

Manual on Psychosocial Interventions
in the Methadone Maintenance Treatment

美沙酮维持治疗 社会心理干预操作手册

罗健 编



云南出版集团公司
云南科技出版社

美沙酮维持治疗 社会心理干预操作手册

*Manual on Psychosocial Interventions
in the Methadone Maintenance Treatment*

罗健 编

云南出版集团公司
云南科技出版社

• 昆明 •

图书在版编目 (CIP) 数据

美沙酮维持治疗社会心理干预手册/罗健编著. —昆明:
云南科技出版社, 2008. 12
ISBN 978-7-5416-3019-4

I. 美… II. 罗… III. 药物治疗—应用—社会心理—心
理卫生 IV. C912.6 R395.6

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第170992号

云南出版集团公司

云南科技出版社出版发行

(昆明市环城西路609号云南新闻出版大楼 邮政编码: 650034)

昆明亮彩印务有限公司印刷 全国新华书店经销

开本: 787mm×1092mm 1/16 印张: 9.75 字数: 92千字

2008年11月第1版

2008年11月第1次印刷

印数: 1~1000册

定价: 28.5元

序

中国美沙酮维持治疗试点工作于2004年正式启动，当时在云南、贵州、四川、广西和浙江5个省、区建立了8个试点门诊，经过2005年、2006年两年的工作，2006年9月，中国美沙酮维持治疗试点工作结束，开始进入推广实施阶段。截至2007年12月31日止，全国美沙酮维持治疗门诊已扩展到503个，门诊共覆盖23个省市自治区，累计入组病人97,554名，在治人数57,941人。

中国四年来的美沙酮维持治疗历程证明，美沙酮维持治疗是一项有效的以人为本的禁毒防艾措施，它极大地萎缩了中国毒品的消费市场，减少了毒品需求。接受美沙酮维持治疗的病人最大限度地减少了注射使用毒品、共用注射针具、不安全性行为等易传播疾病的高危险行为。这部分患者的个人、家庭和社会功能得到了康复，违法犯罪行为降低。美沙酮维持治疗充分保障了人的权利，维护了社会的稳定，促进了社会和谐发展。

虽然如此，但我们还是清楚地看到，全国各地美沙酮维持治疗门诊的发展是不平衡的，仍然有一部分门诊累计入组治疗人数偏低，受治者长期保持在治疗程序中的比例不高，这些门诊覆盖当地现有注射毒品人群的面不够，没有起到遏制和控制当地艾滋病流行的作用。究其原因，我们发现主要是门诊工作人员开展美沙酮维持治疗工作的能力有限，他们缺乏在门诊开展社会心理干预的理念，没有充分利用美沙酮维持治疗门诊这个综合干预平台开展相应的艾滋病防治活动。

国内外研究表明，在药物依赖者的替代维持治疗中，如果加上社会心理干预，会取得事半功倍的效果。已有证据证明，社会心理干预中的动机强化治疗、认知治疗、支持性心理治疗、行为治疗、个案管理、生活技能训练、集体辅导、自助互助活动等都能有效地促进受治者的治疗动机，增强他们的自我效能，减少他们的高危险行为，提高他们在替代维持治疗中的保持率，降低脱失率，帮助他们改善交流和沟通的能力，提高他们的生命质量，从而使他们能够更好地融入主流社会。

正是在这样的背景下，我国一批最早在药物依赖治疗领域工作的中青年专家编写了这本《美沙酮维持治疗社会心理干预手册》，本手册分为两个部分，前一部分为社会心理干预活动的理论基础，后一部分为具体的社会心理干预活动，已具有实践基础的工作人员可以阅读前面部分，用于提高理论水

平。希望能够尽快开展社会心理干预活动的工作人员可以直接翻阅后面部分的相关活动，按图索骥，即可开展相应的活动。本书力图将理论与实践尽可能地结合在一起，理论部分写得简明扼要，具体干预活动具有较强的可操作性，但由于此项工作在我国起步较晚，国外成功的实践经验本土化还需要一定的实践积累，因此本书难免有诸多的不足，这就需要读者在实践的过程中善于发现问题，不断进行探索和创新，举一反三，开发出一系列能够符合当地实际的社会心理干预活动。若能这样，本书的目的也就足矣。

李建华

戊子年中秋于野草堂

CONTENTS 目 录

关于本手册	1
手册使用方法	2

理论和方法部分

第一篇 社会心理干预概述	3
一、什么是社会心理干预方法	4
二、社会心理干预活动的种类	4
三、美沙酮维持治疗中开展社会心理干预的原则	5
(一) 个体化原则	5
(二) 兼顾多种需求的原则	6
(三) 灵活性原则	6
(四) 连续性原则	7
(五) 系统性原则	7
(六) 参与性原则	8
(七) 建立保障机制的原则	9
四、美沙酮维持治疗门诊管理者和工作人员 在社会心理干预中的作用	9
(一) 门诊管理者的作用	9
(二) 门诊工作人员的作用	11

