

# ການສຳພາດ CRAFT 2.1

ສຳພາດດ້ວຍປາກເປົ່າໂດຍແພດໝໍ

ເລີ່ມຕົ້ນ: “ຂ້າພະເຈົ້າຈະຂໍຖາມຄຳຖາມສອງສາມຂໍ້ ຊຶ່ງຂ້າພະເຈົ້າໄດ້ຖາມຄົນໄຂ້ທຸກຄົນຂອງຂ້າພະເຈົ້າ. ກະຮຸນາຕອບດ້ວຍຄວາມຊື່ສັດ. ຂ້າພະເຈົ້າຈະຮັກສາຄຳຕອບຂອງທ່ານໄວ້ເປັນຄວາມລັບ.”

## ພາກ A

ໃນລະຫວ່າງ 12 ເດືອນຜ່ານມາ, ມີຈັກມື້ທີ່ທ່ານໄດ້:

1. ດື່ມຫຼາຍກວ່າຈີບເທື່ອລະໜ້ອຍສຳລັບເຄື່ອງດື່ມປະເພດບັງ, ໄວນ໌, ຫຼື ເຄື່ອງດື່ມໃດໆ ທີ່ມີອັລກໍຮ໌ ບໍ່? ໃຫ້ຕື່ມ “0” ຖ້າວ່າບໍ່ມີເລີຍ.

# ຈຳນວນມື້

2. ໃຊ້ກັນຊາຕ່າງໆ (ກັນຊາ ນ້ຳມັນ ຂີ້ເຜີ້ງ ໂດຍການສູບຢາ ການສູບຢາ ການສູບກອກ ຫຼື ສິ່ງທີ່ກິນໄດ້) ຫຼື “ກັນຊາສັງເຄາະ” (ຕົວຢ່າງ: “K2” ຫຼື “Spice”) ບໍ່? ໃຫ້ຕື່ມ “0” ຖ້າວ່າບໍ່ມີເລີຍ.

# ຈຳນວນມື້

3. ໃຊ້ອັນອື່ນໃດໆກໍຕາມທີ່ເຮັດໃຫ້ຮູ້ສຶກມືນເມົາ (ຕົວຢ່າງ: ຢາທີ່ຜິດກົດໝາຍອື່ນ, ຢາເມັດ, ຢາຫາຊື້ໄດ້ທົ່ວໄປ ແລະ ສິ່ງຕ່າງໆທີ່ເຈົ້າສູດດິມ, ສູບຄວັນ ຫຼື ດິມອາຍ ສູບ ຫຼື ສັກ) ບໍ່? ໃຫ້ຕື່ມ “0” ຖ້າວ່າບໍ່ມີເລີຍ.

# ຈຳນວນມື້

ຄົນໄຂ້ໄດ້ຕອບວ່າ “0” ສຳລັບຄຳຖາມທັງໝົດໃນພາກ A ບໍ່?

ແມ່ນ

ບໍ່ແມ່ນ



ຖາມຄຳຖາມທີ 1 ສະເພາະໃນພາກ B ຂ້າງລຸ່ມນີ້, ແລ້ວຍຸດ

ຖາມທັງໝົດ 6 ຄຳຖາມໃນພາກ B ຂ້າງລຸ່ມນີ້

## ພາກ B

ຂີດວົງມົນໃສ່ຂໍ້ຫຼັງ

**C** ທ່ານເຄີຍນຸ່ງໃນຮົກທີ່ຂັບໂດຍໃຜຜູ້ອື່ນ (ລວມເຖິງໂຕທ່ານເອງ) ຊຶ່ງຢູ່ໃນອາລົມ “ເຄີບເຄີ້ມ” ຫຼື ກຳລັງນຳໃຊ້ເຫຼົ້າ ຫຼື ໃຊ້ຢາເສບຕິດບໍ່?

