

СОПРОТИВЛЕНИЕ ЛЕЧЕНИЮ

Как говорится в книге «Анонимные Алкоголики», единственное препятствие для выздоровления по программе 12Шагов – это неспособность честно посмотреть на самого себя и свое употребление. Наркоманию часто называют «болезнью отрицания».

Это значит, что наркоман склонен отрицать или преуменьшать свою болезнь, и это удается ему до тех пор, пока он не достигнет своего «дна». Только тогда у него появляется искреннее желание перестать употреблять и одновременно он начинает смотреть открытыми глазами на свою наркоманию.

Причины отрицания своей наркомании:

1. Главная причина заключается в том, что отказ от наркотиков – это потеря. В голове наркомана звучит голос самой болезни: « не расставайся со мной, мы так хорошо жили до сих пор, наркотик давал тебе забвение, утешение, позволял расслабиться, свободно общаться с другими людьми и заниматься сексом...» И этот голос говорит правду – действительно, в начальном периоде употребления наркотик помогает справиться с трудностями жизни. Ни один человек, находящийся в здравом рассудке, не начинает употреблять для того, чтобы причинить себе зло, он употребляет ради тех удовольствий и выгод, которые дает наркотик. И когда зло, причиняемое употреблением, начинает перевешивать эти выгоды, они исчезают сразу

Примириться с их потерей крайне трудно. Поэтому голос болезни заставляет наркомана закрывать глаза на тяжесть своего положения, заставляет искать лазейку в мысли о том, что когда-нибудь он сможет контролировать свое употребление.

2. Признать себя наркоманом для многих людей означает опуститься на низшую ступень социальной лестницы, признаться в позорном пороке. Кроме того, если признаешь себя больным, то из этого следует необходимость лечения и, значит, отказ от алкоголя. Отсюда расхожая фраза, которой утешают себя многие наркоманы: « да, я конечно употребляю наркотики, но я не наркоман.»

Многие наркоманы признают себя больными людьми и даже позволяют родственникам отвести себя на лечение, но признание болезни еще не означает ее принятия. На пути принятия своей наркомании выстраивается ряд защитных барьеров:

- **минимализация (преуменьшение употребления):**

- я не колюсь, только нюхаю,
- я еще не на дне.
- Я смогу бросить, когда захочу,

И многие другие примеры.

Проекция (проецирование своих проблем на других людей):

- все употребляют,
- мои знакомые- вот кто действительно торчит.

Рационализация (поиск причин своего употребления):

- я употребляю потому что все ополчились против меня
- я перестану, если меня оставят в покое.
- Я употребляю потому что жизнь дерьмо

Чем сильнее стыд, вина и угрызения совести за свое употребление, тем сильнее эти защиты. Таким образом, наркоман попадет в порочный круг.

НЕГАТИВНЫЕ ЧУВСТВА (стыд, вина)

УПОТРЕБЛЕНИЕ

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАЩИТЫ

Пока наркоман употребляет, психологические защиты помогают ему сохранить рассудок. Они вытесняют из памяти наиболее страшные и тяжелые эпизоды его жизни, помогают закрывать глаза на возникающие проблемы, уход прежних друзей, потерю прежних интересов, помогают переложить ответственность за употребление на окружающих людей и обстоятельства жизни.

Но когда наркоман отказывается от наркотиков и приступает к первому шагу, эти защиты начинают мешать ему. Для того, чтобы сделать первый шаг, надо вспомнить забытое и пережить свою жизнь заново, почувствовав беспомощность и безнадежность. Это больно, и психика бессознательно сопротивляется этой боли.

В процессе лечения защиты преодолеваются, и порочный круг разрывается, но это процесс. И успешность лечения зависит в первую очередь от желания пациента начать выздоровление.

Те люди, которые пока не испытывают желания расстаться с наркотиками, часто приходят на лечение под давлением своих родственников с единственной целью - успокоить их и избавиться от постоянных упреков. Прохождение лечения позволяет им сказать « я лечился, как ВЫ этого хотели, но мне это не помогло».

