



KBT a patologické hráčstvo

terapeut – pacient – príbuzný

Benkovič Jozef
OLÚP Predná Hora n.o.

KBT- závislostí

Najefektívnejšie terapeutické prístupy v liečbe závislostí využívajú liečebné programy a techniky KB - terapie

(Mc Crady B., 1996; Brink v.d.W., 1996; Adams P., 2000)

Charakteristika

- **Závislosť je naučené správanie, ktoré je spevňované jej pozitívnymi účinkami + akceptácia biologicko-genetických predispozícií (klasický behaviorizmus)**
- vytvorenie nových vzorcov v správaní jedinca a zmena vzťahu k návykovému správaniu
-(výhody abstinencie a nevýhody závislosti, nový životný štýl, záujmy, práca, priatelia a vyhýbanie sa rizikovému závislému prostrediu, nachádzanie nerizikového spôsobu fungovania v abstinencii)

(Murdoch D., Baker P., 1996)

Kognitívne programy

- zvyšujú motiváciu k liečbe (reštruktúra distorzných presvedčení a postojov, ktoré závislosť podporujú, napr. zmena presvedčenia, že hazard je jedinou možnosťou, ako odstrániť nudu a nedostatok podnetov)

(Murdoch D., Baker P., 1996)



Dg.F:63.0

Patologické hráčstvo

D: Časté, opakované epizódy hráčstva, ktoré v živote jedinca dominujú a vedú k poškodeniu sociálnych, pracovných, materiálnych rodinných hodnôt a k zadĺženiu.

Dif. dg:

- ***Kontrolované hráčstvo a stávkovanie
(Z:72.6)***
- ***Nadmerné hráčstvo u manických osôb
(F:30.)***
- ***Hráčstvo u sociopatických osôb
(F:60.2)***

A) Terapeut -pacient:

Rozdelenie dráhy PH

a) štádium výhier

- nenápadný začiatok,
- sporadické výhry, vcelku bez ešte vážnejších ekonomických problémov,
- hráčsky optimizmus,
- zvyšovanie stávok, frekvencie hry...

b) štádium straty kontroly

- ide o PH, problém s kontrolou hrania, nevie hru zastaviť,
- problémy s hrou skrýva, klame, kradne, podvádza,
- izoluje sa,
- rozpredáva veci, zadlžuje sa,
- pri odhalení nekľud podráždenosť....,
- narastajúce ekonomické, vzťahové, pracovné problémy

c) štádium zúfalstva

- vážne vzťahové a sociálno-ekonomické dôsledky,
- opustenosť izolácia, beznádej,
- únik k iným návykovým látkam,
- sui - pokusy,
- dokonané samovraždy

Proces úzdravy PH

a) štádium kritičnosti

- skutočná, nepodmienená motivácia k abstinencii,
- zastavenie gamblovania,
- riešenie problémov,
- finančná inventúra, plán splácania dlhov,
- návrat do zamestnania

b) štádium znovuvytvárania

- splácanie dlhov a nahrádzanie škôd,
- postupné zlepšovanie vzťahov,
- stanovenie kvalitných cieľov



c) štádium rastu

- riešenie skutočných problémov
v novom spôsobe života

Správanie PH

osobnosť

A - B - C

A - Spúšť'ače

(vonkajšie, alebo vnútorné stimuly):

- voľné finančné prostriedky
- alkohol, drogy
- nuda a nedostatok podnetov
- neriešené problémy, stres (negatívne emócie)
- iné riziká (miesta, ľudia, čas)

B – Správanie

(kognitívne, fyziologické a afektívne reakcie organizmu)

- distorzné kognície
- správanie (pred a po gamblingu + craving)
- telesné pocity

C – Dôsledky

- krátkodobé (pozitívne, negatívne)
- dlhodobé (pozitívne, negatívne)

Kognitívny model PH

K-terapia, vychádza z teórie osobnosti, zdôrazňuje význam osobných presvedčení a kognitívnych procesov, ktoré ovplyvňujú správanie, emócie a naše fyziologické odpovede

