

MUNI
FSS

Psychologické základy závislosti

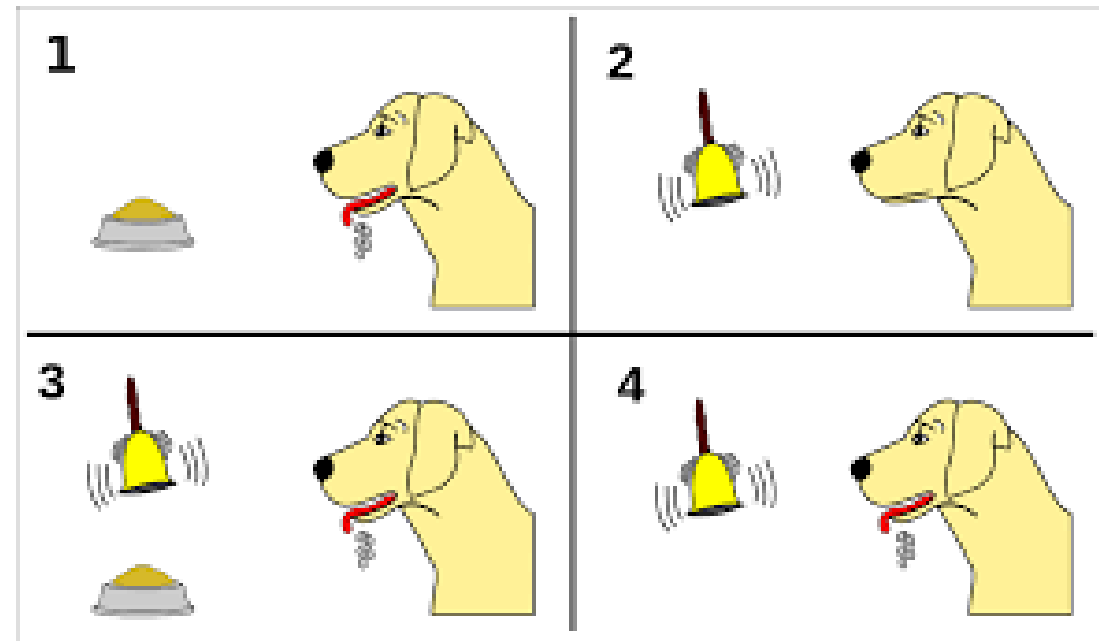
PSYb2921 Psychologie závislostí

JS 2023

Lukas Blinka

Závislost jako naučené chování: klasické podmiňování

- I.P. Pavlov & J.B. Watson
- Učení je výsledkem párování nepodmíněného stimulu s neutrálním stimulem. Repeticí tohoto párování se reakce na původní nepodmíněný stimul přesouvá na původně neutrální stimul



Závislost a klasické podmiňování

- Účinky drog jsou silně ovlivněny kontextem (např. fyzickým prostředím), ve kterém jsou brány.
- Účinky drog jsou spárovány s environmentálními podněty – cues – které tak mohou spouštět bažení – craving. Podněty vyvolávají abstinenční příznaky a přispívají k relapsům.
- Klasické podmiňování tak stojí za základními principy závislosti
- Podmíněná drogová tolerance – tolerance či senzitivace k účinkům drogy v závislosti na prostředí, ve kterém je droga obvykle podávána

