**Основные принципы мотивационного интервью**

|  |
| --- |
| **Действия консультанта** |
| **рекомендуемые** | **нерекомендуемые** |
| **Проявлять эмпатию и поддержку:** "Вы кажетесь озабоченным тем, что Ваше употребление алкоголя может быть связано с определенным давлением, которое Вы испытываете дома и на работе". | **Осуждать:**"Складывается впечатление, что Вы недостаточно серьезно относитесь к своим выпивкам". |
| **Задавать открытые вопросы:** "Опишите, что хорошего приносит Вам употребление алкоголя и что в нем плохого?" | **Задавать закрытые вопросы** **(предполагающие ответы "да" или "нет"):** "Есть ли у Вас проблемы с употреблением алкоголя?" |
| **Отражать состояние пациента в психотерапевтическом диалоге:** "Похоже, что Вы не очень довольны тем, что Вас направили в нашу клинику". | **Применять ярлыки**"То, как Вы пьете, показывает, что Вы - алкоголик". |
| **Развивать проявления несоответствия:** "Если Вы будете продолжать употреблять алкоголь так же, как в этом году, как Вы думаете сложится Ваша жизнь через 2-3 года?" | **Проявлять конфронтацию,** **морализировать или "читать нотации":** "У Вас есть серьезная проблема с алкоголем, которую Вы отрицаете". |
| **Двигаться в направлении сопротивления:**"Вы не рассматриваете свое употребление алкоголя как проблему, но готовы подумать о возможности уменьшения употребления алкоголя в случае, если это улучшило бы Ваше здоровье". (Эта стратегия обращается к проблеме в неконфронтационном стиле) | **Угрожать:**"Если Вы не прекратите употребление алкоголя, Вы будете выписаны". |
| **Задавать вопросы в неугрожающей манере, чтобы избежать проявления сопротивления и мотивировать пациентов к изменениям:**"Расскажите мне о Вашем употреблении алкоголя" или "Складывается впечатление, что у Вас нет единого мнения (или Ваши мнения противоречивы) в отношении изменения употребления алкоголя?" "Как Ваше употребление алкоголя изменилось за последний год?" | **Задавать угрожающие вопросы:**"Как давно Ваше питье стало проблемой? Собираетесь ли Вы предпринять что-либо в отношении Вашей алкогольной проблемы?" |
| **Вызывайте утверждения о собственной мотивации:**"Хоть Вы и не воздерживались от употребления алкоголя каждый день на прошлой неделе, Вы сумели уменьшить его значительно. Как Вам это удалось?" (Поскольку у многих пациентов отмечается недостаток уверенности в своей способности измениться, предоставление им возможности озвучить перемены усиливает их ощущение собственной значимости и способности к изменениям.) |  |
| **Вызывайте на разговор об изменениях, позволяя пациентам представить аргументы в пользу этих изменений:**"Итак, какие причины Ваша жена назвала бы в качестве основных, отмечая озабоченность Вашим употреблением алкоголя?" или "Если Вы продолжите выпивать, как сейчас, как Вы думаете, что с Вами будет через 10 лет?" |  |