



Závislostní chování

Závislost

- každý lidský zájem, ať je směřován kamkoliv, může vyústit v závislost (Gebattel)
- závislost jako neschopnost ovládat chování (Schmeichel)



Závislostní chování – teorie vzniku

○ biologické teorie

- *endorfinová teorie* – nedostačivost endorfinového systému je saturována z vnějšku látkami
- *genetická teorie* - zvýšené riziko genetického ovlivnění dětí – např. u rodičů alkoholiků, avšak nejednoznačná zjištění
- *enzymová teorie* – vznik a rozvoj závislosti souvisí se změnami v působení základních enzymů odbourávajících alkohol (v případě závislosti na alkoholu)



Závislostní chování – teorie vzniku

○ Sociologické teorie

- *hledisko sociální struktury* – předpoklad přímé úměry mezi dosažitelností a užíváním
- *vliv deviantní subkultury* – užívání návykových látek jako subkulturní norma + sociální závislost
- *teorie anomie* – závislost jako únikový obranný mechanismus před stavem anomie (absence společenského řádu, solidarity, soudržnosti)
- *model systémové dynamiky* – tvorba postoje vůči alkoholu – pozitivní postoje vůči alkoholu ve společnosti – tlak na postoje jedinců a naopak



Závislostní chování – teorie vzniku

Howard S. Becker (1953): *Becoming a Marijuana User*

1. jedinec se učí kouřit tak, aby dosáhl reálného efektu
2. jedinec se učí rozpoznávat efekty a spojuje je s užíváním drogy
3. jedince se učí užívat si pocity, které vnímá

Závislostní chování – teorie vzniku

○ Psychologické teorie

- *hlubinná psychologie* – předpoklad specifické osobnostní struktury závislého, specifické rysy v raných stádiích vývoje, přítomnost infantilních nevědomých potřeb
 - abúzus jako emoční obrana, která je spojena se snahou navodit rovnováhu organismu
- *psychoanalytická teorie* – závislost jako součást narušeného já s projevy omnipotence, sklon k agresi, potřeba uspokojení, pasivita namísto aktivní adaptace na situaci
- *behaviorální teorie* – odměna a trest – nepříjemné průvodní účinky při užívání drog psychologicky nevyváží okamžité zvláštní uspokojení po požití drogy