Závislost a klasické podmiňování

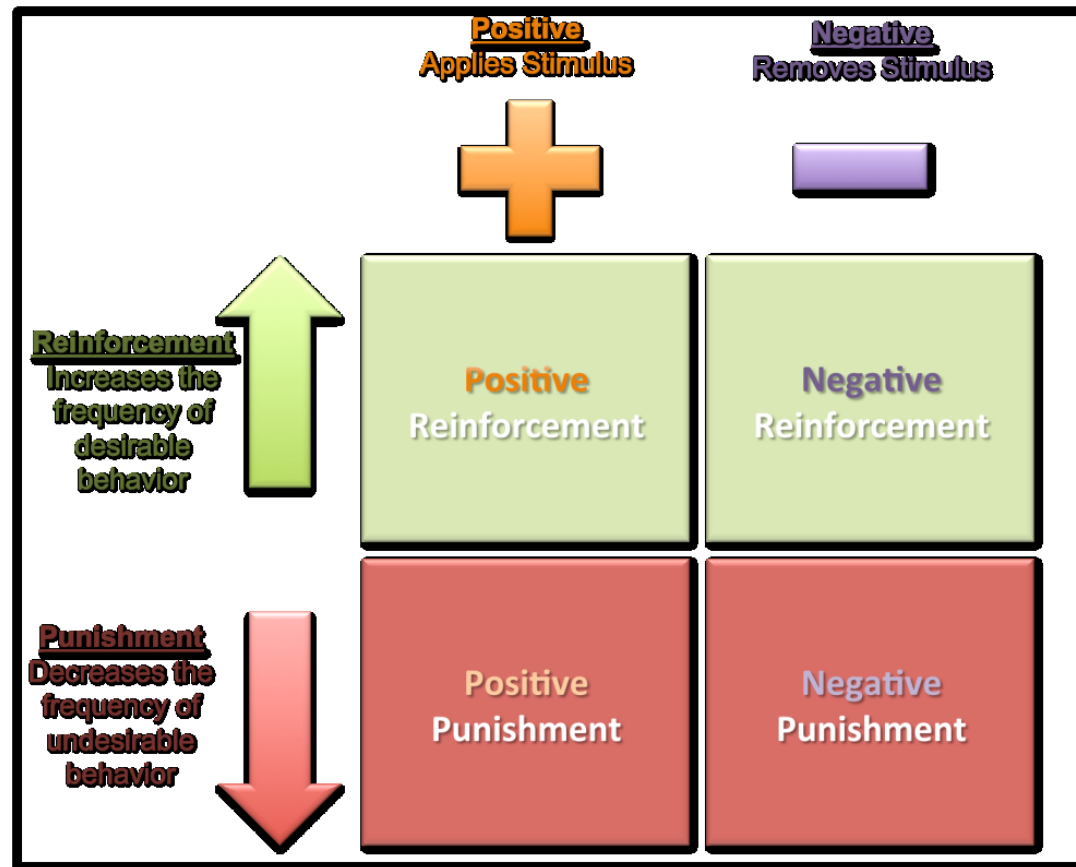
- Cue reactivity – naučené odpovědi které zahrnují psychické a fyziologické reakce na náповědi spojené s braním drogy
- Náповědi jsou nejvýznamějším faktorem relapsů
- Abstinenční model – cue reactivity připomíná abstinenční příznaky (tj. opačné k účinkům látky)
- Incentivní model – cue reactivity pozitivní motivační potenciál (tj. připomíná mírné účinky dané látky)
- Obvykle vidíme mix těchto reakcí. Ale u nikotinu, kokainu, alkoholu vidíme častěji incentivní reakce zatímco u opiátů abstinenční reakci

Závislost a klasické podmiňování

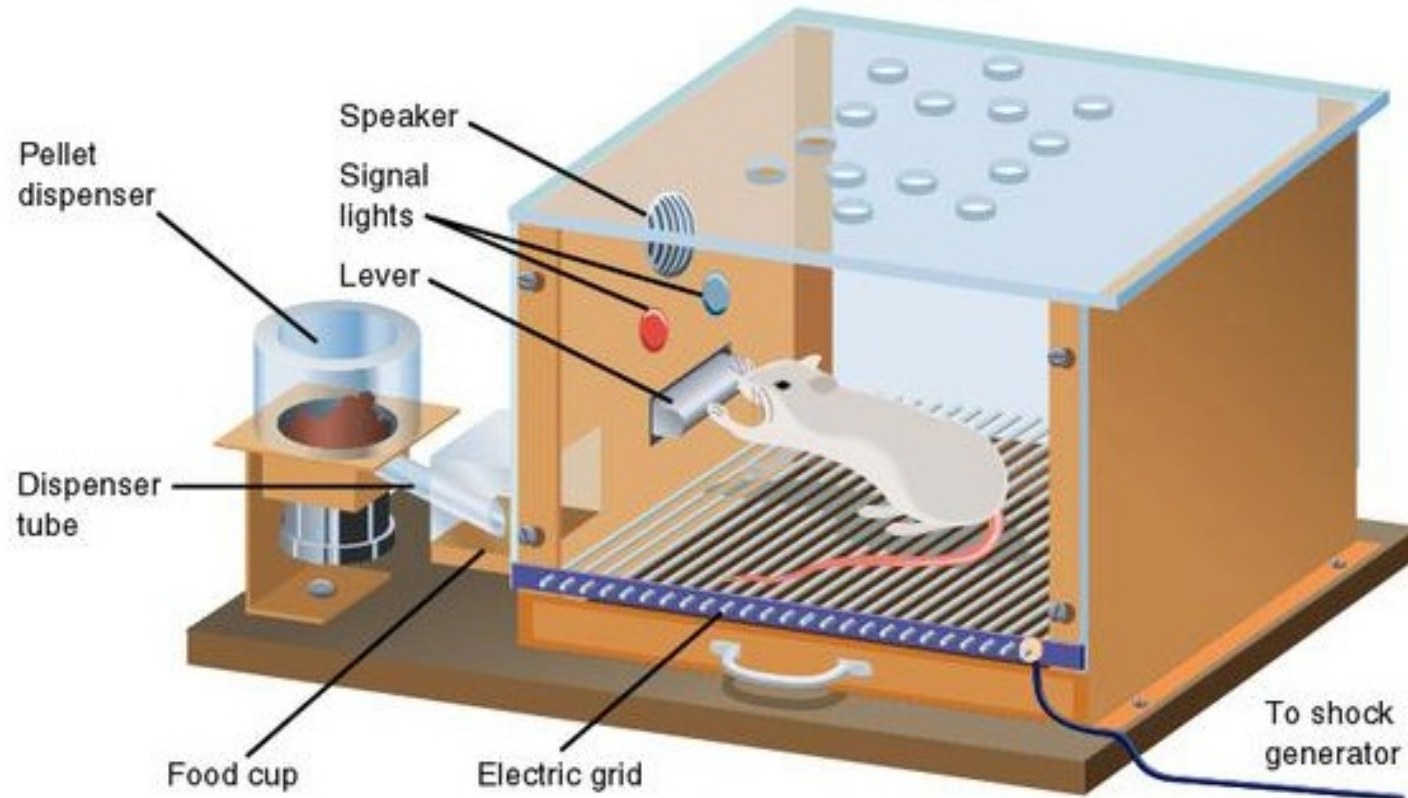
- Léčba (i prevence) se zaměřuje na blokování náповěd a snižování jejich náboje. Asociace by se měly postupně snižovat až postupně vymizí – to je ale velmi dlouhý proces. Závislost (a reakce na náповědy) se nevytvoří rychle, ale trvá ještě déle cue reactivity odbourat

