



作業紙

第十七課：運用毒品的真相

以下這幾句話是有關毒品的不實言論。常常被拿來說服年輕朋友開始或繼續吸毒或濫用處方藥物。

毒品的謊言：

毒品會讓你覺得比較好。

毒品會幫助你變得更有創造力。

對你而言，抽大麻實際上比抽菸還好。

毒品會讓你變得更有趣。

毒品會逐漸消散，因此不會對身體造成長期的傷害。

毒品會給你活力。

處方用藥不會造成傷害。

只要你想，隨時都可以不要吸毒。

酒不是毒品。

吸毒是個人的抉擇。除了你之外，吸毒不會影響到任何人。所以這真的是你個人的事，跟其他人無關。

第一步：

- 與你的夥伴，在4×6大小的索引卡上，一面寫上十則不實言論的一條，另一面寫上三則毒品的真相，反駁那一則不實的言論。（反駁：用不同的意見反對。）對上面十則不實的言論，重複這麼做：一面寫下一則不實的言論，另一面寫下三則毒品的真相。



- 你可以從《毒品的真相》小冊子，找出反駁謊言的真相。
- 不要重複使用同樣的真相，一種說法最多用一次。總共有十種不實的言論，你需要在卡片上寫下三十條真相。

第二步：

- 用你寫下的卡片，練習反駁關於毒品的不實言論。
- 你的夥伴拿著卡片，說出謊言。你則說出反駁該謊言的兩則真相。如果需要，可以參考卡片的「真相」面。
- 一直做這個練習，直到你可以不用看卡片也能反駁不實的言論，而且有信心你可這麼做。
- 你也許會發現，和你的夥伴交換幾次角色，練習效果比較好。一開始幾分鐘，你的夥伴讀出謊言，你說出真相，然後換你讀出謊言，他說出真相，這樣做幾分鐘之後，再換他讀出謊言，你說出真相，一直這樣做直到你們兩個都完成這一步。