Tradiční typy závislostního chování

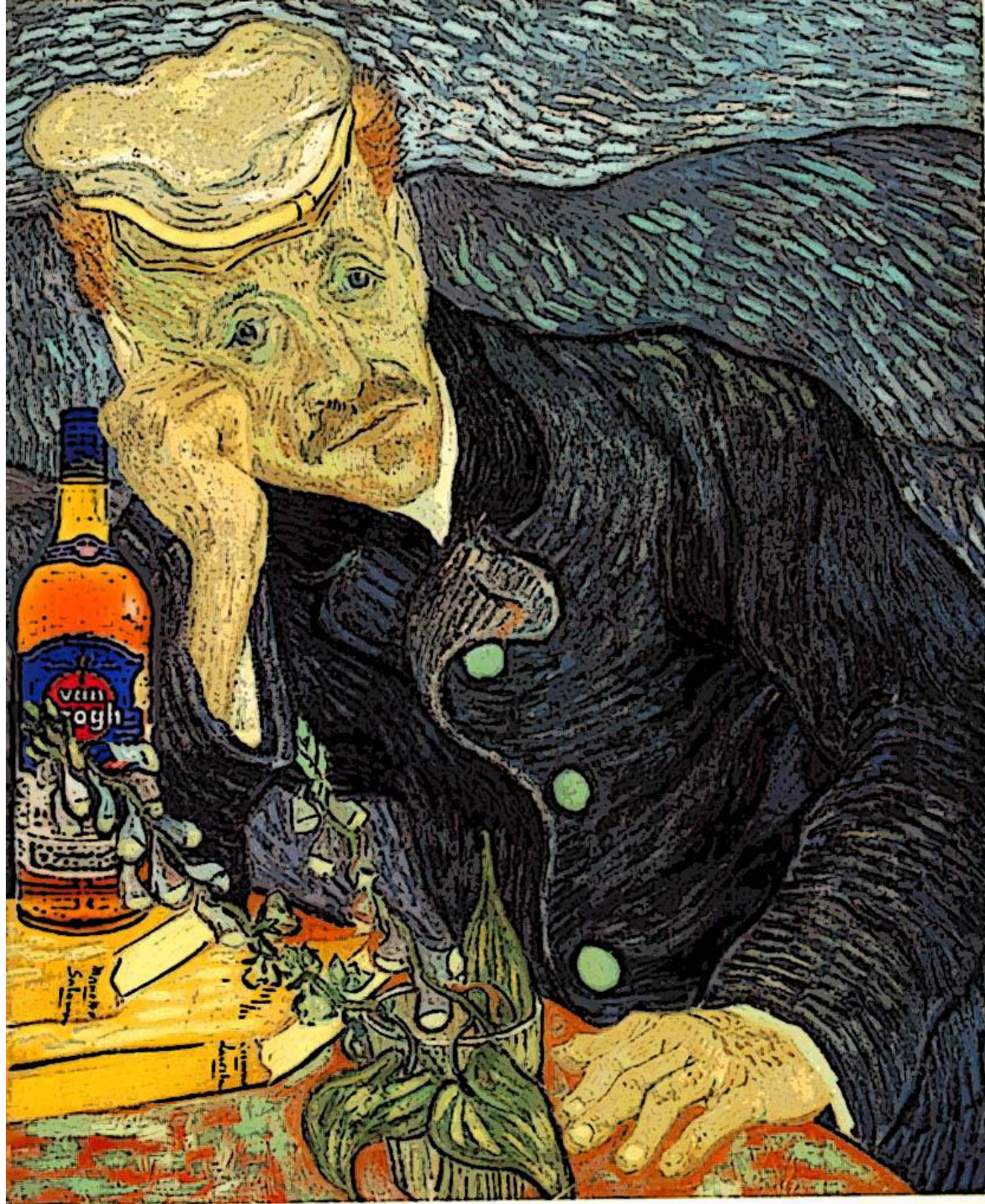
- drogová závislost
- závislost na alkoholu
- tabakismus
- závislost na hracích automatech

Drogová závislost

- *alkoholovo-barbiturátový typ* (alkohol, hypnotika, trankvilizéry - sedativa, anxiolytika)
- *amfetaminový typ* (látky obsahující efedrin, pervitin)
- *cannabisový typ* (látky obsažené v konopí, THC, hašiš, marihuana)
- *halucinogenový typ* (LSD, meskalin, psylocybin)
- *kathový typ* (látky v listech catha edulis)
- *opiátovo-morfinový typ* (morfin, heroin)
- *solvenciový typ* (toluen, benzin, inhalační narkotika)
- *tabákový typ*
- *kofeinový typ*
- *antipyretiko-analgetikový typ*
- *neuroleptikový typ* (antipsychotika, léky upravující chorobně narušené myšlení)
- *antidepresivový typ*

Drogová závislost- motivace

- **interpersonální** (uznání, komunikace, vzdor)
- **sociální** (identifikace se subkulturou)
- **fyzická** – přání fyzického uspokojení, uvolnění, odstranění fyzických potíží
- **senzorická** – stimulace zraku, sluchu, hmatu, chuti, smyslová sexuální stimulace
- **emocionální** – uvolnění od psychické bolesti, „řešení“ problémů
- **politická** – akt protestu, sympatizace s politickým hnutím
- **intelektuální** - únik z nudy, snaha produkovat originální nápady, zkoumání sebe sama
- **kreativně estetická** – vylepšení umělecké tvory (malování, hudba)
- **filozofická** – hledání smyslu života, nové pohledy na svět
- **antifilozofická** – zklamání při hledání smyslu života
- **spirituálně mystická** – získávat boží vize, komunikace s bohem (bohy)
- **specifická** – dobrodružství, ocenění...