Závislost jako naučené chování: operantní podmiňování

- B.F. Skinner
- Zakoušení posílení (odměna) či trestu ve spojitosti s posílením či oslabením žádoucího chování



Závislost a operantní podmiňování



<https://www.youtube.com/watch?v=E2ansbcjN6Q>

Závislost a operantní podmiňování

- Pozitivní posílení – účinky některých látek a některých chování jsou silně příjemné a slouží tak jako posilňovač pro pokračování
- Negativní posílení – snížené množství určitých látek na které jsme zvyklí vytváří nepříjemné pocity (abstinenční příznaky, syndrom z odnětí)
- Občasné posílení – lehký prvek náhody do odměňování přináší silnější posílení
- Sekundární posílení – asociační reakce naučené skrze mechanismus se samy stávají odměnou a posilují chování

Závislosti a odměňování

- Závislost přichází skrze repetici
- Kognitivní a emoční procesy jsou automatické
- Nevědomé či polovědomé zpracovávání náповěd – ty spojené s objektem závislosti jsou mentálně prioritizovány aniž by si to osoba uvědomovala
- Častý konflikt mezi vědomým postojem ne zcela uvědomovaným hybatelem
- Lidé se liší v jejich náchylnosti k odměně či rezistenci na trest – ať už z osobnostního či vývojového hlediska

Distinguishing Differences Between Type I and Type II Alcoholism¹

Characteristic	Type I Alcoholism	Type II Alcoholism
Contributing factors	Genetic and environmental	Primarily genetic
Gender distribution	Affects both men and women	Affects men more often than women
Usual age of onset	After age 25	Before age 25
Common alcohol-related problems	Loss of control over drinking; binge drinking; guilt about drinking; progressive severity of alcohol abuse	Inability to abstain from alcohol; drinking frequently associated with fighting and arrests; severity of alcohol abuse usually not progressive
Characteristic personality traits	High harm avoidance and low novelty seeking; person drinks to relieve anxiety	High novelty seeking; person drinks to induce euphoria

¹The characteristics listed in this table define the type I and type II prototypes that only represent the two extremes of a continuous spectrum of manifestations of alcohol abuse.

