

## Szállj szembe a sóvárgással! - Kihívások az addikciók kognitív viselkedésterápiájában

Dr. Bodrogi Andrea

Ébredések Alapítvány, Kék Pont Drogambulancia

Összehasonlítva az addikciók kezelését egyéb mentális zavarokéval lényeges különbség, hogy a szenvedélybetegek gyakran nem motiváltak a változásra, így kezelésre sem törekednek. A terápia ezért gyakran a motiváció felkeltésével, illetve fokozásával kezdődik. Ha el is jutunk a terápiás szerződés megkötéséig, számolnunk kell a gyakori szerződésszegések tényével. Magyarázható ez a gyakorlatilag folyamatosan fennálló eufória utáni vágygal, továbbá az erős sóvárgással, a megvonási tünetek meglétével, vagy a tőlük való rettegéssel. Sok beteg esetében a stresszkezelésnek, a problémákkal való megbirkózásnak a szerhasználat jelenti az egyetlen módját. Sokaknál olyan, évek óta rögzült életformáról van szó, aminek a megváltoztatása szinte elképzelhetetlen a számukra. Komoly problémát jelent a szerhasználó környezet, bizonyos, különösen "fertőzött" régiókban a kliensek gyakorlatilag nem is tartanak kapcsolatot "nem szerhasználó" egyénekkel, nincsenek alternatíváik, a szabadidő eltöltésének a droghasználaton kívül egyéb módjait nem is ismerik.

A drog folyamatosan jelen van az életünkben, a családjukban, a lakókörnyezetünkben. A drogok megszerzése sokszor már semmiféle nehézségbe nem ütközik. Mindezen szempontok tekintetében különösen a néhány éve a drogpiacon vezető szerepet betöltő Új típusú Pszichoaktív szerek járnak az élen. Mindennek tudatában sem szabad azonban elfeledkeznünk az alkohorról, mint bázisdrogról, melynek "piacvezető" szerepe nem csökken, és számolatlanul szedi áldozatait már a fiatalok körében is.

Jelen előadásban azokat a kihívásokat mutatom be, melyekkel a fent leírt, a szerhasználat irányába "húzó" erővel megkísérlünk megbirkózni kognitív viselkedésterápiák alkalmazása során.