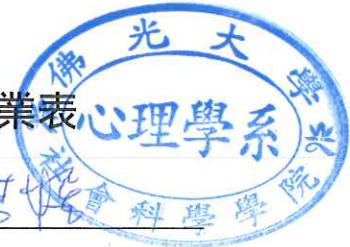


111-2 學習活動週電影欣賞心得作業表



系級: 心理 學號: 11932028

姓名: 王若媛

擬提交作業之心理系課程: 最多選擇兩門課, 由授課教師決定是否加分、加幾分

1. <u>成癮行為</u>	2. <u>成癮行為</u>
----------------	----------------

日期	<u>4/26</u>
電影名稱	<u>28天</u>
電影主題與重點	主角因酒駕車禍後進入勒戒所, 一開始反抗、不參與療程, 但在輔導員、同伴的反應下開始意識到自己的酒癮, 於是改變自我
心得與反思	<p>在電影裡看了許許多多的事, 像戒癮者會尋求其他刺激 (ex: 性、自殘、口香糖、咖啡因), 勒戒前期會手抖、幻覺、嘔吐等。</p> <p>戒治中心用了團體諮商, 邀請家人來與勒戒者談話、演講、和團體活動, 讓勒戒者有支持和鼓勵能勒戒成功。</p> <p>整部片最令人悲傷、驚訝的地方, 未過於 Andrea 在離開勒戒所前, 因“再來一次就好”而 overdose 致死, 不知是勒戒所以抗藥性降低, 還是在勒戒期間都有服用只是這次過量導致死亡, 都令人惋惜</p>

註: 請務必填希望把心得作業交至哪門課程。若不夠寫, 可寫至背面。

111-2 學習活動週電影欣賞心得作業表



系級: 一 學號: 111233008

姓名: 羅翹傑

擬提交作業之心理系課程: 最多選擇兩門課, 由授課教師決定是否加分、加幾分

1. <u>成癮行為</u>	2.
----------------	----

日期	<u>Apr. 15, 2013</u>
電影名稱	<u>28 Days</u>
電影主題與重點	<p>葛雯因藥酒癮影響日常生活, 被判至勒戒中心28天進行勒戒。從原先的不情願, 到後來有了自覺, 放開心胸接納自己與其他夥伴, 然後成功戒治。</p> <p>影片中展現了許多不同類型的癮君子, 其戒斷症狀, 以及他們會用什麼方式替代彌補戒斷的痛苦。例如: 吸菸, 吃巧克力, 口香糖, 發生性行為, 看戲劇等來獲得緩和慰藉。</p>
心得與反思	<p>戒斷症狀會讓人出現幻覺、幻聽, 甚至冒冷汗、嘔吐, 心情低落而做出不理性行為, 像是跳窗、自殺、自傷等等。沒有良好、適合戒治的環境和心理支持, 是很不容易成功的, 片中就有好幾例在勒戒期間又偷用藥、飲酒和性交。片中的戒治治療小團體以激將法突破葛雯心房的那一段令我印象深刻。因為那樣的直面衝突, 才使葛雯真正開始她的治療。還有動物療法也很有意思, 因為動物們有靈敏的知覺感應能力,</p>