目 录CONTENTS



第二篇 社会心理干预的步骤	15
一、社会心理干预前的准备	16
(一) 成立社会心理干预小组	16
(二) 明确干预的对象	16
(三) 选择干预的场所	17
(四) 干预前的需求评估	17
二、制订社会心理干预活动计划	21
(一) 制订干预活动计划	21
(二) 个案管理	21
三、社会心理干预后的效果评估	22
(一) 评估的目的	22
(二) 评估指标	22
(三) 评估方法	22
(四) 评估结果的反馈	24

第三篇 社会心理干预的方法	25
一、个别心理咨询	26
(一) 个别心理咨询的概念	26
(二) 个别心理咨询的基本原则	26
(三) 个别心理咨询的步骤和阶段	28
(四) 个别心理咨询的基本技巧	31
(五) 个别心理咨询的案例	33
二、家庭咨询	37
(一) 家庭咨询的概念	37
(二) 家庭咨询的原则	38
(三) 家庭咨询的步骤	39
(四) 家庭咨询的方法和技巧	41
三、小组干预	43
(一) 小组干预的概念	43
(二) 小组干预中应该考虑的要点	44
(三) 小组干预的条件	45
(四) 常见的小组干预方法	47
(五) 小组干预主持人的作用和要求	55
四、同伴教育	57
(一) 同伴教育的概念	57
(二) 同伴教育的作用	57
(三) 开展同伴教育活动的步骤	58
(四) 同伴骨干应具备的条件	58
(五) 同伴骨干的挑选与管理	58
(六) 培训同伴骨干的内容	59
(七) 同伴骨干的工作内容	59



实际操作部分

第四篇 美沙酮维持治疗患者 的社会心理干预活动	61
一、美沙酮维持治疗及相关知识	62
1. 美沙酮维持治疗介绍	62
2. 美沙酮的副作用	64
3. 美沙酮维持治疗期间阿片类药物过量中毒的急救措施	65
4. 美沙酮维持治疗期间怀孕及相关问题的处理	67
5. 尿检阳性的认识	69
6. 丙肝的预防及治疗	70
7. 艾滋病自愿咨询检测	71
8. 抗病毒治疗及治疗依从性的重要性	73
二、治疗依从性的促进	75
1. 美沙酮维持治疗期间的常见问题	75
2. 如何应对美沙酮维持治疗期间对海洛因的渴求感和偷吸现象	78
3. 识别及应对导致偷吸的危险情景	80



CONTENTS 目 录

4. 如何制定坚持美沙酮维持治疗的时间表	82
5. 正确面对服用美沙酮后的角色转变	84
三、生活技能	86
1. 什么是生活技能	87
2. 调节情绪的方法	88
3. 缓解压力的方法	89
4. 如何理解他人	91
5. 如何做决定	92
6. 如何解决问题	94
7. 如何说“不”	97
8. 如何与家人沟通	98
9. 社会支持系统的建立	99
四、职业技能	101
1. 改变就业观念	101
2. 态度决定一切	104
3. 我的就业能力评估	105
4. 就业经验分享	107
5. 怎样找工作	109



第五篇 美沙酮维持治疗患者的家庭及社区干预 111

一、家庭的干预 112

(一) 家属的小组干预 112

1. 美沙酮维持治疗介绍 113
2. 家属在美沙酮维持治疗中的作用 114
3. 家属与美沙酮维持治疗患者的沟通 115
4. 美沙酮维持治疗相关政策宣传 117
5. 艾滋病知识介绍 119
6. 抗病毒治疗及家属在其中的作用 123

(二) 美沙酮维持治疗患者家属委员会 125

1. 美沙酮维持治疗患者家属委员会的概念 125
2. 组建美沙酮维持治疗患者家属委员会的目的 126
3. 美沙酮维持治疗患者家属委员会的组建与管理 126
4. 美沙酮维持治疗患者家属委员会实例—
云南省文山县美沙酮维持治疗患者家属委员会简介 127

二、社区的干预 129

1. 降低毒品危害的概念和措施 130
2. 美沙酮维持治疗介绍 132
3. 美沙酮维持治疗的成效 135
4. 美沙酮维持治疗的相关政策介绍 137
5. 社区如何帮助美沙酮维持治疗患者 139
6. 社区如何宣传美沙酮维持治疗 140
7. 如何减少群众对美沙酮维持治疗患者的歧视 143