Závislost na alkoholu

- společenská droga, součást mnoha sociálních rituálů
- naše společnost – proalkoholní
- alkohol jako tzv. průchozí droga k nebezpečnějším látkám
- přitom alkohol – tzv. tvrdá droga, nicméně společensky tolerovaná

Závislost na alkoholu - fáze

1) počáteční stádium

- poznal účinky alkoholu, pocit dobré nálady
- zvyšuje se tolerance (vydrží stále více)
- alkohol je stále drobou, která dává a nic nebere

2) varovné stádium

- nejen podnapilost, ale i opilost – občas se to může stát každému
- hledá společníky
- zvyšuje se tolerance

3) rozhodné stádium

- jde víceméně o závislost, „okénka“
- alkohol je součástí metabolických procesů, ztráta kontroly
- racionalizační systém omluv svého pití

4) konečné stádium

- výrazné snížení tolerance alkoholu, málo vydrží, rychle se opije
- opilost i několikadenní (tahy), alkoholické psychózy – delirium tremens



Závislost na alkoholu - typy

- **Typ gama** – tzv. anglosaský (USA, Kanada, Skandinávie)
 - v mezidobí je schopnost abstinovat, zvýšená tolerance a ztráta kontroly
- **Typ delta** – románský
 - není charakteristická ztráta kontroly, ale neschopnost abstinence – nikdy opilý, ale také nikdy střízlivý (hladinka)
- **Typ epsilon** – symptomatická závislost
 - nasedá na jiná duševní onemocnění (manické fáze, schizofrenie, afektivní porucha)
- **Typ alfa** – nedisciplinované pití, nicméně zůstává ve třetím stádiu
- **Typ beta** – bez psychické i fyzické závislosti, ale v průběhu dlouhodobého abúzu dochází ke zdravotním komplikacím (gastritidy, cirhózy)

(J. Skála)

Tabakismus – typologie kuřáků

- **příležitostný kuřák** – občas, zvyk, necítí potřebu, ale objeví-li se, uspokojí ji, bez komplikací v případě abstinence
- **návykový kuřák** – kuřácké zvyklosti, zatím bez psychické závislosti, lze ukončit bez větší námahy
- **psychicky závislý kuřák** – vůně, chuť, kuřácký ceremoniál, snaha o uvolnění, uklidnění, odstranění dysforie a pocitu prázdnoty
- **psychicky a fyzicky závislý kuřák** – farmakodynamické účinky nikotinu, emočně vegetativní prožitky, tělesná závislost – bušení srdce, návaly pocení, třes a neklid při abstinenci



Závislost na hracích automatech

- **automaty** – zábavní a výherní
- **hra** – základ patologického hráčství – zdroj zábavy a osvěžení
- gambler
- srov. s karbaníci





Závislost na hracích automatech - kritéria

- progresivita procesu, posun hodnot a koncentrace na získání financí na další hru
- nerespektování mezí přijatelných ztrát, zaujetí hrou natolik, že ztrácí pojem reálné hodnoty peněz a diferencuje peníze na hru od financí na běžný život
- impulzivita v rozhodování o hře, podlehne okamžitým rozhodnutím navzdory racionální úvaze
- ambivalence k penězům, nevnímá tržní hodnotu peněz, hraje, když peníze má, ne aby je získal, neukončí hru, když vyhrává
- hráč dělá dluhy, ale bez agrese, zaplétá se do lží konstrukcí k zakrytí důvodů dluhů

Závislost na hracích automatech - typy

- **Typ A** – snaha zopakovat hazardní jednání, znovuprožití hráčské zkušenosti, roste potřeba finančního vkladu, nezastaví se ani před protiprávními činy, nezdrženlivé rysy, společenská nepřizpůsobivost
- **Typ B** – potřeba útěku od reality ke hře, náhražka, zbavení se úzkosti, viny, nedostatečnosti, k problému se nedokáže přiznat, lže, zakrývá, tendence k neurotickému řešení problémů, nízké sebehodnocení, úzkostnost
- **Typ C** – největší neschopnost kontrolovat hru, podrážděnost při myšlence na ukončení hry, hru považuje za svou potřebu, nepřipouští si důsledky (izolace, ztráta statusu)

