

# „OD ODVYKACEJ LIEČBY K PSYCHOTERAPII“

## zmeny v chápaní terapie osôb závislých od alkoholu na príklade oddelenia terapie závislosti

*Copyright by  
Jacek Kraus & Jacek Wysowski  
WOTUW – KRAKOV*

Počiatky práce so závislými osobami na oddelení 5C boli úzko späté s miestom, v ktorom sa táto terapia uskutočňovala, teda v Psychiatrickej nemocnici Babinského.

Oddelenie malo vo svojej štruktúre zároveň duševne chorých pacientov, ako aj pacientov závislých na alkohole.

Používané teda boli rôzne modely liečby.

V nasledujúcej štúdii za účelom ich jasnejšieho predstavenia sú opísané samostatne, ale v skutočnosti sa čiastočne prelínali alebo sa vyvíjali navzájom do seba.

### **I. AVERZNÁ TERAPIA (V ČISTEJ PODOBE) –PODMIEŇOVANIE Pavlova - Apomorfín**

#### **PREDPOKLADY MODELU:**

- je možné zmeniť podmienenú pozitívnu reakciu na alkohol na averznú reakciu;
- nahradenie príjemného pocitu vyvolaného pitím alkoholu pocitom nepríjemnosti;
- ustálenie podmienenej, negatívnej reakcie na alkohol.

#### **METÓDY PRÁCE:**

- vycvičenie averznej reakcie pomocou aplikovania chemických látok (apomorfín);
- podmieňovanie podľa Pavlova.

#### **TYP MOTIVÁCIE:**

- averzná motivácia.

#### **ÚLOHA PERSONÁLU V TERAPEUTICKOM PROCESE:**

- zdôrazňovanie úlohy zdravotníckeho personálu.

#### **UKAZOVATELE ÚČINNOSTI TERAPIE:**

- ustálenie negatívnej reakcie na alkohol;
- abstinencia.

### **II. ODVYKACIA LIEČBA – ZMENA NAVYKOV**

#### **PREDPOKLADY MODELU:**

- Jasne definovaná štruktúra oddelenia, konkrétne určený plán dňa, boli zamerané na zmenu návykov v doterajšom správaní sa pacientov, ktoré bolo podriadené požívaniu alkoholu,

návyky v správaní sa vyplývajúce z podriadenia sa pravidlám nemocnice, v rámci ktorých bolo udržanie abstinencie;

- rávalo sa s tým, že tak isto, ako sa dá vytvoriť návyk požívania alkoholu, tak isto je možné získať návyk konštruktívneho fungovania v živote, že v nemocnici vycvičené triezve návyky si pacienti osvoja vo svojom spôsobe života vo svojom bydlisku;
- liekom na alkoholovú chorobu je výmena návyku požívania alkoholu na návyk angažovania sa v práci a uloženie vlastného života;
- človek bol oklieštený do úlohy spoločensky užitočnej jednotky – otázka práce.

#### **METÓDY PRÁCE:**

- vykonávanie prác pre nemocnicu;
- podriadenie sa prísne určenej štruktúre dňa;
- systém odmien a trestov;
- voľna tribúna

#### **TYP MOTIVÁCIE:**

- vonkajšia motivácia.

#### **ÚLOHA PERSONÁLU V TERAPEUTICKOM PROCESE:**

- zdôrazňovanie úlohy lekára alebo osoby, ktorá rozrátava pacienta z práce, ktorú vykonal.

#### **UKAZOVATELE ÚČINNOSTI TERAPIE:**

- zmena správania na správanie vycvičené počas pobytu v nemocnici;
- resocializácia, to znamená, či je pacient po absolvovaní liečby hodnotným členom spoločnosti;
- abstinencia od alkoholu.