参考文献 145

【关于本手册】



使用对象

本手册的使用对象主要为美沙酮维持治疗门诊工作人员、管理者和美沙酮维持治疗患者。手册也可作为各级现场干预人员了解社会心理干预方法的参考资料。

手册内容介绍

撰写本手册的目的在于增加美沙酮维持治疗门诊的工作人员有关社会心理干预方面的理论知识，提高他们为美沙酮维持治疗患者、家属提供社会心理支持的能力，从而进一步提高美沙酮维持治疗的效果。因此，手册在内容和形式的选择上非常注重美沙酮维持治疗门诊工作人员、美沙酮维持治疗患者和家属的需求，力求保证手册具有可操作性、实用性和指导性。

手册的内容分为两部分。第一部分为理论和方法部分，主要介绍社会心理干预的相关概念、原则和方法，目的在于让手册使用者掌握美沙酮维持治疗社会心理干预的有关理论和方法，以利于指导实践。第二部分为实际操作部分，针对美沙酮维持治疗社会心理干预可能涉及到的美沙酮维持治疗患者、家庭和社区的特点，并结合这三个群体在社会心理干预中的不同作用，分别介绍了具体的社会心理干预活动。为了方便手册使用者开展干预活动，在具体干预活动的介绍中，详细描述了各种活动的主题、目的、对象、时间、方法、材料、操作步骤和活动主持人应该关注和总结的要点。

【手册使用方法】

>>>

在首次使用本手册时，最好能够将手册从头至尾仔细阅读一遍，以便对社会心理干预的理论、方法和具体活动有全面的了解，从而确定在实际工作中该如何制订干预计划和开展具体的干预活动。

在使用手册时，使用者应结合当地美沙酮维持治疗患者、家属、社区的特点和需求，以及门诊工作人员的能力和可利用的资源等，选择性地开展相应的干预活动。

手册中所列的各种干预方法是作者在实践的基础上发展起来的，意在指南，旨在抛砖引玉。除了手册中提到的一些干预方法和活动外，使用者可以在实践中不断地训练、学习和总结，并自行设计和拓展其他干预方式，如声像教学、知识竞赛、演讲活动、辩论会、郊游、小品剧、歌舞表演等。我们鼓励手册使用者在实践中对美沙酮维持治疗社会心理干预活动的内容、方法等进行补充、完善和创新。

【 理论和方法部分 】

第一篇

社会心理干预概述

一、什么是社会心理干预方法

社会心理干预方法是基于生物—心理—社会医学模式并融合了许多理论和方法，如行为改变理论、认知行为理论、动机促进理论、社会学习理论等而提出的一套系统的、综合的干预方法。

社会心理干预是指通过关注人们的社会关系、所处环境和个人对社会关系或环境的主观认识，以理解、推测个人的行为和影响个人行为改变的潜在因素，从而采取多种方法对个人、个人的社会关系和个人所处的环境进行干预。虽然个人的习惯、个性是影响其行为的重要因素，但个人所处的社会环境，和他对其所处环境的认识也与其行为有着密切的因果关系。促使个人和社会发生显著改变的关键之一是了解影响人们行为的环境所起的作用及其规律。

社会心理干预方法认为，人们已经拥有了许多必需的技能、知识和获得成功的动机，行为改变的关键在于消除影响个人表现他们已有的基本技能、知识和动机的环境方面的障碍。有效的干预指在适当的时间和适当的情景下，提供适当的心理和社会方面的干预。

很多国家的研究和实践证明，社会心理干预是美沙酮维持治疗门诊的核心和不可缺少的部分之一，是药物治疗手段之外的重要组成部分。针对美沙酮维持治疗患者进行社会心理干预的目的在于，作为药物治疗的补充，关注美沙酮维持治疗患者在持续的康复过程中有待恢复的功能、行为和环境。基本的目标是帮助美沙酮维持治疗患者从毒品和成瘾行为中摆脱出来，并维持操守。第二个目标是帮助维持治疗患者从毒品和成瘾行为对个人和家庭的伤害中逐步得到康复，回归主流社会。

社会心理干预与药物治疗相结合的方法将有助于促进美沙酮维持治疗的效果。药物维持与医疗服务、定期咨询、应对技能训练、家庭咨询、职业咨询、小组干预和社会工作等多种方法相结合，将使美沙酮维持治疗获得较好的效果。

二、社会心理干预活动的种类

按照社会心理干预的对象人数多少可以将社会心理干预活动分为个别干预和群体干预（也可称为团体干预、小组干预）两类。在实际工作中，应根据具体情况，采取个别干预和群体干预相结合的形式。这样既能扩大干预的覆盖面，又能进行深层次的干预，往往可取得比较好的干预效果。一般而言，门诊可在个别干预的基础上，发现