Colour-Word Stroop Test

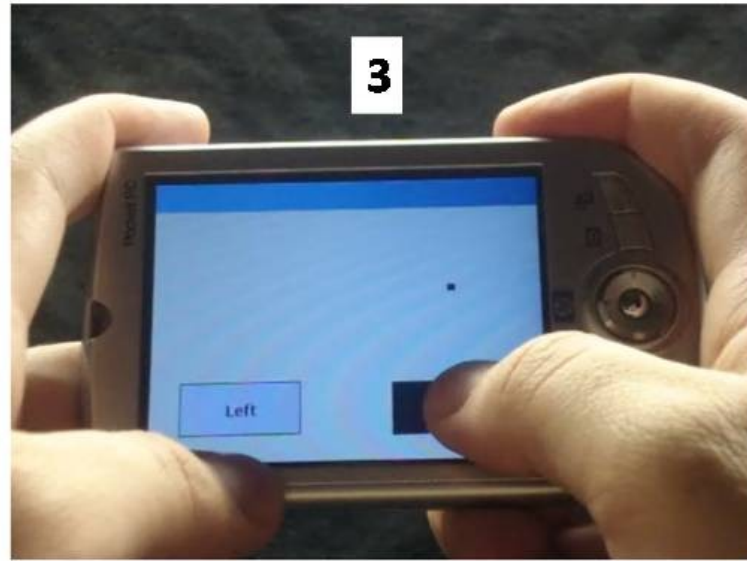
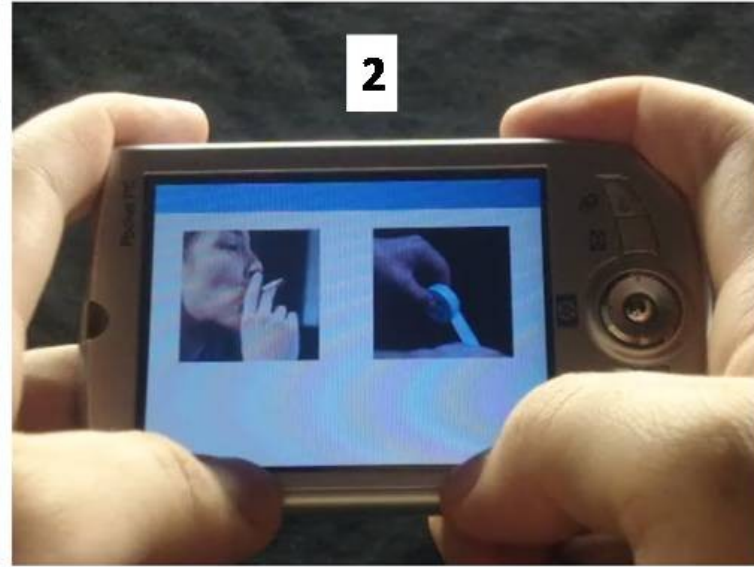
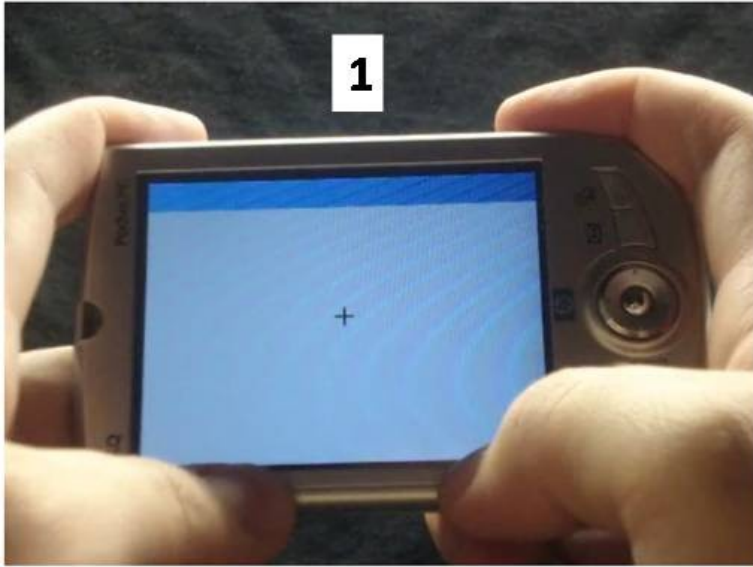
blue	green	red	yellow	target words
dog	bear	tiger	monkey	neutral words matched for target words