註: 請務必填希望把心得作業交至哪門課程。若不夠寫, 可寫至背面。

111-2 學習活動週電影欣賞心得作業表

系級: 心理二 學號: 110132042

姓名: 陳郁瑄



擬提交作業之心理系課程: 最多選擇兩門課, 由授課教師決定是否加分、加幾分

1. <u>成癮行為</u>	2.
----------------	----

日期	<u>4/26</u>
電影名稱	<u>28天</u>
電影主題與重點	<p>關於成癮的種類-行為, 電影中每個人的成癮都不同, 有毒癮、酒癮、性成癮... 他們為了戒掉成癮的藥-毒品, 會透過別的東西方式轉移注意力, 像是唱歌-表述-宣洩自己的情緒或是吃巧克力、抽菸。戒除的過程中, 也有人會重蹈覆轍, 再次染上毒癮。</p>
心得與反思	<p>生活當中也有其它事物像毒癮-酒癮一樣讓人沉迷。平常生活中讓自己可以有短暫的放鬆-快樂, 像是玩手机、看影片、一直滑看社交軟體.....等, 做這些事也會像嗑藥一樣獲得短暫的愉悅、放鬆, 卻使我們沉迷於此, 將時間都浪費了, 這些事情除了打發時間, 對我們個人能力的提升一點幫助也沒有。要改掉這個壞習慣比戒掉酒癮和毒癮容易很多, 我們可以做其它更有意義的事去填滿同樣的時間, 提升自我能力。</p>

註: 請務必填希望把心得作業交至哪門課程。若不夠寫, 可寫至背面。

111-2 學習活動週電影欣賞心得作業表



系級: 心理二 學號: 110132019

姓名: 詹語婕

擬提交作業之心理系課程: 最多選擇兩門課, 由授課教師決定是否加分、加幾分

1. <u>成癮行為</u>	2. <u>資料分析</u>
----------------	----------------

日期	<u>4/26</u>
電影名稱	<u>28天</u>
電影主題與重點	<u>女主角有毒、酒癮, 因為這樣搞的她的生活一團糟, 所以他去了勒戒所, 28^天後他出來了, 也改變了, 重新開始生活。</u>
心得與反思	<u>我覺得女主角很厲害, 雖然她一開始搞砸了許多東西, 但在勒戒的過程她一直有進步, 從一開始的反抗到他幫助她的室友, 都是有很大的進步, 如果這件事是發生在現實生活中她真的很棒, 她撐下去了, 很多人和她的室友一樣最終還是不敵「最後一次的誘惑, 她可以忍著, 是她很努力加上她的姐姐後來也直接支持她, 所以家人和朋友的自持也很重要, 她很幸運, 希望所有人都能像毒、酒、菸癮說No! 如果真的不小心有癮了也能戒掉, 对大家都好。</u>

註: 請務必填希望把心得作業交至哪門課程。若不夠寫, 可寫至背面。

111-2 學習活動週電影欣賞心得作業表



系級: 心理二 學號: 110132058

姓名: 陳芊妤

擬提交作業之心理系課程: 最多選擇兩門課, 由授課教師決定是否加分、加幾分

1. <u>心理實驗法(下)</u>	2. <u>變態心理學</u>
--------------------	-----------------

日期	<u>4/26</u>
電影名稱	<u>28天</u>
電影主題與重點	<p>講述一位毒癮、酒癮成癮的女性, 因車禍(酒駕)強制進入勒戒所後發生的故事, 從一開始不認同勒戒所的環境, 想法設法拿到藥, 到最後成功發現自己的不正常及和自我、家人和解, 離開以前花天酒地的世界。</p>
心得與反思	<ol style="list-style-type: none"> 1. 毒和酒精有交叉耐藥性, 影片中的主角一再的尋找更過癮的刺激。 2. 不同的成癮類型可以替代, 例如影片中, 戒毒的病人會透過性行為尋求刺激或是以吃糖來過渡。 3. 戒斷症狀有: 嘔吐、幻想、四肢不聽使喚。 4. 影片中勒戒中心採取鼓勵患者戒毒的方法, 有互相勉勵的唱歌環結, 晚上召集病友互相傾訴, 或與輔導員溝通, 特別的部份有馬的治療, 讓病友接觸馬, 提醒自己和社會的相處方法。 5. 家人、朋友的支持有助於戒毒, 影片中女主童年的影響是造就她走上歧路的原因之一, 而她姐姐最後的認同, 給予了主角很大的安慰及支持。 <p>朋友的支持, 其中影片中, 有一幕, 主角的朋友對她說, 過去的錯誤並不是決定你是怎麼樣的人, 人都會犯錯。</p>