### **III. ODVYKACIA LIEČBA – DISULFIRAM + ZMENA NAVYKOV + EDUKÁCIA AVERZNÁ TERAPIA – BEHAVIORÁLNY MODEL:**

#### **PREDPOKLADY MODELU:**

- podmieniť averznú reakciu na alkohol pomocou disulfiramu.

#### **METÓDY PRÁCE:**

- implantovanie disulfiramu;
- edukácia o vplyve alkoholu na organizmus a zdravotných komplikáciách pri zapití disulfiramu alkoholom;
- systém odmien a trestov;
- voľna tribúna

#### **TYP MOTIVÁCIE:**

- motivácia je negatívna, založená na strachu pred nepríjemnými konsekvenciami požívania alkoholu (doslova vyvolávanie strachu pred smrťou);
- element silnej vôle, „keď si zaumienim, nebudem piť, aby sa mi nič zlé nestalo“.

#### **UKAZOVATELE ÚČINNOSTI TERAPIE:**

- súhlas s implantovaním disulfiramu;

- abstinencia od alkoholu.

#### ÚLOHA PERSONÁLU V TERAPEUTICKOM PROCESE:

- lekár ako autorita v oblasti zdravia, ktorý varuje pred zdravotnými komplikáciami vyplývajúcimi zo „zapitia“ disulfiramu;
- po istom období terapeuti podporujú autoritu lekára pomocou psychoedukácie.

#### **IV. TERAPIA ZALOŽENÁ NA 12 KROKOCH (ZÁKLADY HNUŤIA AA)**

Prijatie modelu AA za efektívnejší model od averzného modelu.

#### PREDPOKLADY MODELU:

- rozvoj hnutia Anonymných alkoholikov svedčí o úspešnosti tejto metódy;
- úloha komunity, podporná skupina;
- presvedčenie, že skúsenosti triezvejúceho alkoholika sú kľúčové pri udeľovaní pomoci závislým osobám i v terapii.

#### METÓDY PRÁCE:

- voľná tribúna;
- pracovné skupiny nad jednotlivými krokmi (obsahom práce v terapeutickej skupine sú tri prvé kroky z programu 12 krokov AA);
- elementy práce nad motiváciou v individuálnom kontakte.

#### TYP MOTIVÁCIE:

- motivácia založená na identifikácii s inými alkoholikmi.

#### UKAZOVATELE ÚČINNOSTI TERAPIE:

- uznanie bezmocnosti nad alkoholom.

#### ÚLOHA PERSONÁLU V TERAPEUTICKOM PROCESE:

- zdôrazňovanie úlohy triezvejúceho alkoholika – terapeuta, ktorý pracuje na oddelení;
- úloha skupiny; skupiny chápanej ako podpornej skupiny.

#### **V. KOGNITÍVNO-BEHAVIORÁLNA TERAPIA – STRATEGICKO-ŠTRUKTURÁLNY PRÍSTUP.**

#### PREDPOKLADY MODELU:

- koncepcia psychologických mechanizmov závislosti Jerzyho Mellibrudu;
- mechanizmy závislosti zohrávajú základnú úlohu v procese vytvárania a udržiavania sa závislosti. Základnou úlohou terapie je teda zastavenie účinkovania týchto mechanizmov. Štruktúra mechanizmov a spôsob ich fungovania sa výrazne líši od patologických mechanizmov objavujúcich sa pri iných emotívnych poruchách napr. pri neuróze;
- mechanizmy závislosti vznikajú v efekte intenzívneho psychofarmakologického účinku alkoholu, ktoré je **posilňované** interpersonálnymi a intrapersonálnymi skúsenosťami spojenými s pitím. Nadmerné požívanie alkoholu zapríčiňuje zmeny v spôsobe myslenia – mechanizmus ilúzií a negovania, v emotívnej sfére – mechanizmus návykového upravovania emócií a v sfére „Ja“ – mechanizmus rozptyľovania a rozdvojenia „Ja“;
- rozoznávanie negatívnych konsekvencií požívania alkoholu má chrániť pred návratom k požívaniu – negatívna motivácia;

- pozitívna motivácia – zlepšenie kvality života, osobný osob zo života v triezvosti;
- zdôrazňovanie významu psychoterapie.