ບໍ່ແມ່ນ ແມ່ນ

**R** ທ່ານເຄີຍໃຊ້ເຫຼົ້າ ຫຼື ຢາເສບຕິດເພື່ອ ຜ່ອນຄາຍ, ເຮັດໃຫ້ຕົນເອງຮູ້ສຶກດີຂຶ້ນ, ຫຼື ໃຫ້ເຂົ້າກັນໄດ້ ບໍ່?

ບໍ່ແມ່ນ ແມ່ນ

**A** ທ່ານເຄີຍໃຊ້ເຫຼົ້າ ຫຼື ຢາເສບຕິດໃນຂະນະທີ່ທ່ານຢູ່ຕາມລຳພັງ, ຫຼື ຢູ່ຜູ້ດຽວ ບໍ່?

ບໍ່ແມ່ນ ແມ່ນ

**F** ທ່ານເຄີຍລົມສິ່ງຕ່າງໆ ທີ່ທ່ານໄດ້ເຮັດໃນຂະນະນຳໃຊ້ເຫຼົ້າ ຫຼື ຢາເສບຕິດ ບໍ່?

ບໍ່ແມ່ນ ແມ່ນ

**F** ຄອບຄົວ ຫຼື ໝູ່ເພື່ອນຂອງທ່ານເຄີຍບອກທ່ານບໍ່ວ່າ ທ່ານຄວນຫຼຸດຜ່ອນການດື່ມເຫຼົ້າ ຫຼື ໃຊ້ຢາເສບຕິດ?

ບໍ່ແມ່ນ ແມ່ນ

**T** ທ່ານເຄີຍມີບັນຫາເດືອດຮ້ອນໃນຂະນະທີ່ທ່ານນຳໃຊ້ເຫຼົ້າ ຫຼື ຢາເສບຕິດ ບໍ່?

ບໍ່ແມ່ນ ແມ່ນ

\* ຄຳຕອບວ່າ ແມ່ນ ຫຼາຍກວ່າສອງຂໍ້ຂຶ້ນໄປແມ່ນບົ່ງຊີ້ເຖິງບັນຫາຮ້າຍແຮງ ແລະຈຳເປັນຕ້ອງມີການປະເມີນເພີ່ມເຕີມອີກ.

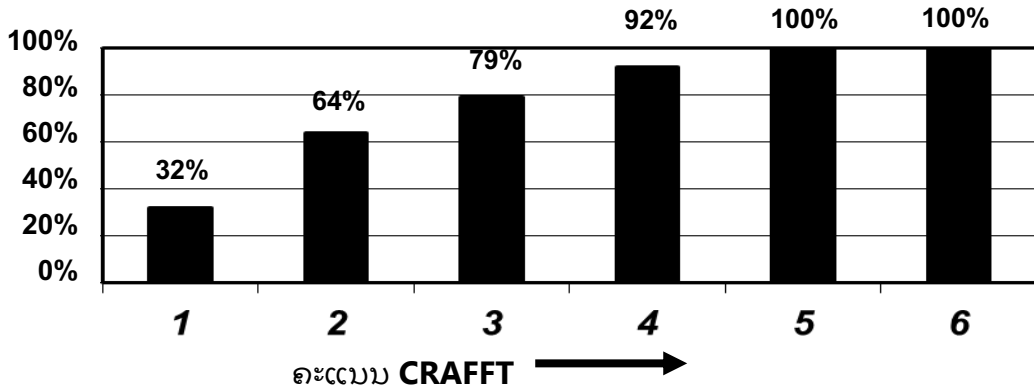
ເບິ່ງໜ້າທີ 2 ສຳລັບຄຳແນະນຳເພີ່ມເຕີມ. →

ໝາຍເຫດສຳລັບເຈົ້າໜ້າທີ່ທາງການແພດ ແລະບັນທຶກທາງການແພດ:

ນໜ້ານີ້ແມ່ນໄດ້ຮັບການປົກປ້ອງໂດຍກົດລະບຽບເພີ່ມເຕີມກ່ຽວກັບຄວາມລັບແຫຼ່ງຂໍ້ມູນ (42 CFR Part 2), ຊຶ່ງຫ້າມການເປີດເຜີຍຂໍ້ມູນນີ້ ເວັ້ນແຕ່ວ່າຈະໄດ້ຮັບການອະນຸຍາດໂດຍໜັງສືອອມເພີ່ມເຕີມ.

# ການຕົວາຄາຄະແນນ CRAFFT

ຄວາມເປັນໄປໄດ້ຂອງຄວາມຜິດປົກກະຕິດ້ານການໃຊ້ສານເສບຕິດ DSM-5 ໂດຍຄະແນນ CRAFFT



\*ແຫຼ່ງຂໍ້ມູນ: Mitchell SG, Kelly SM, Gryczynski J, Myers CP, O'Grady KE, Kirk AS, & Schwartz RP. (2014). The CRAFFT cut-points and DSM-5 criteria for alcohol and other drugs: a reevaluation and reexamination. Substance Abuse, 35(4), 376–80.

