

Motywowanie do leczenia

Kiedy mamy do czynienia z osobą uzależnioną niewątpliwie jednym z najtrudniejszych zadań jest zmotywowanie jej do podjęcia leczenia. Zaprzeczanie istnienia problemu wynika z samych mechanizmów choroby, jaką jest **uzależnienie od alkoholu**. Chodzi tu głównie o mechanizm iluzji i zaprzeczeń. Mechanizm ten sprawia, że osoba uzależniona, w miarę jak problem narasta zaczyna izolować się od negatywnych sygnałów płynących od osób z otoczenia i z samych sytuacji życiowych a także z własnego organizmu w taki sposób, aby bronić po pierwsze dobrego mniemania o sobie, po drugie aby bronić picia. Jest to wynikiem faktu, że picie przynosi oprócz szeregu strat także fundamentalne korzyści w postaci tego, że osoba uzależniona bez alkoholu przestaje radzić sobie z negatywnymi emocjami, w tym także z nudą a często również z pozytywnymi emocjami i doznaje stanu cierpienia, które z czasem może redukować jedynie alkohol. Uzależniony "broni" swojego uzależnienia, przenosząc odpowiedzialność za swoje picie i szkody z nim związane na innych: "gdybym miał lepszą żonę, nie musiałbym się denerwować i pić" "gdybym miał lepszą pracę" "gdybym miał mniej wrednego szefa" etc. W miarę, jak uzależnienie narasta, system mechanizmów obronnych rozbudowuje się coraz szerzej i coraz trudniej wejść w kontakt z realiami. Uzależniony, kiedy podejmuje się w rozmowie z nim problem picia minimalizuje szkody z nim związane, obśmiewa picie, wpada w gniew, obwinia rozmówcę, zaprzecza oczywistym faktom. Typowe stwierdzenie to np. „wszyscy piją” „ja piję tak jak wszyscy” „gdybym chciał, przestałbym pić, ale nie chcę”. Ponieważ negowane są fakty oczywiste dla innych, z czasem można zacząć odnosić wrażenie, że osoba uzależniona ma zaburzenia poznawcze dotyczące tego fragmentu rzeczywistości. Motywowanie do leczenia nie może opierać się na samych tylko informacjach, ponieważ ich sens jest bardzo starannie pomniejszany i wypaczany. Nie znaczy to jednak, że możemy zrezygnować z prób podejmowania motywowania od leczenia osoby uzależnionej dlatego, że jest to trudne. W placówkach odwykowych jest bardzo dużo pacjentów, z tego wynika, że etap motywowania do leczenia udało się pokonać z sukcesem.

Chociażby dlatego, że są momenty, w których szczelny mur obronny się chwieje i przychodzą kryzysy, w których można podjąć próby motywowania do leczenia. Są to zazwyczaj momenty wyjątkowo złego samopoczucia, kryzysów zdrowotnych, tzw. kaca, przy czym bardzo często odgrywa tu rolę tzw. kac moralny po przepiciu, gdzie złemu samopoczuciu fizycznemu towarzyszy poczucie winy, sytuacje, gdy cos szczególnie trudnego czy niepokojącego ma

miejsce, np. wypadek, inne negatywne zdarzenia związane z faktem nadużycia alkoholu. Na pewno okolicznością przyspieszającą podjęcie decyzji o leczeniu jest zwiniecie parasola ochronnego nad alkoholikiem, zaprzestanie krycia jego nieobecności w pracy związanych z piciem, płacenia jego długów itp. Ważna jest tu jasna i czytelna informacja o tym, jak otoczenie odbiera problemy uzależnionego, że jest to choroba i jakie zamierza kroki podjąć. Np. może to być sytuacja, w której pracodawca stwierdzi: Albo się pan leczy, albo zwolnię pana, lub ta informacja ze strony żony, że zamierza się wyprowadzić. Najważniejsze w tym przypadku jest jednak zachowanie konsekwencji a także posługiwanie się prawdziwymi argumentami. Tzn. jeśli żona informuje męża, że się wyprowadzi, jeśli nie podejmie on leczenia, to musi rzeczywiście mieć ten zamiar i mieć możliwość jego realizacji. Dość często taka konsekwencja w postępowaniu pojawia się pod wpływem uczestnictwa w zajęciach terapeutycznych dla współuzależnionych, na których pacjentki uczą się, jak dbać o dobro własne i dzieci.

Można taki kryzys przyspieszyć prowadząc specjalną rozmowę z uzależnionym. Rozmowa ta powinna być przeprowadzona w kilka osób, które osobiście znają alkoholika i dotyczyć powinna faktów z jego picia. Istotnym jest to, że osoby te powinny mieć dobre nastawienie i intencję pomocy. Muszą one przygotować się do rozmowy wg specjalnego scenariusza, dobrze, żeby pomógł w tym terapeuta w poradni odwykowej. Kolejną formą jest zobowiązanie do leczenia. Jest to forma wobec osób zakłócających porządek, demoralizujących nieletnich, powodujących rozkład życia rodzinnego. Osobę uzależnioną należy zgłosić do Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych. Komisja wszczyna stosowną procedurę zmierzającą do tego, aby sąd orzekł wobec danej osoby zobowiązanie do leczenia odwykowego. Jednak należy pamiętać, że jest to zobowiązanie, nie wyrok, więc ta procedura ma swoje ograniczenia, ale bywa też skuteczna.