Závislost na hracích automatech - fáze

- 1) **stadium výher** – občasné hraní, fantazie velké výhry, přehnaný optimismus, zvyšování sázek, chlubí se nereálnými výhrami
- 2) **stadium prohrávání** – již patologické hráčství, neschopnost se hrou přestat, ztráta kontroly, hraní skrývá, financuje z dluhů, splácení odkládá, nárůst problémů v rodině i zaměstnání
- 3) **stadium zoufalství** – výrazné odcizení od rodiny, přátel, tendence obviňovat okolí za své jednání, trestné činy, rozpad rodiny, těžké duševní stavy, suicidální fantazie a pokusy



Nové formy závislostního chování

- netomanie – závislost na internetu
- závislost na televizi
- sexuální závislost
- závislost na práci
- patologické nakupování
- bulimie

Netomanie

- psychická závislosť
- níméně i fyzické potíže – krční páteř, špatné držení těla...
- obtížnější soustředivost
- sociální rovina – internet jako náhražka „skutečných“ interakcí a komunikace
- únik do nereálného, virtuálního, světa
- „bezpečná“ virtuální realita – dojem anonymity
- často sociální kontext – prohlížení emailů, příspěvků v sociálních sítích



Závislost na televizi

- podobné charakteristiky jako tzv. počítačová narkomani
- uzpůsobování životního programu televiznímu programu
- pasivita, apatie, snížená empatie, izolace
- nedostatek pohybu, vadné držení těla, ochablost, riziko očních onemocnění



Sexuální závislost

- akcelerace nutkavého neklidu a zvyšující se četnost různých sexuálních aktivit při zmenšující se satisfakci
- shodné rysy s drogovou závislostí v sociální oblasti – utajování, vina, dvojí život, výčitky
- pravděpodobně – endorfiny (podobné opiátům) - fyziologická souvislost mezi drogovou závislostí a závislostmi, které nejsou vázány na nějakou látku
- spouštěčem je zřejmě slabé sebevědomí, pocit méněcennosti





Závislost na práci - workoholismus

- workoholici - nesourodá skupina
- negativní dopad na vztah, zejména k blízkým
- práce je považována za osobní přednost, zdroj nadřazenosti

Typologie

- **urputný dřič** – neustále pracuje, ať je to potřeba či ne, únava, vyčerpání, chybné úkony, úrazy, nemoci, riziko nesprávného rozhodování
- **záchvatový typ** – bez objektivních důvodů, apatie – záchvat, neschopnost podávat dlouhodobý požadovaný výkon
- **hyperaktivní typ s poruchami pozornosti** – činnost, ale bez soustředění, bez dokončování, atmosféra rozruchu a zmatku
- **pracovní labužník** - pedant, perfekcionista, nepřiměřený čas i energie, očekává to i od druhých, problém je-li vedoucím
- **opečovávač** – silný altruista, obětuje se, často okázale

Patologické nakupování - oniomanie

- velká obchodní centra
- 2 – 10% procent dospělé populace, muži i ženy
- často souvislost se sebeobrazem (móda, kosmetika, šperky, elektronika)
- nutkání a silná touha nakupovat, nákupní tahy
- často věci, které nevyužije, nejčastěji se to děje v zimním období
- finanční problémy, zadlužení





Bulimie – patologické přejídání

- porucha obživného pudu
- výlučně v tzv. vyspělých zemích
- nutně nemusí souviset s obezitou
- mentální bulimie (MKN) – syndrom charakterizovaný opakujícími se záchvaty přejídání a přehnanou kontrolou tělesné hmotnosti, které vedou jedince k aplikaci krajních opatření, aby zmírnil tloušťku, vyvolanou účinky požití potravy
 - neustálé zabývání se jídlem, neodolatelná touha po jídle
 - snaha potlačit účinek jídla – zvracení, laxativa, hladovění, léky – anorektika
 - chorobný strach z tloušťky



Klíčové zdroje

Mühlpachr, Pavel. Sociopatologie. Brno: MU. 2008

Skála, Jaroslav. ...až na dno? Praha: Avicenum. 1988