ນຳໃຊ້ປະເດັນການເວົ້າລົມເຫຼົ່ານີ້ສຳລັບການໃຫ້ຄຳປຶກສາແບບຫຍໍ້ໆ.



1. ກວດກາຄືນ ຜົນການກັ້ນຕອງ

ສຳລັບຄຳຕອບ “ແມ່ນ” ແຕ່ລະຂໍ້: “ທ່ານສາມາດບອກຂ້າພະເຈົ້າໄດ້ຫຼາຍກວ່າມີອີກບໍ່?”

2. ແນະນຳ ບໍ່ໃຫ້ໃຊ້

“ໃນຖານະເປັນພໍ່ຂອງທ່ານ (ພະຍາມບານ/ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການເບິ່ງແຍງສຸຂະພາບ), ຂ້າພະເຈົ້າຂໍແນະນຳ ບໍ່ໃຫ້ນຳໃຊ້ເຫຼົ້າໃດໆ, ກັນຊາ ຫຼື ຢາເສບຕິດອື່ນໆ ເນື່ອງຈາກວ່າ ພວກມັນສາມາດ:

1) ເຮັດອັນຕະລາຍຕໍ່ການພັດທະນາສະໝອງຂອງທ່ານ; 2) ຂັດຂວາງການຮຽນຮູ້ ແລະຄວາມຈຳ, ແລະ 3) ເຮັດໃຫ້ທ່ານຕົກຢູ່ໃນສະຖານະການທີ່ອິດອັດໃຈ ຫຼື ເປັນອັນຕະລາຍ.”



3. ການຂີ່/ການຂັບຂີ່ ໃຫ້ຄຳປຶກສາດ້ານຄວາມສ່ຽງ

“ອຸປັດເທດຮີຖຸຕຳກັນແມ່ນສາເຫດຫຼັກຂອງການຕາຍສຳລັບຄົນໜຸ່ມສາວ. ຂ້າພະເຈົ້າໃຫ້ເອກະສານ Contract for Life ແກ່ຄົນເຈັບ. ກະຮຸນາຖືເອົາໄປເຮືອນ ແລະລົມກັບພໍ່ແມ່/ຜູ້ປົກຄອງຂອງທ່ານ ເພື່ອສ້າງແຜນສຳລັບການຂັບຂີ່ທີ່ປອດພິພິດ.”



4. ການຕອບ ຄຳກ່າວທີ່ໃຫ້ກຳລັງໃຈຕົນເອງ

ຜູ້ບໍ່ໃຊ້: “ຖ້າວ່າມີຄົນຖາມທ່ານວ່າເປັນຫຍັງທ່ານຈຶ່ງບໍ່ດື່ມ ຫຼື ໃຊ້ຢາເສບຕິດ, ທ່ານຈະຕອບວ່າຫຍັງ? ”

ຜູ້ນຳໃຊ້: “ແມ່ນຫຍັງທີ່ຈະເປັນປະໂຫຍດຂອງການບໍ່ນຳໃຊ້ເຫຼົ້າ ຫຼືຢາເສບຕິດ?”



5. ການສ້າງເສີມ ປະສິດທິພາບຕົນເອງ

“ຂ້າພະເຈົ້າເຊື່ອວ່າທ່ານມີສິ່ງທີ່ຈະຊ່ວຍປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ເຫຼົ້າແລະຢາເສບຕິດເປັນອຸປະສັກຕໍ່ການ ປະສິດທິພາບສຳເລັດໃນເປົ້າໝາຍຂອງທ່ານ.”

ໃຫ້ເອກະສານ Contract for Life ແກ່ຄົນໄຂ້. ມີໃຫ້ທີ່ເວັບໄຊ [www.crafft.org/contract](http://www.crafft.org/contract)

© John R. Knight, MD, Boston Children's Hospital, 2020.

Reproduced with permission from the Center for Adolescent Behavioral Health Research (CABHRe), Boston Children's Hospital.

[crafft@childrens.harvard.edu](mailto:crafft@childrens.harvard.edu) [www.crafft.org](http://www.crafft.org)

For more information and versions in other languages, see [www.crafft.org](http://www.crafft.org).