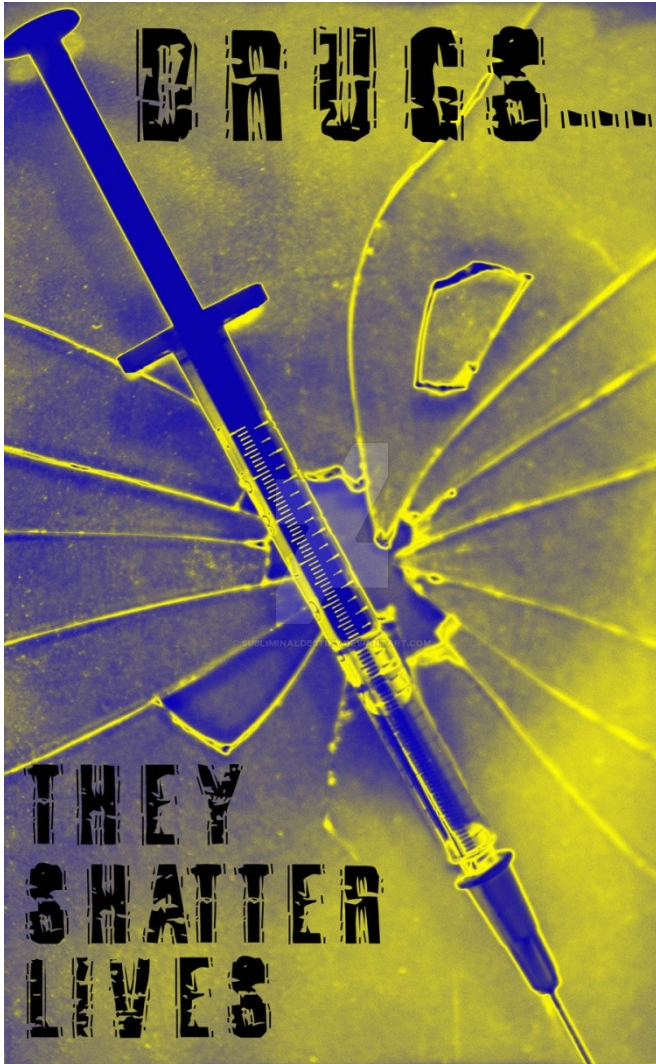
Key measure:
Mean RT for target words
– Mean RT for matches neutral words
= **Interference Score**

Addiction Stroop Test

chang	sniff	coke	charlie	t1
billy	speed	uppers	whizz	t2
piano	song	flute	trumpet	n1

- Measures the degree of involuntary attention to disorder-related words compared with neutral words.
- Attentional bias (interference) results from the emotional salience of stimuli which are related to the person's current concerns.





Závislost jako naučené chování: teorie sociálního učení

- Albert Bandura
- Učení v sociálním kontextu pozorováním jiných (zpravidla důležitých druhých)
- Závislost se učí skrze identifikaci se vzory a imitací jejich chování
- Důležitá otázka sociální identity – koho následuji, součástí jaké skupiny jsem, členem jaké skupiny bych chtěl být,...





MUNI
FSS



✓ Tipsport
Oktagon 34 živě
Vsad'te si a sledujte
celý turnaj na TV Tipsport
150 Kč ZDARMA

zh 18+ Ministerstvo financí varuje: Účastí na hazardní hře může vzniknout závislost

