

113年戒菸服務人員繼續教育訓練

個案概念化與案例研討

講師：許珮婷

2024.03.09 高雄

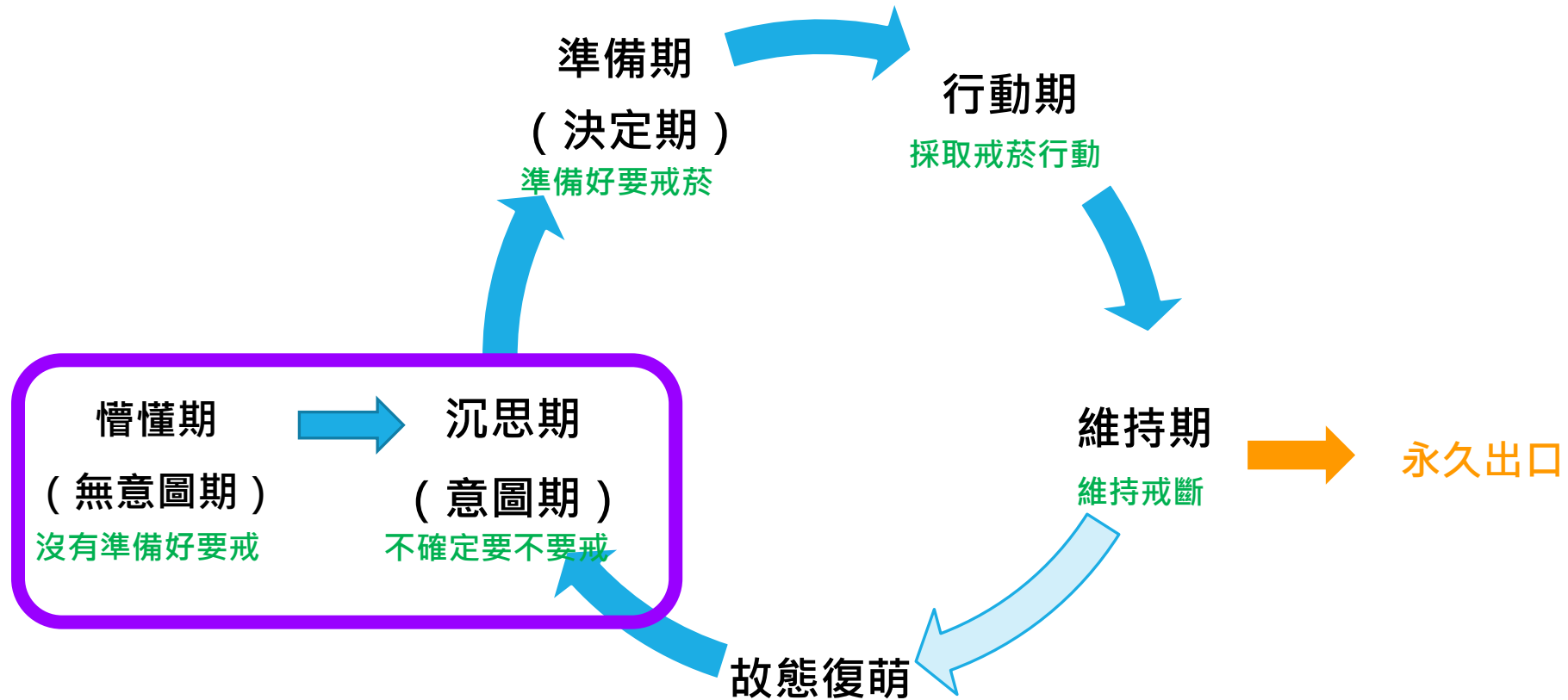
「個案概念化」

「個案概念化」是指助人者將當事人整體狀況作一個全面性瞭解，並形成部分思考的過程(當事人的問題、形成問題的原因、處遇策略...等)。

- 是一個主動而連續發展的過程
- 受助人者的專業知識和採取的理論架構影響

跨理論模式

Transtheoretical Model



懵懂期
(無意圖期)



沉思期
(意圖期)

➤ 引發/增加動機(5R's)

➤ 增加/強化動機

- 找出強而有利的動機
- 強調戒菸好處

戒菸專線服務族群之戒菸原因

	1	2	3
105年	身體健康	自我決定	他人要求
106年	身體健康	自我決定	經濟因素
107年	自我決定	身體健康	經濟因素

	青少年	孕婦	老年人
105年	自我決定 他人要求、身體健康	自己懷孕 自我決定、身體健康	身體健康 自我決定、他人要求
106年	自我決定 身體健康、他人要求	自己懷孕 自我決定、身體健康	身體健康 自我決定、經濟因素
107年	自我決定 身體健康、他人要求	自己懷孕 身體健康、自我決定	身體健康 自我決定、經濟因素

增加戒菸動機的方法：5R's

- 與個人的相關性(Relevance)
- 吸菸的危害(Risk)
- 戒菸的報酬(Reward)
- 戒菸的障礙(Roadblock)
- 反覆嘗試(repetition)

增加戒菸動機的方法：5R's

➤ 與個人的相關性(Relevance)

- 鼓勵個案說出其個人應該戒菸的理由，相關性越大越好。
- 若吸菸對於個人健康或對家人及小孩會有不良的影響，則可能會加強他的戒菸動機。

增加戒菸動機的方法：5R's

➤ 吸菸的危害(Risk)

- 急性的身體危害 (呼吸困難、久咳不癒)
- 慢性的身體疾患 (高血壓、心肌梗塞、狹心症、中風、癌症、不孕症)
- 對旁人和環境的危害 (如二手菸、三手菸別人罹患氣喘、肺癌)
- 形象不佳 (老菸槍、沒有女人緣)

增加戒菸動機的方法：5R's

➤ 戒菸的報酬(Reward)

- 促進健康(自己、身邊的人)
- 節省金錢
- 給子女做好榜樣
- 體力變好
- 性功能良好
- 減少皮膚皺紋
- 家中、車內及衣服聞起來不再有菸味，感覺清新
-

增加戒菸動機的方法：5R's

➤ 戒菸的障礙(Roadblock)

- 尼古丁戒斷症候群
- 害怕失敗
- 體重增加
- 缺乏支持系統
- 情緒低落
- 懷念吸菸感覺

增加戒菸動機的方法：5R's

➤ 反覆嘗試(repetition)

- 反覆提醒戒菸
- 假如吸菸者先前嘗試戒菸失敗，應告知大部分吸菸者在真正成功戒菸前，都是經歷反覆的嘗試，最後才戒菸成功。

對於沒有任何戒菸意願者，即使勸知後仍無意願戒菸者，吾人也要**尊重其決定，保持良好的關係。**

戒菸個案研討

戒菸個案研討

個案戒菸的動機

我們的介入