有共性的问题，进行群体干预。也可在群体干预的基础上，针对维持治疗患者的具体情况，进行深入的个别干预。

（一）个别干预

个别干预是指对单个对象进行的干预。其优点在于没有他人在旁，干预对象的顾虑较少，可以表达真实的想法和倾吐较隐私的问题。此外，由于干预对象及其家庭的背景、经历、社会地位等的不同，其面临的实际问题 and 需求都不一样，因此需要有针对性地开展个别干预。

在实施个别干预前，需要对每一个干预对象进行评估并建立个人档案，档案内容应包括：个人一般情况、家庭情况、个人药物滥用情况、感染艾滋病的高危险行为评估结果、心理卫生状况评估结果和干预意见等。之后，制定出一个详细、可行的个别干预计划。在实施干预后，要定期进行评估，并根据评估结果对干预计划和干预活动进行适当调整。

（二）群体干预

群体干预是指将具有同类问题的干预对象组成小组或较大的团体，进行共同讨论、指导和干预。群体干预是利用集体的力量，使干预对象间相互影响、启发和帮助。通过群体干预，能促使干预对象领悟各自存在的问题，利用群体的正性力量，使每一个对象发生思想、情感、态度和行为的改变，以达到社会心理干预的目的。

群体干预往往在个别干预的基础上开展。通过总结个别干预中发现的共性问题和对干预对象的观察，确定群体干预的内容。在每次群体干预后，要对干预的效果进行评估，以确保干预的质量。在开展群体干预一定时间后，需要定期进行评估，并根据评估结果调整群体干预的内容、方法等。

三、美沙酮维持治疗中开展社会心理干预的原则

（一）个体化原则

每个人都具有独特性和个别性，由于个人的年龄、性别、民族、信仰、文化、背景、经历和支持系统等各不相同，单一的社会心理干预方法是不适合所有干预对象的。因此，对于每一个干预对象都应制订相应的、针对其问题的社会心理干预计划。

在美沙酮维持治疗门诊中，维持治疗患者因性别、文化程度、参加维持治疗的动机、使用海洛因等毒品的时间和数量、家庭对他们的支持程度等的不同，对他们进行社会心理干预时，需要从每个维持治疗患者的具体问题出发，充分考虑其问题形成的原因、维持治疗患者的个性特点、需求、可以利用的资源等，从而制订出有针对性的、个体化的社会心理干预计划，以促进美沙酮维持治疗患者的康复。

（二）兼顾多种需求的原则

国内外的长期研究证明，有效的社会心理干预应考虑干预对象的多种需求，并提供相应的服务。就美沙酮维持治疗患者而言，他们除了要面对海洛因依赖的问题外，往往存在与海洛因依赖相关的身心健康、社会技能、职业技能和法律等方面的问题，如感染了艾滋病病毒、携带丙肝病毒、与他人交流沟通困难、与家人存在隔阂、抑郁、焦虑、缺乏求职技能、缺乏解决问题的技能和有违法犯罪行为等，这些问题与海洛因依赖问题相互交叉、相互影响。因此，美沙酮维持治疗患者有获得相关疾病治疗、接受社会技能培训并回归社会、接受职业培训和就业、回归和建立家庭等多种需求，只解决其中的某个问题和某种需求并不能取得很好的干预效果。

在美沙酮维持治疗患者中开展社会心理干预时，不能仅仅关注维持治疗患者需要解决海洛因依赖的需求，其他与海洛因依赖相关的医疗、心理、社会、职业和法律等方面的需求都应该关注。因此，社会心理干预需要调动美沙酮维持治疗门诊内外的多种资源，为维持治疗患者提供美沙酮药物治疗、相关疾病诊疗、心理咨询和治疗、行为干预、同伴辅导、职业技能培训、社会福利、法律咨询、法制教育等多种服务，以期获得良好的干预效果。

（三）灵活性原则

社会心理干预应具有灵活性，以便更好地符合干预对象的需求和变化。在干预过程中，随着时间的推移，干预对象的问题、需求和行为是不断变化的，因此，需要对干预对象进行不断地评估，并以评估结果为基础及时调整干预的内容、形式和方法。

在美沙酮维持治疗中，随着维持治疗患者接受治疗的时间长短不同，维持治疗患者的身体状况、心理特点、行为特征是不同的，他们面临的问题和需求也是不断变化的。在引入期，即接受美沙酮维持治疗的15至30天、维持早期（1个月至3个月）、稳定维持期（3个月至数年），维持治疗患者的需求是不同的，存在由关注身体、生理方面的需求（如控制海洛因戒断症状、关注美沙酮的副作用、相关疾病的治疗等），转向家庭功能康复（如与家人和睦共处、恋爱、结婚、生育等）、职业功能康复（如获得合法收入、就业等）和社会功能康复（如结交新朋友、得到社会的接纳和认