Psychodynamický přístup

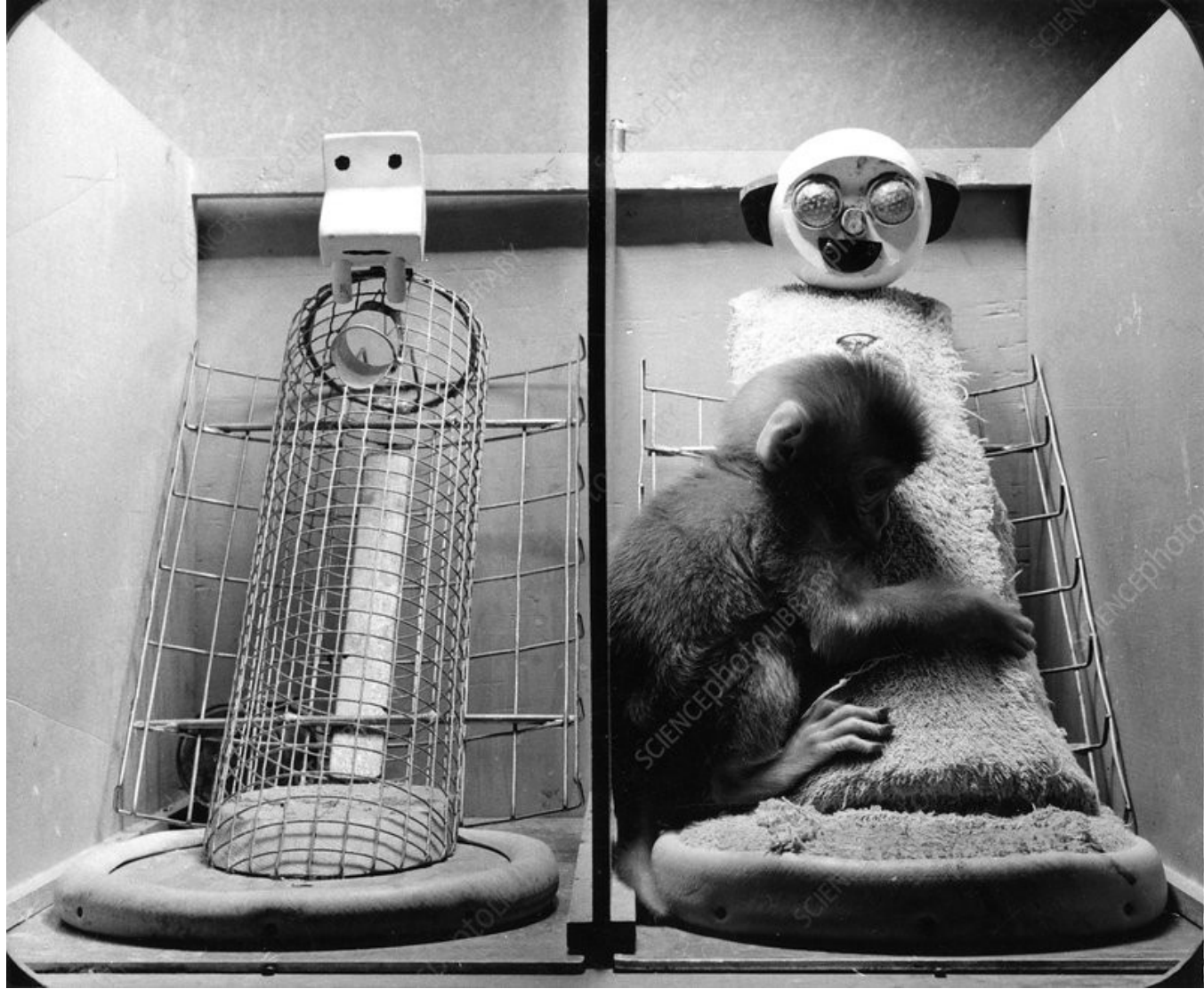
Sebe-medikační model závislosti

- Edward Khazian
- Psychodynamický model
- Braní drog jako copingová strategie proti negativním psychickým a fyzickým stavům či životním zkušenostem
- Lidé s poruchami nálad či problematickou afektivní seberegulací jsou náchylní k závislostem – např. depresivita a deprese, úzkosti, poruchy osobnosti, speciální osobnostní vlastnosti (např. alexithymie)



