



УДК 616.89 (613.83)

ОПЫТ РЕАБИЛИТАЦИИ ХИМИЧЕСКИ ЗАВИСИМЫХ В НАРКОЛОГИИ**Е. В. Белякова
Ю. А. Немцева***Медицинский психолог
медицинский психолог
Областной наркологический диспансер
г. Магнитогорск, Челябинская область, Россия***EXPERIENCE REHABILITATION
OF CHEMICALLY DEPENDENT IN ADDICTION****E. V. Belyakova
Yu. A. Nemtseva***Clinical psychologist
clinical psychologist
Regional Drug Dispensary
Magnitogorsk, Chelyabinsk region, Russia*

Abstract. For more than 4 years working in the city of Magnitogorsk state medical-rehabilitation unit for drug addicts, unique in its structure. First, find it free, and secondly, in addition to medical treatment focuses on rehabilitation, which usually provide services only to private (paid) centers. A feature of the rehabilitation process is that patients work peer educators – people who have a healing experience. One of the main conditions of healing and finding our center is complete abstinence from drugs, alcohol or any substances, intoxicants and mind-altering human. In addition, it works with relatives of patients, aimed at helping the creation of conditions for effective recovery of drug addicts.

Keywords: drug addiction; psychology; rehab; rehabilitation; addiction; addiction.

Злоупотребление психоактивными веществами является в настоящее время одной из главных проблем, представляющих собой угрозу здоровью населения во многих странах мира. В России на фоне сохранения высокого уровня потребления алкоголя на душу населения и заболеваемости алкоголизмом, в последние годы увеличивается количество больных наркоманиями, причем подавляющее большинство из них – молодого возраста.

Наркологические заболевания характеризуются целым рядом расстройств. Так, перестройка в системе обмена веществ обуславливает возникновение патологического влечения к ПАВ, токсические эффекты которых приводят к постепенному разрушению организма: поражению мозга и внутренних органов, потере иммунитета и пр. К серьезным последствиям употребления стоит отнести и

наличие коморбидных заболеваний таких, как гепатиты, ВИЧ-инфекция. Кроме того, нарастают негативные изменения личности – характера, эмоциональной сферы, поведения. Наблюдаются деформация или полное прекращение отношений с семьей. Высокий риск нарушения процесса социализации – большинство химически зависимых досрочно прекращают процесс образования или профессиональной карьеры, уходят из дома, теряют жилье, бродяжничают, т. е. происходит морально-нравственная деградация.

Совокупность указанных выше факторов формирует особую жизненную ситуацию зависимого, все стороны которой требуют своего внимания, целенаправленного воздействия и постепенного конструктивного восстановления. Поэтому вопросы повышения качества лечебной работы с больными зависимостью от пси-



хоактивных веществ остаются актуальными для нашей страны не первый год.

Вот уже четыре года в городе Магнитогорске работает государственный реабилитационный центр для химически зависимых на базе ГБУЗ "Областной наркологический диспансер".

Особенностью реабилитационного процесса в нашем лечебно-реабилитационном отделении № 2 является то, что с пациентами работает специально обученная мультипрофессиональная команда, включающая в себя врача-нарколога, врача-психотерапевта, медицинских психологов, специалиста по социальной работе, средний и младший медицинский персонал, спортивного инструктора, а также равных консультантов – людей, имеющих опыт выздоровления.

После прохождения двухнедельного медикаментозного лечения (для снятия абстиненции) пациентам рекомендуется пройти курс реабилитации, длящийся от одного до трех месяцев и направленный на оздоровление и восстановление всех жизненно-важных сфер, а именно биологической, психологической, социальной и духовной. Все эти сферы разрушаются по мере прогрессирования зависимости, а значит – нуждаются в восстановлении. Для достижения этих целей в своей работе мы используем психотерапевтическую программу, одним из направлений которой является адаптированная программа "12 шагов+".

Приоритетной задачей реабилитации химически зависимых в нашем реабилитационном центре является формирование опыта жизни без наркотиков и развитие сопротивления влиянию наркотической среды. Поэтому реабилитация химически зависимых предполагает решение следующих задач:

- Самораскрытие;
- Представление и получение информации;

- Анализ мотивов поведения и эмоций;
- Адекватное самопринятие;
- Восстановление самоуважения;
- Развитие умений бороться со стрессом без употребления лекарств и наркотиков;
- Развитие умения распознавать форму "агитации" наркотической среды и сопротивляться ей;
- Развитие умения применять различные способы отказа и говорить "нет";
- Развитие навыков борьбы с депрессией и неудачами;
- Обращение к сфере эмоциональных отношений, облегчение выхода эмоций;
- Работа с деструктивными эмоциями (обидой, виной, жалостью к себе, мстительностью);
- Принятие ответственности за свои выборы;
- Формирование компетентности в преодолении трудностей;
- Активация ресурсов.
- Профилактика срыва.

