

# 從傷痛走向重生： 女性藥癮者的創傷與更生旅程

文·圖／吳慧菁

## 當我們說起藥癮，是否也看見了「她們」？

**提**到「藥癮」，你會想到什麼？是社會邊緣人？是街頭毒品交易？還是新聞報導中的犯罪事件？但你是否曾想過，那些因藥物被定義的人，可能是你我的家人、親戚、朋友，甚至是一位母親。

在臺灣，藥物濫用的問題比我們想像中更普遍。根據2018年全國物質使用調查，12至64歲的民眾中，約有20萬人曾經藥物濫用。司法系統中，毒品犯罪常是導致女性入監的主要原因之一。截至114年2月，在監女性受刑人中，已有將近47%因違反毒品危害防制條例而服刑，超過所有其他類型的刑事犯罪，也超過男性因藥物使用而入獄。2024年，法務部統計超過一半（51.33%）的女性藥癮者因違反毒品危害防制條例而入獄。2020年，美國國家藥物濫用研究所（National Institute on Drug Abuse, NIDA）也發現女性對藥物渴望較強，較可能感染愛滋病，伴隨較高死亡率與影響月經週期。特別在懷孕期間，使用酒精與藥物對胎兒與母體健康造成不利影響。

需更令人關注的是，許多女性在出獄後不久又再度被捕，重返監獄。她們似乎很難真正「戒掉」，並未為出獄後無毒生活做充分準備，但這真的是因為她們不夠努力嗎？還是我們忽略了什麼更深層的原因？

## 創傷，是許多女性藥癮故事的開端

有些人可能會想：「用藥不是她們自己的選擇嗎？」但真相常常遠比表面複雜。對許多女性而言，用藥並不是放縱的選擇，而是對傷痛的求生回應。研究發現，女性藥癮者多來自弱勢背景，她們大多數在成長過程中曾經歷家庭或親密關係暴力、性侵害、失依、經濟剝奪或情感疏離等創傷經驗。筆者近期的報告發現，73.9%的藥物施用者曾經歷嚴重創傷，其中女性的比例與嚴重程度更高，並有高達85%的女性曾經歷流產或墮胎，造成更深的心理創傷。



女性成癮原因多來自創傷，因此也比較難戒除。  
(圖取自Freepik)

加深其創傷經歷與社會排除，形成惡性循環。在文化與道德框架中，使用藥物女性也更容易被貼上「壞女人」、「不負責任、不適任母親」等標籤，諸多的社會負面評價，進一步打擊其自尊、重返融入社會的動機。

這些創傷經驗可能導致他們無法正常面對生活的困境，需要藉由藥物達到短暫的麻痺、逃避現實，尤其是當創傷來自親密關係時，女性更容易在依附關係中持續施用藥物。藥物不僅是緩解壓力的手段，也象徵著他們對控制感的渴望，在過程中，有些女性從事性交易換取毒品，可能

### 多重身份任務的掙扎與調適：藥癮者也是母親、女兒與照顧者

在大多數人的社會期待中，女性應該是家庭的守護者、孩子的照顧者，是溫柔又有責任感的角色。但對許多女性藥癮者來說，這些角色往往成為沉重的負擔。

有些人出監後最關心的不是自己未來怎麼樣，而是：「我的孩子還願意叫我媽媽嗎？」「家人還會願意接納我嗎？」「我還有機會重新開始嗎？」這些擔憂不只是情緒問題，常直接影響她們復原的動力與信心。

其實，只要社會願意給她們一點理解與機會，很多人是可以好好站起來的。像是一些曾參與親職支持團體的女性或復原增權團體，後來促進她們與孩子修復關係，自己也變得更穩定、更有自信、學會自我保護。有些非營利機構也會提供教養課程、法律協助、庇護住所等整合服務，幫助她們慢慢找回生活的主控權。

### 回歸社區，是一場新的挑戰

從監所出來，並不代表就此重獲自由。很多女性藥癮者剛回到社區，就像進入一個陌生又嚴苛的世界。她們常常沒有固定的住處、沒有穩定的收入來源，也沒有足夠的心理支持。社會對她們仍有很多偏見，像是「有前科不能信」、「吸過毒就是壞人」等等，讓她們很難重新融入社會。

一個人是否能順利復歸，除了個人意願之外，也很仰賴她身邊的支持系統。像是家

人是否願意給她機會、社區是否友善、政府資源是否可近，都會影響她們的未來走向。很可惜在現實中，很多女性一出監，連最基本的住處都沒有，更別說找到願意聘用她們的雇主了。有些縣市的服務資源較多，但也有些地方服務斷裂，讓人無所依靠。當環境讓一個人失去了希望，即使她曾經戒毒成功，也可能因壓力與孤立再次復發。

