

## Интервенция, или семейный совет

«**Интервенция**» - это буквально «вторжение». Это вторжение чужого, по отношению к наркоману или алкоголику, но здорового (хотя бы относительно здорового) сознания близких - в сознание тяжело больного зависимого от алкоголя или наркотиков человека для того, чтобы спасти ему жизнь. Интервенция похожа на аппарат «искусственного дыхания» (ИВЛ = искусственной вентиляции легких): на нем нельзя долго жить, но можно с его помощью перенести пик болезни, и тогда уже собственные легкие начнут работать как надо. Это своего рода «протез» на короткое время.

Зачем нужна интервенция? От наркомании и алкоголизма умирают. Когда своего желания жить не хватает, человек доживает свой короткий век, никому, да и самому себе уже не нужный. Даже если пациент и ложится в больницу на короткое время, тут же после выхода из нее он вновь начинает употребление, выздоровление не начинается. Поэтому требуется вмешательство извне. Нужно больного положить в реабилитационный центр, и это спасет его жизнь. Но своей мотивации выздоравливать у него нет - и тогда мотивация близких становится таким «протезом». Ее хватит на несколько дней, и тогда уже начнет работать среда выздоровления и специалисты центра - возможно, будет успех.

Кроме того, интервенция устроена так, что помимо желания самого зависимого от наркотиков или алкоголя человека, она все же производит некий переворот в его душе. Она «пробивает» стену защит, и правда становится ясной для него. Теперь он уже не сможет забыть эту правду, хотя бы и очень старался. Более того, и сама семья начинает понимать эту правду уже вся, как единый организм.

Какая же это правда? Вот такая: **«Я тебя люблю. Ты для меня очень дорогой человек, и я очень ценю тебя. (ПРИМЕР!) Но сегодня ты разрушаешь себя, и это разрушает мою жизнь. (Пример!) Тебе нужно выздоравливать.»**

*Пример: дочь говорит папе: «Папа, я очень люблю тебя. Я всегда приходила к тебе, когда мне было трудно или плохо. И ты мне так помогал всегда. Но когда ты пьешь, я тебя боюсь. Недавно мы шли с Толей (ее парень) к дому, и ты шел навстречу, пьяный. Ты стал обнимать Толю, называть его «зятек», на нас все смотрели, и мне было так стыдно! Толя мне больше не звонит. Папа, тебе надо идти лечиться, чтобы перестать пить.»*

В интервенции категорически нельзя: обвинять, сводить счеты, жалеть себя, жалеть его, «сливать» свои неприятные эмоции, поучать и стыдить. Надо: называть факты своим именем, выражать свою любовь и одновременно показывать, как эту любовь уничтожает зависимость. И потому вы с наркоманом и алкоголиком НА ОДНОЙ СТОРОНЕ - против болезни.

## Кто может участвовать в интервенции?

Все, кто знает этого человека, искренне хочет ему помочь, любит его - и пострадал от его зависимости, у кого есть ЛИЧНЫЙ опыт боли, связанный с наркоманией или алкоголизмом именно этого человека. В том числе и дети, конечно, старше 6 лет. Имеем ли мы право на это? Конечно, и даже обязаны: потому что мы его любим, и не хотим, чтобы он умер. Мы же вызываем к человеку «скорую», когда он без сознания, даже если он раньше отказывался от помощи врачей. Можно провести интервенцию под руководством специалиста, но если хорошо подготовиться, можно справиться и самим. Чем более правильно интервенция подготовлена и проведена, тем менее насильственно, мягко проходит она, и тем лучше результат.