Psychodynamický přístup

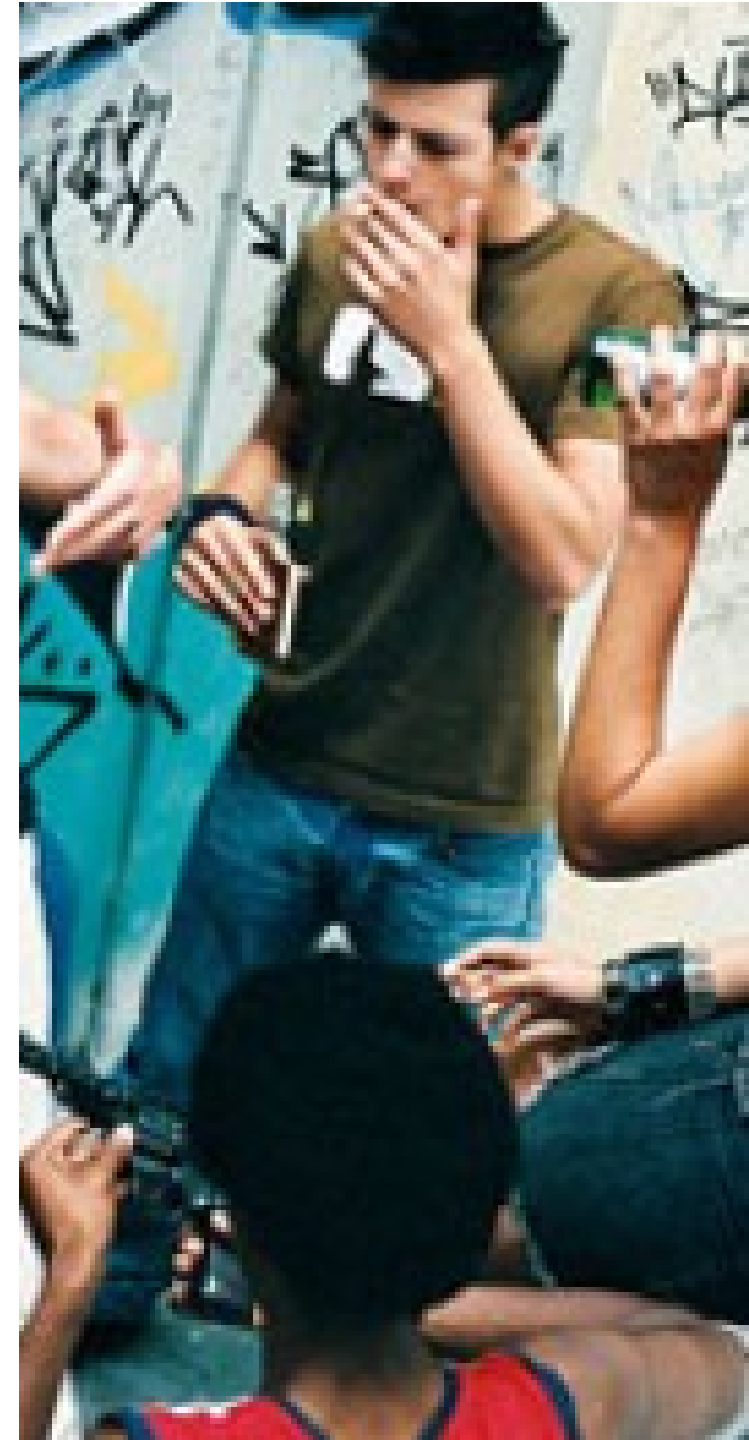
- Zdůrazňuje emoce, pocity a konflikty jako hybnou sílu našeho chování. Důležitá role raného dětství
- Sigmund Freud - užívání drog s orálním podáním (alkohol, tabák) je formou regrese do prvního roku života (orální stadium – kdy je slast prožívána ústy). Orální stadium je o získání důvěry v druhé. Závislí mají obvykle nedostatečně rozvinutou důvěru a vykazují nezdravé vztahové profily: vyhýbavost a/nebo přílišnou závislost.
- Melanie Klein – teorie objektních vztahů. Porod a první měsíce jsou pro dítě extrémně stresující. Chaos, vztek, strach jsou dominantní emoce – je třeba je pěstovat v kontaktu s rodičovskou postavou. Rodičovská postava je internalizována jako mentální objekt – rodič (matka) uvnitř
- Dobrý objektní vztah = dobrá regulace afektu (pozitivní nálada, schopnost vyrovnat se s nepříjemným, odolnější), špatný objektní vztah = špatná regulace afektu. Vztah s tímto internalizovaným objektem ovlivňuje sociální vztahy po celý náš život – to, co se vyvine v raném dětství, zůstává na celý život.



- Špatné objektí vztahy, porouchaná vazba (nejistý attachment...) či rané trauma významně souvisí s afektivními poruchami, depresivitou, ale i horšími sociálními vztahy – úrodná půda pro závislosti všeho druhu
- Sebededikční model nevysvětluje všechny závislosti – ne všechny souvisí s porouchanou emoční seberegulací
- Ani nevysvětluje JAK závislost vzniká (na stopě je spíš behaviorismus)
- Ale vysvětluje PROČ jsou někteří k závislostem náchylní víc než jiní
- Špatné objektní vztahy, nejistá vazba, rané trauma apod. – vytvářejí podobné podmínky jako reward deficiency syndrome

Vývojový model závislosti

- Krom raného dětství je další klíčová vývojová fáze adolescence
- Krize identity, doba „bouří a stresu“ a rostoucí síly vrstevnických skupin.
Užívání návykových látek jako prostředek k získání postavení ve skupinách vrstevníků, může se stát součástí osobní a sociální identity
- Užívání drog jako součást externalizovaných problémů – násilí, záškoláctví, lhaní, vandalismus apod. Externalizované chování mají tendenci se vzájemně doplňovat a nahrazovat.
- Adolescentní mozek je podobný závislému mozku – systém odměn je plně vyvinutý v časně adolescenci zatímco frontální kortex (sebekontrola) dozrává až později





Iceland knows how to stop teen substance abuse but the rest of the world isn't listening

In Iceland, teenage smoking, drinking and drug use have been radically cut in the past 20 years. Emma Young finds out how they did it, and why other countries won't follow suit.