(Salkovskis a kol., 1996)



aktivujúce podnety

aktivované presvedčenia

automatická myšlienka

všetko sa zmení“
facilitujúce presvedčenia

nutkanie - craving



facilitujúce presvedčenia

inštrumentálne stratégie

recidíva

Distorzne kognície PH

- ilúzie o rýchlom zbohatnutí
- ilúzie o zaujímavosti hry
- ilúzie tom, že by mohol vyhrať svoje prehraté peniaze naspäť
- ilúzie, že hrou unikne pred neriešenými problémami
- ilúzie o vlastnej genialite
- ilúzie o tom, že má hru pod kontrolou
- ilúzie o štedrých automatoch

Reštruktúra myslenia PH

a) identifikácia najčastejších distorzných kognícií

b) reštruktúra - metódou „ súdneho dvora“

príklad:

- **DK:** „nech mi stroj vráti aspoň to, čo som dnes prehral...“
- **Obhajoba DK:** “hodil som tam už veľa, musí mi to vrátiť...”
„...keď je stroj plný, potom dáva...”

■ **Obžaloba DK:** “Na koľko percent to v skutočnosti platí, napríklad z 10 hier?”

■ **Výsledok reštruktúry DK: Reálna odpoveď
gambléra:**

„Na koľko som tomu veril a aká je vskutku realita?“

veril som 50 na 50%
90% neplatí a 10% platí

Zmena kognitívnych predpokladov PH

očakávania	typická skúsenosť	lepšia možnosť
<ul style="list-style-type: none">■ túžba po peniazoch■ nedostatok podnetov a nuda	<ul style="list-style-type: none">■ finančné dlhy + pridružené problémy■ život. štýl, točiaci sa okolo gamblingu■ zháňanie financií na hru, dlhy, klamstvá..	<ul style="list-style-type: none">■ peniaze poctivo zarábať■ zmena životného štýlu so záujmami■ koníčky, šport, kultúra...

Zmeny vzťahového rámca (spracovanie spúšťača - zmeny postojov)

- *stretnutie s rizikovým človekom*

nie ako radostná situácia, ale vysoko
riziková...

„odmietnem akúkoľvek ponuku“



■ ***spracovanie recidívy***

**nie ako katastrofy, ale
cennej skúsenosti do budúcnosti**

„čo som podcenil v abstinencii, už
nepodcením“



- ***spracovanie cravingu***

**nie ako svoj deficit,
ale nenaplnená túžba v živote**

„začnem už konečne chodiť s rodinou na
dovolenku“

B) Terapeut- príbuzní:

Účinky hry na rodinu PH

a) štádium popierania

- ospravedlňovanie hry v dôsledku hanby,
- tzv. “medvedia služba“

b) štádium stresu

- nárast konfliktov v rodine v dôsledku hry PH
- rozhodovanie sa o rozchode s gamblérom

c) štádium vyčerpania

- telesné aj psychické problémy v rodine, u partnerky
- depresie, sui - myšlienky

(Nešpor K., 1996)

Uzdravovanie rodiny PH

a) kritické štádium

- hľadanie pomoci v okolí, v rodine,
- odmietanie platenia dlhov PH

b) štádium znovuvytvárania

- návrat sebadôvery rodiny a zlepšovanie vzťahov, citové zblížovanie,

c) štádium rastu

- zlepšovanie dôvery,
- spoločné plány do budúcnosti a ich realizácia


Varovné signály gamblingu u mladých PH

- častejšie pôžičky od rodičov, kamarátov...
- dôkazy gamblingu (tikety, vstupenky do herní)
- zistenie nevysvetliteľných dlhov
- výskyt nečakaných finančných hotovostí
- zvýšený výskyt neznámych telefonátov (tel. účtov)
- zvýšená úzkosť, zádumčivosť, extrémna únava
- narušené medziľudské vzťahy (s bývalými kamarátmi)
- prestávajú fungovať vo svojich záujmoch, koníčkoch
- neplnia si svoje napr. školské povinnosti

(Rigby J., 1992)

terapeut - pacient – príbuzní

- **craving**, jeho prejavy a zvládanie
(identifikácia telesných a psychických
známok cravingu)
- najčastejšie vonkajšie prejavy
„zlost’, nepokoj, nervozita“
- (najbližší pomocník - rodič, partnerka)

- 
- **finančný rozpočet a plán splácania dlhov**
 - reálny mesačný rozpočet klienta
 - plán splácania dlhov pre veriteľov
 - (najbližší pomocník – rodič, partnerka)



doliečovanie

kontroly u psychiatra, psychológa

klubová činnosť



Ďakujem za pozornosť!