Одним из наиглавнейших условий выздоровления и нахождения в нашем центре является полное воздержание от наркотиков, алкоголя и любых веществ, опьяняющих и изменяющих сознание человека. В своей работе специалисты нашего центра используют эффективные модели выздоровления, включающие в себя групповую и индивидуальную психотерапию, посещение групп взаимопомощи, тренинги и аутотренинги, занятия арт-терапией, просмотр и обсуждение специальных видеофильмов, прослушивание спикерских записей, работу с аудиовизуальным комплексом, занятия спортом и пр. В процессе реабилитации пациенты получают необходимую информацию о том, как оставаться чистыми, не употребляя химические вещества, как жить по-новому без наркотиков, как справляться и переживать эмоции, радость, страх, гнев и



боль одиночества. Зависимых обучают всему заново: как общаться с другими людьми, как строить отношения, как брать на себя ответственность.

Помимо отлаженной действующей программы наш опыт работы позволяет привносить свои изменения, актуальные для настоящего времени. Так, уже более года действует разработанная авторами статьи уникальная в своем роде программа для химически зависимых, уже имеющих опыт трезвой жизни, однако, по каким-либо причинам вернувшихся к активному употреблению ПАВ. Актуальность такой программы, в частности, возникла в связи с распространением новых психоактивных веществ и их доступностью. Также стоит отметить, что не всем химически зависимым удается выйти в долгосрочную ремиссию с первого раза, учитывая то, что частные реабилитационные центры гонятся не за качеством ремиссии, а за количеством пациентов (в нашем центре ремиссия составляет 32 % – из общего числа поступивших на реабилитацию пациентов). Указанные факты приводят к повторному поступлению пациентов, проходивших реабилитацию в различных центрах, после недолгой ремиссии. Срыв в данном случае рассматривается как ошибка, которую реабилитанту необходимо правильно воспринимать, осознавать и использовать как опыт для дальнейшего восстановления от зависимости. Разработанная нами программа рассчитана на 1 месяц и включает в себя индивидуальную и групповую терапию; психологические противорецидивные тренинги; лекции; ведение дневника чувств и ежедневного самоанализа; выполнение аналитических заданий по проработке и анализу срыва; работа с литературой по программе «12 Шагов»; посещение собраний А. Н. и А. А.; кинотерапию; спортивные мероприятия. Перед выпиской реабилитанту необходимо написать сценарий выхода из

реабилитационного центра с учетом предыдущих ошибок. Специалистам это даст возможность отследить, насколько реабилитант усвоил материал, и насколько он готов перейти на этап индивидуального психосоциального сопровождения в амбулаторных условиях.

Необходимо отметить, что мы в своей работе придерживаемся принципа "открытых дверей". То есть любой пациент, прекративший курс реабилитации по каким-либо причинам и покинувший центр, может вернуться обратно. Кроме того, нашим выпускникам гарантируется поддержание постоянного контакта со специалистами отделения.

При отказе от активной зависимости, в процессе реабилитации предполагается изъятие из системы ценностей наркотических веществ и заполнение образующейся «пустоты» духовно-нравственными ценностями, принятием ответственности за свою жизнь, осознанием ценности собственной жизни. Для достижения выше обозначенной стратегии реабилитационного воздействия в июле 2014 г. в лечебно-реабилитационном отделении № 2 медицинскими психологами начато внедрение Программы «Ладья», «В ладу с собой» первичной профилактики ВИЧ/СПИДа и рискованного поведения для подростков 13–17 лет. В основу программы «Ладья» положены представления о единстве телесного, душевного и идеального начал человека и о подчиненности телесной и психологической (деятельностной) составляющих личности ее духовной сфере. Работа по программе строится в соответствии с идеей, что полноценное развитие личности и достижение ею зрелости возможно только при условии ее духовно-нравственного воспитания. Целью программы является первичная профилактика ВИЧ/СПИДа среди подростков посредством формирования системы духовно-нравственных ориенти-



