



第四章 無菸好青春

— 抽菸學生的案例與輔導

.....
001

壹、他的故事

阿帥，升上國中後父母離異，他和爸爸以及奶奶同住，姊姊則和媽媽同住。阿帥爸爸的工作很忙碌，每天都忙著工作賺錢，沒有多餘的時間和心思來關心阿帥，阿帥生活起居原本是由媽媽照顧，現在主要照顧者則是奶奶，但是對於阿帥一些行為上的問題，奶奶並無法約束及管教他，只能好言相勸。

在學校裡，阿帥屬於學習低成就的學生，對於課業沒興趣且無學習動力，當然更不可能按時繳交作業，上課時常趴在桌上睡覺，跟班上同學也不熟悉，每天到校似乎沒有生活目標及重心；因緣際會下，阿帥接觸到了一群八、九年級學長，阿帥從他們那裡得到了認同感及歸屬感，於是便開始跟著學長們一起抽菸，甚至一同蹺課去網咖玩線上遊戲或聊即時通，生活過得好不快活。

對於阿帥種種偏差行為，讓導師感到很頭疼，因為經常性違反校規，且常常在校聚眾抽菸，在多次規範及管教的情境中，造成師生之間關係的緊張及衝突。

貳、問題主訴

一、主要問題

品行疾患（conduct disorders，簡稱 CD，亦稱為違規行為異常）—抽菸。

二、伴隨問題

（一）學習低成就

對課業無學習動機且學業亦無成就表現，在校無重心及目標，因此於課堂中趴睡。

（二）同儕互動弱

與同班同學互動少，人際關係不佳，在班上無法獲得認同感，因而與學長們成群結黨，一同抽菸並蹺課去網咖，從中得到了歸屬感，久而久之易有中輟之虞。

（三）師生高衝突

抽菸、蹺課等偏差行為，在在違反了學校的規範，阿帥不服老師管教，因此師生關係容易緊張並造成彼此隔閡。



參、背景分析

阿帥因父母離婚，主要照顧者由媽媽改為奶奶，但奶奶對個案偏差行為並無管教及約束能力。此外，家中親子關係不緊密，甚至疏離，家庭支持系統薄弱，家長並無及時發現阿帥接觸菸品，亦無適時表達關心及約束，讓阿帥的行為變本加厲，也讓問題日益嚴重。

肆、個案發展分析

一、身體發展

阿帥身材適中，外型帥氣，易成為眾人注目的焦點。

二、語言發展

口語表達能力尚佳，面對不熟悉的人較少說話，但是被激怒時偶爾會講髒話等較不文雅的字詞。

三、認知發展

對課業無興趣，且功課成績落後，學業表現不佳。

四、社會發展

在班上人際互動不佳，無法得到同儕認同，然而與學長相處狀況良好，對該團體有歸屬感及認同感。



五、情緒發展

情緒起伏大且容易暴躁，個性衝動，缺乏穩定性，脾氣很固執，拗起來誰說的話都聽不進去。

六、道德發展

以自我為中心，被學長們影響判斷是非對錯的價值觀，認為抽菸、蹺課等違反校規行為並沒有什麼大不了的。

七、其他

和學長們蹺課並流連網咖中，長期下來易網路成癮，且阿帥年齡尚無法完全辨識網路媒體訊息來源的正確性，易被影響價值觀。

伍、輔導策略

教師一旦知道學生有抽菸行為，應該先去瞭解背後的動機和理由，因為任何消極行為背後都有其正向意義。若只一味禁止學生抽菸，沒有注意到背後的動機及心態，學生只會一直和教師玩「貓捉老鼠」的遊戲，即便聞到身上有菸味，學生還是會否認到底，日復一日的漸漸習慣上菸品，並且會有愈來愈多的學生一起加入「同樂」，如此將會使青少年抽菸事件愈滾愈大。再者，教師應於課堂及日常生活中，灌輸學生抽菸的負面影響以及教導拒絕的技巧，並引導學生辨識傳遞的菸品訊息與菸品廣告的宣傳手法，建立學生正確道德價值觀念。



表四 抽菸的輔導策略

輔導策略	實施方式	輔導目標
瞭解背後真正動機 針對抽菸進行輔導	1. 以同理心及接納的態度，耐心晤談及瞭解阿帥抽菸背後的動機和理由，因為任何消極行為背後都有其正向意義。 2. 教師不能使用高壓政策，必須採取恩威並施的方式，讓阿帥知道他的行為違反校規，進而認同規範及改進抽菸行為。	• 與學生建立關係 • 輔導與管教並重
增進同儕相處機會 給予孩子表現機會	1. 鼓勵班上學生主動關懷阿帥，減少阿帥獨處以及和學長們在一起的機會，支持並建立阿帥和同學的友好關係。 2. 讓阿帥擔任班上幹部或小老師，協助處理班級事務，一方面增進和同學互動的機會，另一方面從中肯定及鼓勵他的表現。	• 重建人際網絡支持力量 • 建立孩子的自信心
適當拒絕向菸說不 運用行為改變技術	1. 與阿帥分析抽菸對生理、心理、社會等負面影響，以及瞭解抽菸對人體的壞處，並教導阿帥如何做決定以及拒絕的技巧。 2. 設定阿帥可達成的目標，降低標準，給予正增強並立即獎勵，鼓勵阿帥由他律進而成為自律，循序漸進達成拒菸目標。	• 學習拒絕他人的技巧 • 改變學生不當抽菸行為

