

Intervención

Cuando una persona con una adicción es reacio a buscar tratamiento, a veces los familiares, amistades, y compañeros de trabajo – unidos por la preocupación y el amor – enfrentan a la persona. Esto se llama “intervención”. Las intervenciones ayudan si la toma de consciencia y el aumento de las ventajas no están funcionando para quien está en la etapa de Preconsideración. Las intervenciones crean un alivio dramático (se presta atención a los sentimientos) e impacto en el entorno (impacto sobre otros). Instan firmemente a la persona a que inicie un tratamiento y listan las serias consecuencias de no hacerlo, como ruptura familiar y pérdida del empleo. Estos son algunos de los pasos que puede seguir para realizar una intervención.



1. Busque ayuda

Puede ser un profesional en intervención, asistente social, médico, familiar o amigo. El apoyo es importante, pero no intente hacerlo solo o sin la orientación apropiada.



2. Escoga bien su equipo

Asegúrese de que esta gente ocupa un papel significativo en la vida de la persona y que se ajustarán al objetivo que los ocupa.



3. Reúna información

Aprenda acerca de la adicción y el proceso de recuperación así como sobre los programas de tratamiento apropiados.



4. Guión

Escriba declaraciones de impacto para que la persona con la adicción entienda que su lucha no la impacta a ella sola.



5. Practique

Todos los que estén involucrados deben ensayar juntos sus declaraciones para evitar hablar demasiado, culpar, o caer en la autocompasión. Prepárese para que la persona se resista y defienda.



6. Determine el momento y lugar apropiado.

Encuentre un momento en que su ser querido no está usando y utilice un sitio privado y más formal fuera del hogar. Las intervenciones no deben tomar a su ser querido por sorpresa.



7. Observe su lenguaje corporal

Esfuércese por presentar un lenguaje corporal abierto y cálido.



8. Manténgase en control

Resista cualquier tentación que pueda llevar a discusiones o una riña.



9. Fije límites

Si la persona se rehúsa al tratamiento, las relaciones deben cambiar. Todos los presentes deben comprometerse a consecuencias específicas.



10. Maneje las expectativas

Puede ayudar a los familiares si se mantienen flexibles y preparados. Es posible que se necesiten varios intentos, pero nunca se rinda.