

## Az M.M. filozófiájának négy kulcseleme :

### 1. A változás lehetősége

Talán a MM filozófiájának legfontosabb eleme a hit, hogy az alkoholisták és a kábítószeresek megváltoztathatják hiedelmeiket, beállítódásukat, és viselkedésüket. Ez egy alapvető elv, amely a sikerben és a program híres résztvevőiben testesül meg és reményt ad az alkoholistának és kábítószer-élvezőnek.

### 2. A betegség koncepció

Az alkoholisták betegség koncepcióját gyakran Jellineknek tulajdonítják, aki valójában csak az alkoholtól való fizikai függést azonosította a betegséggel (gamma és delta alkoholizmus). Az alkohol- és drogfüggőség koncepcióját az AA az NA és az Amerikai Pszichiátriai Társaság (APA) tartja fenn. Széles támogatókörre talál az amerikai pszichiáterek között, de erős kritika tárgya Angliában. A „betegség” kifejezést széles körben használják MM gyógyító központjaiban, a betegségkoncepciót a MM alaptanának mondják. A MM hívei egy kémiai anyagfüggőség fogalmára utalnak, mivel úgy gondolják, hogy a kábítószer élvezetre hajlamos emberek különböző hangulatot befolyásoló anyagokra érzékenyek és ez által sebezhetőek is. Azt vallják, hogy a MM hatásos a kábítószer függőség és az alkoholizmus, valamint mindkettő együttes kezelésében.

A kémiai anyagfüggőséget többfázisúnak látják, mely a fizikai, pszichológiai és szociális tényezők mellett szellemi /spirituális/ komponenst is tartalmaz. A kémiai anyagfüggőségnek fő jellegzetessége az úgynevezett kontrollvesztés.

Szigorúan véve a kontroll károsodott igazából, és nem elveszett. A kémiai függőség nem szinonimája sem valami anyag helytelen használatának, sem az anyagtól való függésnek. Így aztán nem meglepő, hogy a diagnosztikus folyamatok standardizálása hiányzik a MM központok között és így úgyszintén nehéz összehasonlítani más kezeléseket és a MM kezelés eredményeit.

Az alkoholizmust primer, krónikus, progresszív betegségként szokták leírni, hangsúlyozva, hogy ez a beavatkozás központi része, tehát, hogy ez a betegség nem csupán egy másik betegség tünete. Azt is hangsúlyozzák, hogy ha ellenőrizetlenül marad a betegség, progressziót mutat.

### 3. A kezelés célja:

1. Segíteni a kémiai anyagtól függő embernek abban, hogy felismerje a betegségét és, hogy ez mit jelent.

2. Segíteni abban, hogy elismerje, segítségre van szükség, és hogy belássa, meg kell tanulni élni ezzel a betegséggel, konstruktív módon erre kell összpontosítani.

3. Segíteni abban, hogy rájöjjön, hogy pontosan miket kell megváltoztatnia ahhoz, hogy konstruktív módon tudjon élni betegségével.

4. Segíteni a betegnek aktívan ama változások elérésében, amelyek fontosak, szükségesek ahhoz, hogy megnövekedjen a funkcionáló-képessége, és ki tudjon alakítani egy új életstílust. A kémiai függőséget gyógyíthatatlannak tartják. (Anderson 1981, Gilmore 1985) A MM-t mint egy gondozó, nem pedig gyógyító modellt látják. Azokról a betegekről, akik absztinenciát érnek el a kezelés által, és akik folyamatos, személyes fejlődést tapasztalnak más területeken is, tehát róluk azt mondják, hogy „felépülőben vannak”, amely tehát egy folyamatos, életre szóló növekedése a belátásnak, és a változásra való elszántságnak.

### 4. Az AA és az NA az alkoholizmusból vagy kábítószeresézésből való felépülés elveit 12 lépésben foglalja össze:

Ezek a lépések nagyon erős spirituális töltettel rendelkeznek és a 2. lépés „nálunk nagyobb erő” fogalmát kétség kívül Isten helyettesíti. Ezek a lépések hangsúlyozzák azt, hogy a másokkal való kapcsolatokat újra kell szervezni, át kell alakítani, és hogy segíteni kell más alkoholistákat és kábítószereseket. Ezek a lépések magukban foglalják azt a buzdítást, hogy minden egyes alkoholista vagy kábítószeres képes arra, hogy döntsön, hogy változzon, változtasson, még ha az erő, hogy ezt a változást végrehajtsa nincs is meg, vagy nem megfelelő mértékben. Ez a 12 lépés alapvetően hozzájárult a MM filozófiájához.