## Как это делается?

- соберите команду **значимых для алкоголика или наркомана** людей, 6-8 человек (можно меньше): жена/муж, дети, родители, другие родственники, друзья (с которыми он не пьет, например, школьные), работодатель, врач, консультант, священник (если **зависимый** человек верующий)...
- соберите сведения о всех приемлемых для вас видах помощи, выберите оптимальные и сделайте так, чтобы все было готово; выздоровление должно не ограничиваться медицинской помощью, но включать более или менее продолжительную реабилитацию;
- пусть каждый участник напишет примеры, которые были их личным опытом, это будет их подготовка;
- соберите команду, обсудите предложенные примеры и нещадно отбросьте все то, что не является примерами любви или проявлениями зависимости;
- расскажите команде основные факты о болезни, общие цели, проясните все недоумения, чтобы не делать это в процессе интервенции;
- проведите репетицию интервенции, отрабатывая все детали и «сливая пену» эмоций;
- проведите саму интервенцию.

Однажды, когда наркоман или алкоголик не ждет, и еще трезв (утром? в более приемлемое время?) он, выходя из спальни, обнаруживает всех в сборе, и ведущий просит его уделить им 30 мин., слушая и не перебивая, после чего все внимательно его выслушают, и он будет делать то, что захочет. Тот нехотя соглашается, потому что его взяли врасплох, и в гостиной сидят очень важные для его люди. Все по кругу начинают говорить, начиная с младших, причем ведущий прерывает каждого, кто, вопреки договоренности, начинает обвинять, стыдить, истерично плакать (просто плакать можно)

и пр. Необходимо уложиться в указанный срок. Больше алкоголик или наркоман просто не сможет слушать! В конце ведущий высказывается сам и завершает так:

«Ты выслушал нас, спасибо. Ты видишь, мы все согласны в том, что тебе нужно идти лечиться. Мы нашли для тебя вот эти два варианта (кратко рассказывает). Мы будем очень рады, если ты согласишься на любой из них. Но если нет - дальше следует **АЛЬТЕРНАТИВА: кто-то из особенно важных людей из команды говорит, как ОН поступит, если лечение не состоится. И это должно быть существенной потерей для зависимого человека**».

*Например, жена говорит: «мне придется увезти детей к маме, потому что больше я не могу позволить им в этом участвовать. Я останусь с тобой на какое-то время, но потом и я должна буду поехать к детям. Я не хочу с тобой расставаться, но это единственный способ сохранить здоровье наших детей».*

Альтернатива должна быть абсолютно реальной и точно осуществиться, если наркоман или алкоголик не идет лечиться. Альтернатива - это не манипуляция, не «рычаг», с помощью которого семья пытается «повернуть» зависимого, а ЕСТЕСТВЕННОЕ СЛЕДСТВИЕ его болезни для семьи.

Если зависимый человек нехотя соглашается, его НЕМЕДЛЕННО нужно везти на лечение, потому что его согласие крайне хрупко.

Если нет -- все встают и расходятся, и альтернатива осуществляется немедленно.

Альтернативы может и не быть (например, если зависимый склонен к суицидам), тогда он все равно получит некое важное для мотивации воздействие, но эффективность интервенции будет, конечно, ниже.

Может быть, мы все сговорились за его спиной против него, и это предательство? Да, мы сговорились за его спиной - но сказали тут же все это ему; и мы сговорились не ПРОТИВ него - а ЗА него. Поэтому это не предательство.

Неудачных интервенций, если они проведены правильно, не бывает, и всегда есть их плоды, хотя бы и отсроченные.

Подробнее ознакомиться с техникой интервенции можно, пригласив специалиста, или по специальной литературе, например, есть хорошая популярная книга Вернона Джонсона «Как заставить алкоголика или наркомана лечиться: метод убеждения».

Интервенция не является магическим средством, чтобы заставить алкоголика или наркомана выздоравливать, это всего лишь акция, и зависимость - длительный процесс, и потому для выздоровления тоже требуется длительный процесс для всей семьи. Кроме того, «протез» «живет» недолго, и собственная мотивация может не успеть сформироваться достаточно серьезной, чтобы потом после реабилитационного центра

алкоголик или наркоман продолжал поддерживать свое выздоровление. Стоит еще познакомиться с темой «мотивация к выздоровлению».

Но интервенция дает шанс, что еще раз показывает: **нет безнадежных ситуаций. Ваш близкий может выздороветь.**