Люди, пришедшие на лечение – это, как правило, люди с нестабильной психикой. На начальном этапе лечения алкоголизма эти разрушения проявляются в особенно сильной форме.

Раздражительность на близких, обиды на окружающих, переходящие в чувство гнева, давно забытое состояние душевного покоя, оно часто путается с апатией, скукой, безропотной покорностью – вот основные проявления усиливающегося невроза. Сам невроз становиться причиной того, что человек, пытаясь избавиться от этих состояний, снова начинает употреблять алкоголь, а прекращая пить, снова попадает в невротическое состояние. Единственный способ выжить в этом круге – это разорвать его. Перестав употреблять вещество и встретившись с невротическим состоянием, необходимо заняться его лечением. Целью данной методики является вернуть клиента к состоянию ясности и реалистичной способности видеть мир, подкрепляемой внутренним спокойствием и силой духа. Для этих других важных целей применяется метод характерологического анализа и его разновидность – самоанализ. Начиная совместную работу с психологом по выявлению внутренних конфликтов (характерологического анализа), клиент одновременно учится анализировать свои чувства, желания, убеждения. Навыки самоанализа развиваются, но на начальных этапах необходимы направляющие действия консультантов с опытом работы по данной методике.

Данная методика была разработана немецким психиатром К. Хорни и затем адаптирована к лечению алкоголизма нашими специалистами. Основной идеей этого метода стало научить клиента объективно смотреть на процессы, происходящие в нем, то есть научиться заниматься самоанализом. Самоанализ – это способность человека наблюдать и идентифицировать свои состояния для последующей работы с ними. Самоанализ позволяет клиенту собственными силами осуществлять развитие своей личности.

Было бы неверно рассматривать лечение алкоголизма, только как изменение окружающей среды и улучшение взаимоотношений. Все эти методы должны работать в комплексе, как внешних факторов, так и внутренних, путем проработки проблем различного рода.

Основой самоанализа становиться процесс, который идет следующим образом. Идентифицируются чувства по отношению к некой ситуации, затем идет осознание своего чувства и конфликта связанного с ним в конкретной ситуации взаимоотношений. От осознания основного своего внутреннего конфликта, который разрушает человека, мы переходим к выбору способа способного снять уровень напряжения до минимального. Как человек, страдающий сахарным диабетом должен уметь определять уровень сахара в крови, так и алкоголик должен ясно осознавать что с ним происходит в эмоциональной сфере, чтобы эмоции не взяли верх над разумом.