註: 請務必填希望把心得作業交至哪門課程。若不夠寫, 可寫至背面。

111-2 學習活動週電影欣賞心得作業表



系級: 宗教學 學號: 112215006

姓名: 游朝江

擬提交作業之心理系課程: 最多選擇兩門課, 由授課教師決定是否加分、加幾分

1. <u>創造力</u>	2. <u>創造力</u>
---------------	---------------

日期	<u>112.4.26</u>
電影名稱	<u>28天</u>
電影主題與重點	<u>28天的戒除院生活與 怎麼讓一個酒精中毒者改過遷善? 葛雲、康明斯兩個快刀手: 監獄和戒除所 選戒除所: 經一系列的課程, 矯正、治療</u>
心得與反思	<u>葛雲在戒除院, 可是他也反對戒除所 的一切治療, 經認識一些病人後慢慢開始自我檢討其一生, 並發現自己確實有嚴重的酒精中毒的問題, 所 達一些病人的幫助, 及戒治人員耐 心的調理, 後來有能力嘗試控制再喝。 自我反思經由影片的視演清楚了解 了毒癮、酒癮對自我的精神、情緒危害甚 大。提醒自已不可沾上有害身心毒癮。</u>

註: 請務必填希望把心得作業交至哪門課程。若不夠寫, 可寫至背面。

111-2 學習活動週電影欣賞心得作業表



系級: 心理學 學號: 109132020

姓名: 陳煜威

擬提交作業之心理系課程: 最多選擇兩門課, 由授課教師決定是否加分、加幾分

1. <u>成癮行為</u>	2. <u>人格心理學</u>
----------------	-----------------

日期	<u>112.4.26</u>
電影名稱	<u>二十八天</u>
電影主題與重點	<u>探討成癮問題, 關於常見的酒精, 毒品甚至性, 影片中除了戒治中心給予的幫助外, 我認為更多的是關於同儕, 親屬的支持. 幫助, 都能夠起到一定的作用。</u>
心得與反思	<u>我身邊雖沒有像電影中重度成癮的人, 但不乏對於物質產生^{那些}依賴的人, 很多時候都想說點什麼或給予幫助, 但久而久之, 被嫌煩人或起不了作用就心灰意冷了, 想想他們沒做出什麼傷天害理的事就不管不顧, 而且想到身邊這麼多人, 如果每個人都以系統化的方式管理, 或許最後我們也會管理成癮。</u>

註: 請務必填希望把心得作業交至哪門課程。若不夠寫, 可寫至背面。

111-2 學習活動週電影欣賞心得作業表



系級: 心理一 學號: 111132015

姓名: 林鈺翔

擬提交作業之心理系課程: 最多選擇兩門課, 由授課教師決定是否加分、加幾分

1. <u>心理學</u>	2. <u>社會心理學</u>
---------------	-----------------

日期	4/26
電影名稱	28 DAYS
電影主題與重點	一位成癮者花費28天自我救贖的過程
心得與反思	<p>在電影開頭主角展現了酒精成癮, 但在進入勒戒所後, 便迫切的尋覓來替代, 也有選擇吃口香糖、糖果、巧克力等等當作替代品的形式, 而勒戒所內, 除了讓他們無法接觸到會讓他們成癮的物品外, 還會讓他們聚在一起講述成癮的經過, 並讓他們提出對這件事情的感受、情緒, 設法讓他們抒發出來。最後我覺得我最大的收穫是在上相關課程前就了解那些成癮行為是可代替的, 並且大腦內都有相同的活動方式。</p>

註: 請務必填希望把心得作業交至哪門課程。若不夠寫, 可寫至背面。

111-2 學習活動週電影欣賞心得作業表



系級: 心理系 學號: 110132027

姓名: 郭智賢

擬提交作業之心理系課程: 最多選擇兩門課, 由授課教師決定是否加分、加幾分

1. <u>注意力研究藥師</u>	2. <u>社會心理學 認知與情緒藥師</u>
-------------------	-------------------------