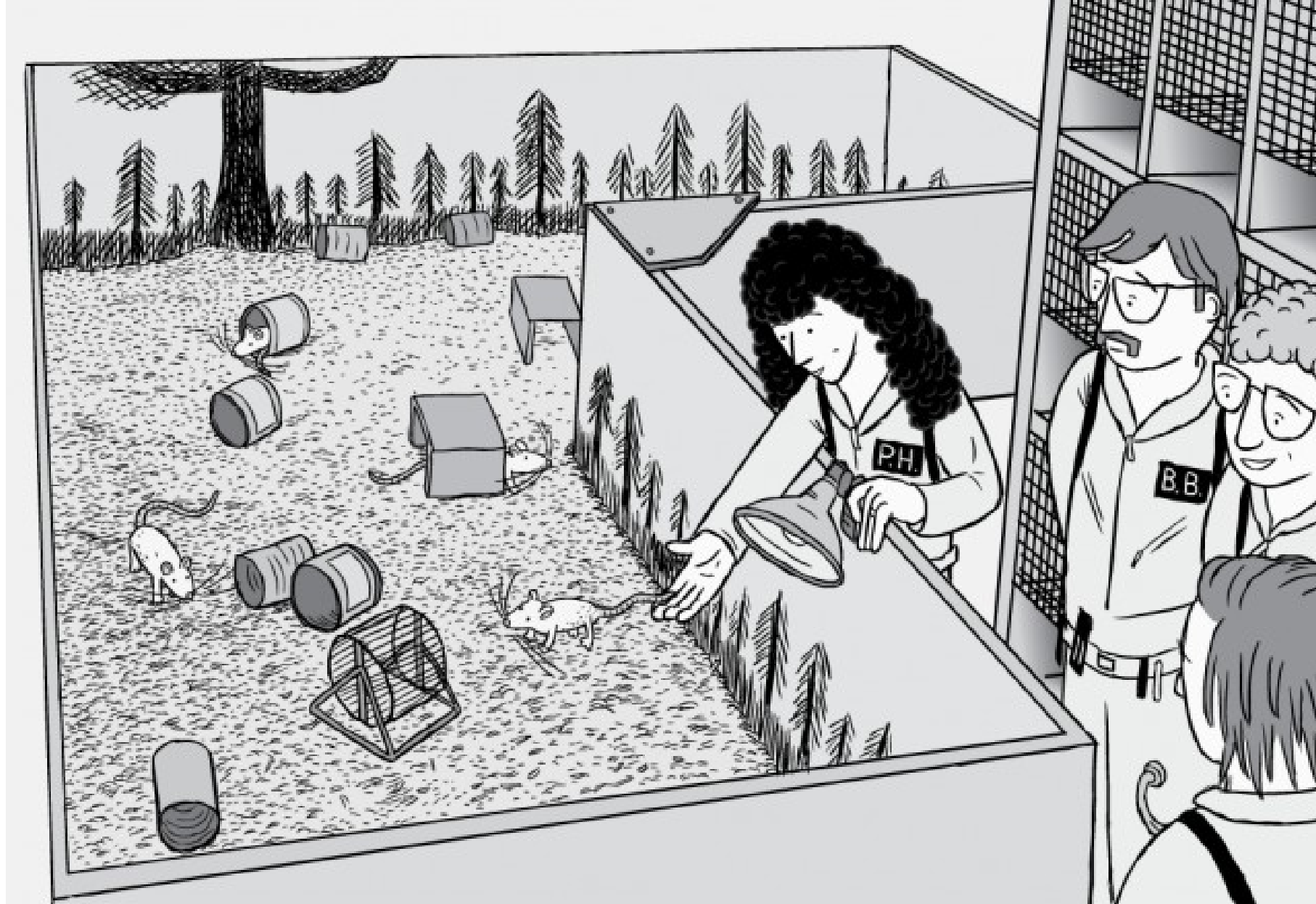
17 January 2017

Republish  Share 

It's a little before three on a sunny Friday afternoon and Laugardalur Park, near central Reykjavik, looks practically deserted. There's an occasional adult with a pushchair, but the park's surrounded by apartment blocks and houses, and school's out – so where are all the kids?

Behaviorální ekonomie: Závislost jako racionální volba

- Závislostní chování je de facto chování konzumenta (zákazníka)
- Prováděná analýza nákladů a ztrát: chováme se určitým způsobem pokud přínosy převáží nad ztrátami
- Výhody např. slast, relax, snížení tenze, zvýšení energie
- Náklady např. ztráta peněz, riskatní z legálního a zdravotního pohledu
- Příklad 1: proč je užívání některých látek běžnější než u jiných? – jejich náklady nejsou tak vysoké (např. jsou legální, snadno dostupné, účinky na zdraví se v průběhu času kumulují jen pomalu).
- Příklad 2: ve špatných časech (období stresu, špatné vztahové či společenské situaci) sáhneme po drogách snáz protože se relativně zvyšuje jejich přínos (pomáhají zapomenout atd.)
- Předpoklady jsou spíše vágní. Podrobná analýza (např. pomocí matematických vzorců) je obvykle chybná. Např. model předpovídá, že starší lidé budou více náchylní k závislosti



<https://www.dailymotion.com/video/x73gvzf>