

إنّ الخطوات التي لخصتها للتخلّص من الإدمان تصلح دليلاً على معالجة شخص يعاني الإدمان أيضاً. وقد سمّيت المنهج المرتكز على هذه الخطوات (Addiction Focused Treatment – AFT) (المعالجة المركّزة على الإدمان). لعلّك قد بدأت بالتفكير في كيفية تبني الخطوات المذكورة في الحالات التي أوردناها سابقاً لمساعدة شخص (أو زوجين) يبحث عن العلاج عندك. سأناقش في هذا الفصل كيفية عمل ذلك، إضافة إلى بعض القضايا السريرية.

البداية

الخطوتان الأولى والثانية

يسعى الأفراد إلى المعالجة في مواقع مختلفة في صراعهم مع الإدمان، والخطوة الأولى التي ركّزت بصورة رئيسة على تشخيص الإدمان، قد لا تكون ضرورية لبعض الأشخاص. لكن، حتّى المدركين جيّداً أنّهم يعانون الإدمان، قد تفوتهم بعض الفِكر غير الصحيحة عن الإدمان التي ذكرتها في الجزء الأول. لذا، يجب تبديد هذه المفاهيم غير الصحيحة والخرافات قبل المضي في المعالجة.

إنّ نموذج (مرض الدماغ المزمن للإدمان) (Chronic brain disease model of addiction)، الذي حظي باهتمام واسع من قِبَل وسائل الإعلام في الآونة الأخيرة، ما هو إلاّ خرافة شائعة مشتتة لا بدّ من طرحها جانباً قبل المضي قدماً.

من المهم والضروري رفض الفكرة غير الصحيحة التي تشير إلى أن المدمن شخص مختلف عن باقي البشر، التي ناقشتها في الخطوة الثانية، فتوضيح كيف أن أنواع الإدمان هي أعراض مثل غيرها من السلوكيات القهرية، يفتح الباب أمام معالجة السلوكيات التي لا يعدها مريضك⁽¹⁾ إدماناً.

فعندما يدرك المريض أن هذه الأنشطة القهرية الأخرى ما هي إلا مظاهر مختلفة للمحرّك نفسه الذي يعكس العجز، فإنك تستطيع تعقّب التقلّبات لسلوك مريضك الإدماني كلّما غيّرت شكلها. وعندما يقول مريضك إنه قد توقّف عن تناول الكحول لكنّه لا يستطيع الآن الامتناع عن التسوّق عن طريق الإنترنت، فإنك ستكون قادراً - بناءً على خلفيتك -، على معرفة أن هذا سلوك جديد تجسّد عن الإدمان القديم نفسه. وعلى الرغم من أن العرّض العام الظاهر قد اختفى، فإن باستطاعتكما الآن الاستفادة من هذا السلوك القهري الجديد بصفته فرصة جديدة للنظر في مسببات هذا السلوك.

يساعد توضيح آلية الإدمان المدمنين على التركيز في ما وراء الهدف من إدمانهم - المخدّرات، أو الطعام، أو التسوق، أو القمار - وصولاً إلى أصل المشكلة. وبعد تحدّثك عن الإفراط في تناول الطعام، وتعاطي المخدّرات، والكحول، فإنك توفر كثيراً من الوقت الذي تستطيع استغلاله في مناقشة المشاعر العارمة للخسارة، والغضب، والحزن، والخجل. وإن هذا مفيد جداً للمرضى أنفسهم؛ كي يعلموا أن ما يسعون لأجله ليس كأس الكحول ولا القمار، بل شعور بالقوة والتمكّن في وجه مشاعر دائمة وقديمة بالعجز.

(1) لقد استعملت كلمة «مريض» في هذا الفصل لأنّ هذا هو المتبع في مجال عملي، ولكنني مدرك أن كلمة «عميل» هي المستعملة في العادة في مجالات معالجة أخرى. إن الكلمتين تُستعملان مترادفتين، وأنا أستعمل «مريض» بصورة منفردة هنا للفائدة.