## 回應創傷，不能只靠「戒毒」兩個字

有些人會說：「她們就是要有決心啊！不要再用就好了！」但對真正經歷過創傷的人來說，這樣的話未免太過簡化。很多女性藥癮者，其實從來沒有被好好照顧過。她們需要的，不只是停止用藥，更是被看見、被理解。現在有越來越多的實務團隊開始採用「創傷知情照顧」和「性別敏感處遇」的方式，也就是在幫助她們的過程中，了解她們過去經歷過什麼傷害、她們的情緒反應是如何形成的，再給予實際的幫助。例如，教她們怎麼覺察情緒、怎麼照顧自己、怎麼與人建立信任關係，這些都是重新生活的重要起點。

此外，實證研究也指出，如果社會支持系統的服務品質夠好、讓人有安全感，會大大提升她們的參與意願與滿意度。尤其是當她們本身資源有限時，這些支持就變得更加關鍵。同時，服務提供者的態度也很重要——如果第一線人員能真正相信她們是有能力改變的，整個服務歷程也會更有效。

## 結語：她們正在努力，社會也該努力

有人說，十個藥癮者裡面有九個會再犯。但我們想說的是：那一個真正想改變的人，值得我們去陪伴。我們看到很多女性努力地在治療、重建關係、學習新的技能，只希望自己能再次成為孩子眼中的母親、社會眼中的「正常人」。

她們的故事，反映的不只是個人的掙扎，也是一個生活在風險社會中怎麼面對創傷、性別與復原的考題。如果我們願意看見她們的努力，給她們一個重新來過的機會，也許我們就能一起打造一個更有同理心、更友善、更有韌性的社會。（本專題策畫／新聞所林照真教授）

## 參考文獻：

- [1] 吳慧菁、賴擁連、胡淳茹、李思賢（2018）。〈工作認同、助人態度、與工作滿意度相關探討：毒品危害防制中心之個案管理師為例〉。《藥物濫用防治》，3(3)，1-31。  
[https://doi.org/10.6645/JSAR.201809\\_3\(3\).1](https://doi.org/10.6645/JSAR.201809_3(3).1)

- [2] 法務部（2025）。監獄在監受刑人罪名。性別統計專區。網址：[https://www.rjtd.moj.gov.tw/RJSDWeb/common/WebList3\\_Report.aspx?menu=GEN\\_REDRESS&list\\_id=1877](https://www.rjtd.moj.gov.tw/RJSDWeb/common/WebList3_Report.aspx?menu=GEN_REDRESS&list_id=1877)
- [3] 胡淳茹、吳慧菁、賴擁連、郭倩宜（2020）。〈女性藥癮更生人社區復歸服務系統之現況分析〉。《藥物濫用防治》，5(2)，25-54。https://doi.org/10.6645/JSAR.202006\_5(2).2
- [4] 衛生福利部（2020）。107年全國物質使用調查結果報告。衛生福利部。
- [5] 賴擁連、吳慧菁、蔡田木（2021）。〈女性毒品收容人釋放後生活關注議題以及尋求協助需求之初探〉。《藥物濫用防治》，6(2)，37-60。https://doi.org/10.6645/JSAR.202106\_6(2).3
- [6] 劉子瑄、楊士隆。（2016）。〈毒癮司法戒治效果之性別差異研究〉。《藥物濫用防治》，1(1)，1-26。https://doi.org/10.6645/JSAR.2016.1.1.1
- [7] 楊士隆、曾淑萍、林鴻智、許俊龍（2021）。〈毒品收容人其施用毒品行為之性別差異分析〉。《藥物濫用防治》，6(1)，27-48。https://doi.org/10.6645/JSAR.202103\_6(1).2
- [8] Chiao-Yu Yang, Hui-Ching Wu\*, Jyun-Hong Chen, Ming-Hong Hsieh, Yung-Lien, Lai. (2023). Predictors of Post-Release Drug Use Recovery among Previously Incarcerated Women: The Mediating Effect of Social Services. *International Journal of Mental Health and Addiction (IJMA)*. 10.1007/s11469-022-00902-1



### 吳慧菁 小檔案

臺大社會工作學系教授，也是心理衛生專科社工師，美國哥倫比亞大學社會工作博士。長年投入精神健康、創傷復原、藥物濫用、司法社會工作與社區支持等領域，累積超過 30 年實務經驗與 20 年研究歷程。

主持了三十多項政府委託研究計畫，如科技部、衛福部、法務部等，發表過上百篇學術文章。她關注的議題從早期的精神疾患強制治療與社區復健、犯罪被害保護，到近年來特別聚焦在女性藥癮者的創傷經驗、家庭親職支持、創傷知情照顧和社區復歸等。吳教授也積極參與國際合作，和美國的南加州大學、哥倫比亞大學、賓州大學，香港浸會大學、英國牛津大學、愛爾蘭都柏林大學的學者一同研究推動服務模式創新。她曾經引進並本土化德國 SHIFT 家庭訓練與美國 TREP 創傷復原模式，努力讓我們的社會更理解、更願意支持走在復原路上的女性藥癮者。包括她們出監後面對的創傷回憶、社會貼上的標籤、養育孩子的壓力，甚至是重新開始生活的挑戰。她相信，只有整合家庭、醫療、司法、社福等不同系統，促進資源間互相合作，才能真正打造對她們公平、有影響力的支持網絡。