#### METÓDY PRÁCE:

- naplánovaná stratégia práce pre pacientov (problém a spôsob jeho riešenia), ktorá je realizovaná pomocou vhodnej štruktúry (program zariadenia);
- individuálna a skupinová psychoterapia založená na jasne vyznačenej štruktúre.

#### TYP MOTIVÁCIE:

- postavenie motivácie na základoch konzekvencií požívania alkoholu, prenesenie akcentu z vonkajšej motivácie na vnútornú počas terapie.

#### UKAZOVATELE ÚČINNOSTI TERAPIE:

- realizovanie pacientom dohodnutého terapeutického programu;
- rozoznávanie mechanizmov závislosti a zmena návykových schém myslenia, prežívania a fungovania;
- trvalá abstinencia od alkoholu;
- zmena kvality života (lepšie fungovanie v živote, nové schopnosti).

#### ÚLOHA PERSONÁLU V TERAPEUTICKOM PROCESE:

- členenie na špecialistov psychoterapie závislosti a inštruktorov/laických terapeutov závislosti;
- zdôrazňovanie úlohy profesionálnych i laických terapeutov.

### **VI. AKTUÁLNY SPÔSOB PRÁCE NA ODDELENÍ 5 C – EVOLÚCIA STRATEGICKO-ŠTRUKTURÁLNEHO PRÍSTUPU.**

#### PREDPOKLADY MODELU:

- založené na koncepcii Jerzygo Mellibrudu;
- zdôraznenie iniciatívnosti v sfére vlastného života u pacientov v zmysle poradenia si s udržaním abstinencie;
- úloha zodpovednosti za svoj život;
- integračný prístup s využitím salutogenetickej perspektívy;
- okrem deficitov a konsekvencií požívania alkoholu, upriamenie pozornosti na možnosti pacienta, schopnosti, konštruktívne schémy myslenia, prežívania a správania.

#### METÓDY PRÁCE:

- individuálna a skupinová psychoterapia;
- tréning schopností, ktoré napomáhajú v procese uzdravovania;
- vhodná štruktúra oddelenia, po dosiahnutí predpokladaných terapeutických cieľov v danej skupine prechádzanie z pracovných skupín, ktoré pracujú na motivácií, do terapeutických skupín;
- dôraz v pracovnej skupine, v ktorej sa pracuje na motivácii, sa kladie na rozoznávanie príznakov choroby a na konsekvencie požívania alkoholu, avšak v terapeutickú skupinu na vytváranie triezvých – konštruktívnych spôsobov udržania abstinencie a na zlepšenie kvality života.

#### TYP MOTIVÁCIE:

- okrem negatívnej motivácie, pozornosť je venovaná pozitívnej motivácii;
- pozitívna motivácia je vytváraná na základe atraktívnosti života v triezvosti a procese osobného rozvoja, napr. – možnosť zrealizovania životných cieľov. Korelácia medzi motiváciou a vedomím iniciatívnosti v sfére vlastného života i z toho vyplývajúceho povedomia vlastnej hodnoty.

#### UKAZOVATELE ÚČINNOSTI TERAPIE:

- abstinencia od alkoholu;
- zlepšenie kvality života, lepšie psychosociálne fungovanie v živote;
- subjektívny pocit zlepšenia fungovania v živote, pozdvihnutie povedomia iniciatívnosti v sfére vlastného života, kompetencií, vlastnej hodnoty.

#### ÚLOHA PERSONÁLU V TERAPEUTICKOM PROCESE:

- systémové chápanie terapeutického tímu;
- práca každej osoby terapeutického tímu má význam v terapeutickom procese;
- dôraz na psychoterapiu;
- pracovné porady a supervízie.