

Očekávání terapeutů TK vs. proces změny chování klientů



centrum adiktologie

Mgr. Josef Radimecký, MSc.

Centrum adiktologie Psychiatrická klinika

1.LF UK v Praze



Obsah

- Očekávání terapeutů od klientů TK
 - Klienti TK
 - Cyklus změny
 - Fáze procesu změny klientů v TK
 - Přínosy pobytu v TK pro změnu chování klientů
 - Diskuse
-

Očekávání terapeutů – cíl léčby

□ Změna v očekáváních – 1995 – 2005:

- **Naprostá abstinence od všech NL**
- **Je naprostá abstinence jediný cíl práce s uživateli drog?**

(Kuda & Těmínová-Richterová, 1998)

- **Kvalita života klienta TK** (Nevšímal & Berdychová, 2002)



Změna paradigmatu ve vztahu k cíli léčby v TK

Akceptovaná dnes všemi programy v ČR(?)

Očekávání terapeutů – motivace

- **Změna v očekáváních – 1995 – 2005:**
 - Uživatelé drog motivovaní k léčbě k abstinenci
 - Formálně prokazovaná motivace
 - Přijetí klientova odporu – obava ze zásadní změny životního stylu



Změna očekávání ve vztahu k motivaci uživatelů drog v TK

Akceptovaná dnes všemi programy a pracovníky TK v ČR(?)

Očekávání terapeutů – výsledky

- Cílem je dosažení klientova osobního růstu
 - Co nebo lépe kdo je pro personál měřítkem „skutečného růstu“?
 - Měří personál všem stejně nebo umí své nároky individuálně snižovat?
 - Nestává se, že „úplně nemožný“ klient po odchodu z TK uspěje a ten „spolupracující“ nikoli?



Většina TK a jejich pracovníků deklaruje individuální přístup ke klientům

Neočekáváme od některých klientů (i od sebe v rolích terapeutů) víc, než čeho jsou schopni dosáhnout?

Změny v profilech klientů – 1995 – 2005:

- „stárnutí“ populace uživatelů drog - delší drogová kariéra:
 - horší zdravotní stav
 - horší sociální situace
 - rozsáhlá kriminální kariéra
 - opakované léčby – „quasi-terapeuti“
- specifické skupiny uživatelů drog
 - po výkonu trestu odnětí svobody (léčba-trest-léčba)
 - s nařízenou ústavní/ochrannou výchovou
 - matky s dětmi



horší perspektiva („no future“), nedůvěra vůči institucím, stereotypy, institucionalizace → **VĚTŠÍ OBAVA ZE ZMĚNY**

Změna – příležitost i ohrožení

- Změna je dynamický a otevřený proces



- Model – cyklus změny musí být rovněž otevřený:
 - zahrnovat a integrovat nově objevené proměnné (např. integrace relapsu)



- Změna závislého chování je komplexní proces (změna postojů, hodnot, chování, zájmů, přátel, životního stylu atd.)



- Cyklus změny je třírozměrný model, který integruje:
 - fáze – procesy - úrovně změny
-

Lineární cyklus změny

Základní fáze cyklu změny:



X Klienti, kteří jsou v léčbě s cílem změnit své závislé chování, zpravidla nepostupují z fáze do fáze lineárně (i když je to individuální).

