

Помощь психолога при алкоголизме

Эффективность психологического лечения алкоголизма сильно зависит от того, признает ли клиент проблему, хочет ли он от нее избавиться.

К сожалению, не всем алкоголикам можно помочь. Это зависит и от степени деградации личности, к которой уже привел алкоголь. ***Человек должен сам быть готов что-то делать, предпринимать конкретные шаги на пути к избавлению от алкозависимости!!!***

Помощь специалиста осуществляется несколькими методами.

Преимуществом ***групповой терапии*** является то, что здесь алкоголик видит людей с той же проблемой вокруг себя. Они могут поддержать друг друга, вдохновиться успехами, поделиться опытом, заставить поверить в благоприятный исход терапии.

Терапия гипносуггестивная заключается в том, что психолог внушает алкоголику страх перед выпивкой, перед теми последствиями, что ждут его, если он примет любую дозу спиртного, пусть даже и незначительную.

При ***семейной терапии*** к специалисту приходит не только сам зависимый, но и члены его семьи, к примеру, супруг. Специалист уделяет отдельное внимание состоянию всех членов семьи, делается упор на том, что после избавления от проблемы семью ждет новое будущее, перемены в жизни, которые и проговариваются, объясняются. Психолог выясняет основные причины конфликтов и адаптирует жизнь семьи к будущей трезвости клиента.

Когнитивно-поведенческая терапия у специалиста меняет взгляды и отношения пьющего человека к трезвости, показываются ее преимущества перед состоянием постоянного пьянства. Такой подход будет более эффективным, чем больше алкоголик хочет бросить.

Метод для твердо решивших бросить пить алкоголиков, при котором специалист укрепляет отвращение алкоголика к выпивке и учит избавляться от эмоционального напряжения, называется ***аутогенной тренировкой***.

Пройти тестирование и получить рекомендации психолога в конкретном случае можно, записавшись на прием по телефону «Доверия» 461795

Наш адрес:

г. Полоцк, ул. Ф. Скорины, 12/14
каб. психолога №24