日期	<u>2023 / 4 / 26</u>
電影名稱	<u>28天</u>
電影主題與重點	<u>酒精與毒品的戒癮與戒斷症狀。 治療過程中可能發覺的事情。</u>
心得與反思	<ul style="list-style-type: none"> • 藥品與酒精是不同類型的戒癮, 但研究發現, 兩者之間會導致交叉耐藥性, 像片中主角就有出現。 • 戒癮中心在片中採取, 心理、人際、治療為主, 也可看到會辦一些活動, 讓患者有能動性, 同時也比較有效。 • 毒、酒癮戒斷都會產生顫抖(無法控制)、失眠、憂鬱、嘔心、<u>吐、嘔、吐</u>。 • 人際在片中對戒毒後的社會心理支持起到很大幫助。

註: 請務必填希望把心得作業交至哪門課程。若不夠寫, 可寫至背面。

幫助的。



111-2 學習活動週電影欣賞心得作業表

系級: 心理 學號: 10913153

姓名: 施惠如

擬提交作業之心理系課程: 最多選擇兩門課, 由授課教師決定是否加分、加幾分

1. <u>心理量表</u>	2. <u>心理學實驗法</u>
----------------	------------------

日期	<u>4/26</u>
電影名稱	<u>28天</u>
電影主題與重點	<u>戒治中心的28天, 他們用口香糖、食物、各種活動, 來取代平常的酒精成癮、毒品成癮, 還學會正常的人際互動, 學會用情緒性字眼來表達自己、改變自己, 讓自己的生活恢復回來的樣子</u>
心得與反思	<u>酒精成癮真的很難戒, 覺得家人朋友的支持真的很重要, 會有一種自己不是一个人, 還有很多夥伴可以一起努力, 每個人的選擇不同, 付出的代價也不一样, 為了拿丟掉的筋而跳窗、摔斷腿, 只為了再次吸毒, 卻沒想到會過量, 都是過程, 過程痛苦, 但都是可以克服的, 人生不會給我們, 我們無法完成的事情, 為了自己, 和自己和解, 和家人和解, 我們發生的事不好, 不代表我們是糟糕的人, 錯了就去修正, 不會是永久的污點。</u>

註: 請務必填希望把心得作業交至哪門課程。若不夠寫, 可寫至背面。

111-2 學習活動週電影欣賞心得作業表



系級: 四 學號: 10813206

姓名: 李學毅

擬提交作業之心理系課程: 最多選擇兩門課, 由授課教師決定是否加分、加幾分

1. 人格心理學	2. 人格心理學
----------	----------

日期	4/26
電影名稱	28天
電影主題與重點	描述戒毒中心的生活與作息以及戒癮治療法
心得與反思	<p>很多不同治療方法: 其中有馬療法 還有讓他們有團體治療...</p> <p>我覺得這部電影最令人印象深刻的事主角也內心的轉變過程與在治療所結識的病友們。</p> <p>我們都知道毒酒癮這些東西很難戒除, 也可以看到女主角一開始激烈的反抗, 說著自己很正常, 而產生出的戒斷症狀, 到後來接受自己的問題, 並鼓起勇氣改善到與其它病友們的關係變好。還有最後與自己的姐姐關係的修復, 都是令人感動的。</p>