輔導策略	實施方式	輔導目標
課業輔導 補救教學	1. 安排熱心小義工坐在<u>阿帥</u>周圍，協助其課堂學習以及課後作業完成，提昇<u>阿帥</u>課業成績及學習成就感。 2. 轉介參與攜手計畫課程，安排及實施補救教學，讓<u>阿帥</u>功課慢慢迎頭趕上，但不能過於嚴苛要求，需循序漸進的鼓勵及肯定他。	• 提昇課業成績及成就感
正確情緒 抒壓方式	1. <u>阿帥</u>在家中缺乏關愛，且與家人親密關係不佳，父母離婚造成心理壓力，再加上和同儕關係疏離，及課業低成就等因素，使<u>阿帥</u>心理焦慮不安，對自我概念亦採低自尊的想法。 2. 應教導<u>阿帥</u>正確的抒壓方式以及穩定情緒之方法，例如：以糖果或口香糖代替抽菸的欲望，並以運動、聽音樂等方式抒壓。	• 關懷學生身心健康狀況
親師合作 良好溝通	1. 與家長聯繫溝通，讓父母了解老師在學校會怎樣努力來幫助<u>阿帥</u>，以及父母在家中可如何配合，增加親職教育方向，以及增進<u>阿帥</u>與家人間關係的親密度。 2. 邀請家長到校或是到家中進行訪問，與家長共同合作及觀察，留意<u>阿帥</u>在家及在校的抽菸行為，並與<u>阿帥</u>訂立明確規定。	• 鼓勵家長提升親職功能 • 與學生家長建立夥伴關係
專業人員 共同合作	1. 進行責任通報，提報輔導處和學務處共同協助處理違反校規行為，以及後續個案輔導。 2. 與專業人員心理師、社工師、輔導老師分工合作，以團隊方式一同幫助、持續關心<u>阿帥</u>，並參與個案研討會議，預防<u>阿帥</u>中輟之虞。	• 通報相關人員進行處理
媒體識讀 道德教育	1. 教師必須引導學生如何去辨識傳遞的菸品訊息與菸品廣告的宣傳手法，以明智的態度去看待，而非一味吸收媒體給予的訊息和資訊，造成了錯誤的觀念及想法。 2. 鼓勵學生參與輔導處辦理的「無菸好青春」小團體，讓學生從體驗活動中更了解抽菸對人體的負面影響，培養明辨是非的態度及價值觀念。	• 建立正確道德價值觀念



陸、輔導結果與省思

溫啟邦等（2002）發現臺灣現今抽菸人口與 10 ～ 15 年前相比，抽菸年齡出現年輕化現象，且抽菸者的平均菸量比 10 年前增加約 14%。再者，有研究顯示：有 40.7% 第一次抽菸的場所在學校，有 68.8% 第一次抽菸的原因是好奇心驅使，76.9% 第一次抽菸的主要影響者是朋友及同學，研究中說明了同儕對青少年抽菸影響力之外，而且此階段人口大部份均在學，學生群聚的現象使學校成為良好推動拒菸活動的場所，更突顯出學校在預防青少年抽菸上扮演著重要的角色。

另外值得一提的是，「菸害防制法」在立法院經過近六年的努力，在 86 年 3 月 4 日三讀通過，9 月 19 日起全面實施；「菸害防制法」是一項保障不抽菸者，拒抽二手菸的權利及尊重抽菸者的自由之法案，主要內容為限制菸品廣告促銷，未滿十八歲者不得抽菸，禁止供應菸品予未滿十八歲者，指定部分公共場所全面禁菸或明顯區隔抽菸區、禁菸區。因此，目前校園校規明定學生在校內外均禁止抽菸。

上述研究及法規說明了學校在預防青少年抽菸上扮演著重要的角色，教師和學生在校相處時間長，只要教師再多花一些時間和心思，正向引導及規勸學生，相信學生一定會感受到老師的用心，逐漸減少偏差行為，一步一步走向正軌、迎向陽光。

柒、資源百寶箱

1. 戒菸專線服務中心
<http://www.tsh.org.tw/>
2. 2010 亞太戒菸專線工作坊
<http://www.tsh.org.tw/apquitline/>
3. 行政院衛生署國民健康局－菸害防治資訊網
<http://tobacco.bhp.doh.gov.tw/>
4. 菸害申訴專線 0800-531-531 免費戒菸專線 0800-63-63-63
5. 行政院衛生署－輕鬆識讀，菸害消除
http://www.doh.gov.tw/CHT2006/DM/DM2_p01.aspx?class_no=25&now_fod_list_no=6656&level_no=2&doc_no=39695
6. 健康九九網站－行政院衛生署國民健康局
<http://health99.doh.gov.tw/default.aspx>
7. 健康九九網站－菸害防治主題館－菸害防制法
<http://health99.doh.gov.tw/box2/smokefreelife/law.aspx>



8. 臺北市政府衛生局一無菸整合網
<http://subweb.health.gov.tw/Nosmoking/index.asp>
9. 華文戒菸網—董氏基金會
<http://warning.e-quit.org/warning/ContentDirectShow.aspx?Mid=55&CurSite=%26gt>
10. 行政院衛生署
http://www.doh.gov.tw/cht2006/index_populace.aspx
11. 財團法人董氏基金會
<http://www.jtf.org.tw/>
12. 財團法人董氏基金會—菸害防治特區
<http://www.jtf.org.tw/JTF03/03-01.asp>
13. 行政院衛生署國民健康局—健康數字 123
<http://olap.bhp.doh.gov.tw/system/ModelIntroList.aspx?menu=1000000000008&mid=4>