ров. Уникальность программы «Ладья» состоит в том, что при направленности ее целей на формирование духовно-нравственного потенциала, не происходит навязывания религиозных убеждений, одним из главных принципов программы является терпимость к религиозным и мировоззренческим убеждениям участников группы. В нашем центре занятия успешно реализуются в формате светской программы. Работа медицинских психологов направлена на апробацию и адаптацию Программы «Ладья» в рамках реализации третичной профилактики зависимостей с реабилитантами центра. Занятия проводятся в формате тренинга продолжительностью 1.5 часа, 2 раза в неделю. Программа состоит из 23 тем – занятий («Карта нашего пути», «Счастье», «Я и моя жизнь», «Мир чувств» и т. д.), рассчитанных на 3 месяца курса реабилитации. Цели и задачи программы реабилитации нашего центра и Программы «Ладья», направленные на формирование духовно-нравственных ориентиров созвучны. Реализация задач обозначенных в «Ладье» таких как: формирование навыков принятия ответственности за свою жизнь, позитивной «Я-концепции», актуализацию и развитие духовных и личностных ресурсов, создание новых стратегий поведения, формирование навыков самопомощи и других позволит достигать реабилитантами большей осознанности себя и своего заболевания.

Особое внимание специалисты нашего центра уделяют работе с родственниками пациентов – направленная помощь в создании условий эффективного выздоровления наркозависимых. Для этого на базе учреждения нами была создана «Школа созависимых», а также активное развитие групп самопомощи в городе Магнитогорске и Челябинске. Наш опыт показал, что если члены семьи пациента отделения участвуют в вышеназванных программах

для родственников больных с зависимостью от психоактивных веществ, прогноз эффективности его лечения существенно улучшается и, соответственно, значительно облегчается прохождение больным периода становления у него ремиссии.

В рамках программы социально-психологического сопровождения нашего центра был создан «Клуб Выпускников» для поддержки дальнейшего выздоровления выпускников отделения. Активная роль пациентов, прошедших курс реабилитации и вышедших в стабильную ремиссию, существенно повышает уровень доверия больных к учреждению и укрепляет их уверенность в реальной возможности преодоления болезни.

Таким образом, опыт работы наркологического реабилитационного отделения № 2 показывает реальную возможность лечения больных с зависимостью от психоактивных веществ и достаточно высокую эффективность её практического применения. Для повышения эффективности лечения больных с зависимостью от ПАВ нами была разработана и внедрена программа для химически зависимых, поступающих в отделение после срыва, а также адаптирована духовно-нравственная программа «Ладья».

Библиографический список

1. Пилипенко А. В., Соловьева И. А. Зависимые, созависимые и другие клиенты: психологический тренинг. – М. : Психотерапия, 2011. – 192 с.
2. Степанова О. П. Организация мероприятий социальной реабилитации наркологических больных в Магнитогорске // Мир аддикций: химические и нехимические зависимости, ассоциированные психические расстройства : тезисы научно-практической конференции с международным участием / под редакцией профессора Н. Г. Незнанова, профессора Е. М. Крупицкого. – Магнитогорск, 2012.
3. Степанова О. П. Социально-психологические проблемы наркомании // Психологические проблемы бытия человека в современном обществе. Развитие личности в образовательном



пространстве: психологические векторы и смыслы : материалы международной научно-практической конференции. – Магнитогорск, 2011. – С. 116–120.

4. Теренс Т. Горски. Путь выздоровления: план действий для предотвращения срыва / пер. с англ. – М., 2012.

Bibliografickij spisok

1. Pilipenko A. V., Solov'eva I. A. Zavisimye, sozavisimye i drugie klienty: psihologicheskij trening. – М. : Psihoterapija, 2011. – 192 s.
2. Stepanova O. P. Organizacija meroprijatij social'noj rehabilitacii narkologicheskikh bol'nyh v Magnitogorske // Mir addikcij: himicheskie i nehimicheskie zavisimosti, associirovannye

psihicheskie rasstrojstva : tezisy nauchno-prakticheskoy konferencii s mezhdunarodnym uchastiem / pod redakciej professora N. G. Neznanova, professora E. M. Krupickogo. – Magnitogorsk, 2012.

3. Stepanova O. P. Social'no-psihologicheskie problemy narkomanii // Psihologicheskie problemy bytija cheloveka v sovremennom obshhestve. Razvitie lichnosti v obrazovatel'nom prostranstve: psihologicheskie vektory i smysly : materialy mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferencii. – Magnitogorsk, 2011. – S. 116–120.
4. Terens T. Gorski. Put' vyzdorovlenija: plan dejstvij dlja predotvrashhenija sryva / per. s angl. – М., 2012.

© *Белякова Е. В., Немцева Ю. А., 2016*