註: 請務必填希望把心得作業交至哪門課程。若不夠寫, 可寫至背面。

111-2 學習活動週電影欣賞心得作業表



系級: 心理二 學號: 110132010

姓名: 陳柔方

擬提交作業之心理系課程: 最多選擇兩門課, 由授課教師決定是否加分、加幾分

1. <u>心理量表</u>	2. <u>人格心理學</u>
----------------	-----------------

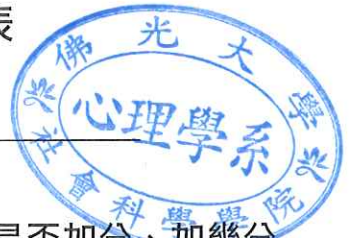
日期	<u>4/26</u>
電影名稱	<u>28天</u>
電影主題與重點	<p>姓吸毒悔了她姐的婚禮, 出車禍去了勒戒所 *戒斷症狀 ⇒ 幻覺、嘔吐、手一直抖 她為了丟出她的藥爬水管和樹, 腿斷了 她其實還是害怕監獄, 所以有種微改善 男朋友 ⇒ 抖腳石、求婚 室友自殘 認識棒球手 ⇒ 曖昧</p>
心得與反思	<p>毒酒癮 ⇒ 行為失控 替代 ⇒ 巧克力口香糖 戒斷症狀 ⇒ 幻覺、嘔吐、顫抖 姓的未婚夫說要改善現況但也依舊沒改 ⇒ 我也很贊同姓的行為, 配變好了就把不好的環境影響去除了 所以女主和他分了 家人朋友的支持對治療有很大的療效 毒品是千萬不能碰的, 影片中最後那妹妹又打了一次毒, 被姓發現時已晚, 影響了自己的生活, 降低思考能力, 和家人開鬮這些都是不值得的。 酒, 我不至於上癮, 對於我來說失眠時喝一點有助於睡眠(酒量半杯, 易暈) 社會上誘惑, 壓力很多, 要對不好的事物說不, 迎接新的挑戰, 使自己 每天都有目標, 保持上進心及衝勁讓自己變得更好。</p>

註: 請務必填希望把心得作業交至哪門課程。若不夠寫, 可寫至背面。

111-2 學習活動週電影欣賞心得作業表

系級: 心理三 學號: 109132059

姓名: 蔡名宸



擬提交作業之心理系課程: 最多選擇兩門課, 由授課教師決定是否加分、加幾分

1. <u>人格心理學</u>	2.
-----------------	----

日期	<u>4/26</u>
電影名稱	<u>28天</u>
電影主題與重點	<u>描述戒毒中心的生活與作息以及戒癮治療法</u>
心得與反思	<p>「那些以前曾做過的事, 不代表你這個人, 影片當中的這句話最讓我感到印象深刻, 曾經犯過錯的人難道就不值得擁有改變的機會嗎? 從主角的狀況不穩定到進到戒毒中心, 一開始雖然會有些困難, 不過經過跟一群有相同問題、情況的人, 一起努力、一起改變, 也成了戒癮的動力, 我覺得這部電影很值得觀看欣賞。</p>

註: 請務必填希望把心得作業交至哪門課程。若不夠寫, 可寫至背面。

111-2 學習活動週電影欣賞心得作業表



系級: 心理三 學號: 109132007

姓名: 江以暄

擬提交作業之心理系課程: 最多選擇兩門課, 由授課教師決定是否加分、加幾分

1. 戒癮行為 社會心理 <u>戒癮行為</u>	2. <u>人格心理</u>
--	----------------

日期	4/26
電影名稱	28天
電影主題與重點	講一個戒毒、戒酒的女生的故事(環繞) 一個戒毒戒酒的人在戒斷時的行為多瘋狂。 他們的反自、想法在剛戒斷時都是非常'獨樹一格'
心得與反思	吸毒會讓一個正常人變化很大, 從電影中我發現, 他們都會有自私自利, 以己為主的行為, 並且在他們戒癮的時候都是很煎熬的, 在其他影片中(現實中)有毒癮症狀的人, 他們的臉夾都是凹陷的, 身材也是消瘦。 電影中女主角因為媽媽在她小時候酒精中毒身亡對他帶來影響, 所以她也漸漸愛上這些東西, 而影片中她的男朋友也都是癮君子, 所以她更沒有覺得這樣那些地方有不对。 從這部影片我們也可以學到交友要慎重, 她從戒勒所出來後洗心革面, 跟他男友也分手了。