Такие пациенты иногда открыто демонстрируют свое нежелание лечиться:

- они либо уклоняются от посещения лечебных мероприятий, либо формально присутствуют на них, не работая.
- Они объявляют о своей не заинтересованности в лечении или о несогласии с программой.
- Они отказываются выполнять задания.
- Они преднамеренно срывают группы.

Если имеется несколько таких симптомов, мы приходим к выводу, что пациент не сотрудничает с персоналом центра в усилиях, направленных на его выздоровление. Такое поведение означает, что психологические выгоды, получаемые человеком от наркотиков, пока имеют для него больший вес, чем проблемы, порожденные его употреблением.

Часто единственная помощь, которую можно оказать такому наркоману – это выписать его из центра и дать возможность достичь своего дна. По крайней мере, при этом наркоман не сможет оправдать свое употребление тем, что он прошел полный курс и ему это не помогает. Случается так, что сам факт выписки заставляет пациента осознать необходимость лечения.

Гораздо чаще тот пациент, который в глубине души не готов еще отказаться от наркотиков, не сопротивляется лечению открыто, а создает видимость работы по лечебному плану. Хотя пребывание в центре ни для кого не проходит бесследно, этот вариант – наихудший, потому что иногда такому человеку удастся обмануть самого себя и на долгое время поставит крест на дальнейших попытках лечения.

Те наркоманы, которые имеют достаточную мотивацию на трезвость, хотят лечиться и готовы сотрудничать с персоналом, также обычно сопротивляются процессу лечения. Такое сопротивление наблюдается почти у всех людей.

Сопротивление – это своеобразная оппозиция психических сил человека, которая сознательно или бессознательно стремится сохранить существующее положение вещей, «оставить все как есть». Поэтому лечение, которое как раз направлено на изменение того, что есть, состоит в преодолении сопротивления. Преодоление сопротивления – это работа, в которой на равных участвует и пациент и персонал.

Симптомы сопротивления в лечении:

- не способность читать программную литературу,
- затягивание, откладывание или капризы насчет задания,
- рассказ о своем употреблении в «телеграфном стиле» – описание своих действий и событий без упоминания о чувствах,
- неспособность выполнять задания письменно,
- смех, стремление сделать рассказ о своем употреблении веселым и занимательным,
- замалчивание наиболее тяжелых эпизодов или неспособность их вспомнить,
- молчание на группах,
- интеллектуализация. Углубление в теоретические объяснения, вместо переживания чувств – их описание.

Что позволяет разорвать порочный круг и преодолеть сопротивление?

- знание концепции болезни. Когда наркоман окончательно осознает, что наркомания это не порок, а болезнь, уходит чувство вины, и защиты отчасти становятся ненужными,
- принятие на себя ответственности за свое выздоровление, переход из пассивной позиции «*лечите меня*» в активную позицию «*я выздоравливаю*».
- Установка на принятие помощи персонала и группы. Способы терапевтического воздействия - обратная связь, конфронтация.

Это позволяет осознать свои защиты. Сопротивление отступает тогда, когда происходит осознание того факта, что ты сопротивляешься.

Так как наркоман никогда не сможет выздороветь от своей болезни, после прохождения лечения вместе с наркоманией сохраняется и его отрицание, только на время оно как бы уходит в тень.

Если выздоравливающий наркоман снова начинает употреблять, то этому срыву предшествует иногда достаточно длительный предсрывный период. Именно в это время поднимает голову отрицание. Оно проявляется в мыслях «а может я не наркоман?», «может я могу позволить себе?». Оно проявляется в поступках: наркоман перестает ходить на группы, переключается на помощь другим людям - ведь их проблемы гораздо значительнее, чем у него.

Все эти мысли и поступки часто принадлежат человеку, который много раз слышал от других наркоманов их истории и должен был бы понимать- то, что происходит с ним- это симптомы приближающегося срыва. Должен, но не понимает, так как болезнь вступила в свои права и отрицание наркомании заглушило голос разума.

В это время наркоман часто сопротивляется помощи своих товарищей по АН и забывает о присутствии в своей жизни ВС - так же, как когда-то в лечебном центре он сопротивлялся помощи лечебного персонала.

