愛無懼 翻轉人生



家長親職手冊



發行人：潘文忠

總策劃：吳林輝

總編輯：周麗端

主編輯：張鳳琴、黃淑滿、葉明芬、龍芝寧

執行編輯：曹翠英、黃蘭琇、鄭文瑤、張惠雯、陳宗志、林筱青、王雅萍、
賴竑融

顧問編輯：王以凡、吳建昇、林郁智、唐先梅、許育華、郭鐘隆、陳甘華、
黃瑞雯、蘇郁智（依姓氏筆畫排序）

出版機關：教育部

主編者：教育部學生事務及特殊教育司

地址：10050 臺北市中正區忠孝東路一段 172 號 4 樓

電話：(02) 7736-6666 (代表號)

網址：<https://www.edu.tw/>

出版年月：中華民國 112 年 10 月

著作財產權人：教育部

本手冊歡迎使用，請洽教育部

有愛無懼 翻轉人生



教育部 發行