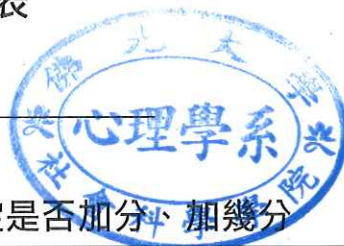
註: 請務必填希望把心得作業交至哪門課程。若不夠寫, 可寫至背面。

心理 111-2 學習活動週電影欣賞心得作業表

系級: 大三

學號: 109132014

姓名: 陳亞琳



擬提交作業之心理系課程: 最多選擇兩門課, 由授課教師決定是否加分、加幾分

1. 心理量表	2. 人格心理學
---------	----------

日期	4/26
電影名稱	28天
電影主題與重點	主題: 女主角在勒戒所的28天 從有酒癮、毒癮到全部戒掉
心得與反思	這是我第二次看這部電影, 我覺得每次看都能夠跟主角感同身受, 就好像我自己也在戒某種癮的感覺, 我覺得這個過程真的是蠻恐怖的, 前期女主產生幻覺、嘔吐, 以前看過因果片, 就讓我很好的警惕自己不要加入歧途, 是一部很有教育意義的影片, 最後成功戒酒戒毒的姐看起來健康多了, 所以真的碰不得酒也不應該多喝, 我很開心我是健康的, 我認識的人也都是健康的, 希望所有染上毒癮酒癮的人都能找回最初的自己, 健康的過生活。

註: 請務必填希望把心得作業交至哪門課程。若不夠寫, 可寫至背面。

111-2 學習活動週電影欣賞心得作業表

系級: 心理四 學號: 108132013

姓名: 陳翰珮



擬提交作業之心理系課程: 最多選擇兩門課, 由授課教師決定是否加分、加幾分

1. <u>成癮行為</u>	2.
----------------	----

日期	<u>4/26</u>
電影名稱	<u>28天</u>
電影主題與重點	介紹物質和藥物成癮的行為和戒斷過程發生的事情以及勒戒中心的狀態, 甚至告訴我們, 吸毒過量會發生什麼事情。
心得與反思	第一次看到原來吸毒人的生活方式, 和戒斷的過程, 我覺得這部電影給我們很好的警示, 如果不想成為這種人, 或是淪陷在其中的時候, 要如何自救, 或幫助身邊的人。

註: 請務必填希望把心得作業交至哪門課程。若不夠寫, 可寫至背面。



111-2 學習活動週電影欣賞心得作業表

系級: 心理 學號: 110232001 姓名: 吳北傑

擬提交作業之心理系課程: 最多選擇兩門課, 由授課教師決定是否加分、加幾分

1. <u>戒癮行序</u>	2.
----------------	----

日期	<u>112/4/26</u>
電影名稱	<u>28天</u>
電影主題與重點	<p>一個有毒癮與酒癮女子, 因房車禍事故進戒治中心。在戒治過程中反思自己的原生家庭經驗, 現實的人生, 並看到同伴們的經驗, 即: 同伴 經驗 指 <u>砸碎時時時時</u> 因嗆藥過量死亡事件, 隨其反思生命, 最後在每時時時解下, 在親人同伴支持下, 重新找回自我控制的意思。</p>
心得與反思	<p>一. 毒、酒癮似乎有交叉耐藥性。 二. 毒、酒癮之間不同的戒癮類型可以相互替代, 因為戒癮的大腦控制, 多巴胺的投射路徑, $VTA \rightarrow NAc$ 是一致的。 三. 毒酒癮的症狀。 1. 毒癮—幻听, 幻覺, 沮喪, 焦慮, 憤怒。 2. 酒癮—脫序行爲, 無法抑制的大笑, 步態失穩, 欠缺自制力。 四. 戒治中心的治療法— 1. 唱歌, 唱歌, 團體分享。 2. 刺激性的運動, 宣洩情緒, 日記, 編撰, 重覆性固定行爲, 穩定情緒。 五. 家人, 朋友的支持, 仍是最好 讓強癮, 毒癮者戒斷毒因性正常生活的力量。</p>

註: 請務必填希望把心得作業交至哪門課程。若不夠寫, 可寫至背面。