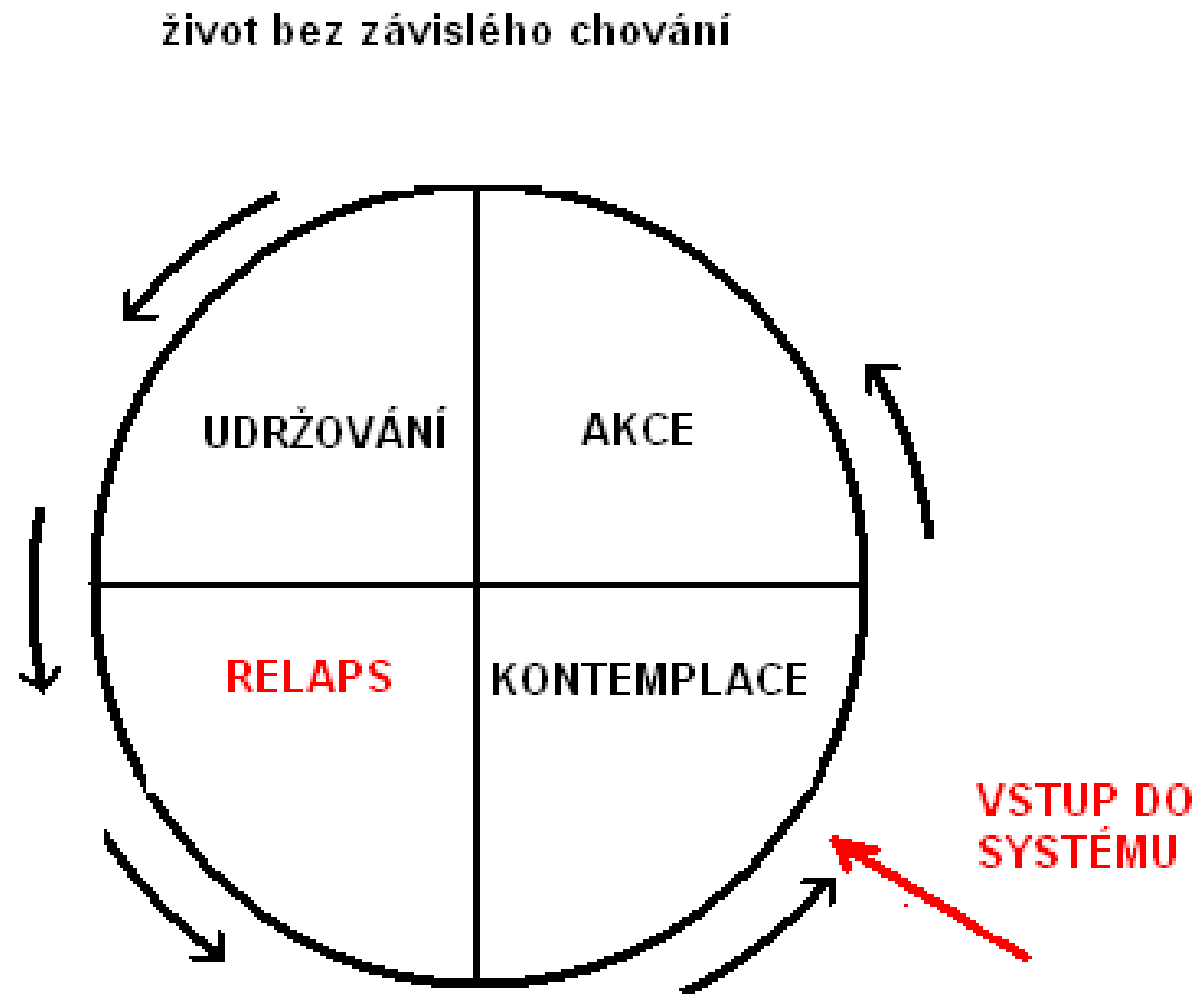
Výzkum:

■ 70 – 80 % závislých na alkoholu, heroinu a kuřáků během 1 roku po léčbě zrelapsovala. (Hunt, Barnett & Branch, 1971; Olcott, 1985)

ALE

- 84 % těch, kteří zrelapsovali, se vrátili zpět do fáze kontemplace
 - kuřáci projdou cyklem změn v průměru 3x než se zbaví pokušení kouřit (Marlatt, 1990; Prochaska & DiClemente, 1983; Schacter, 1983)
 - závislí na heroinu projdou cyklem změny cca 7x (nemusí jít o institucionální léčbu)
-

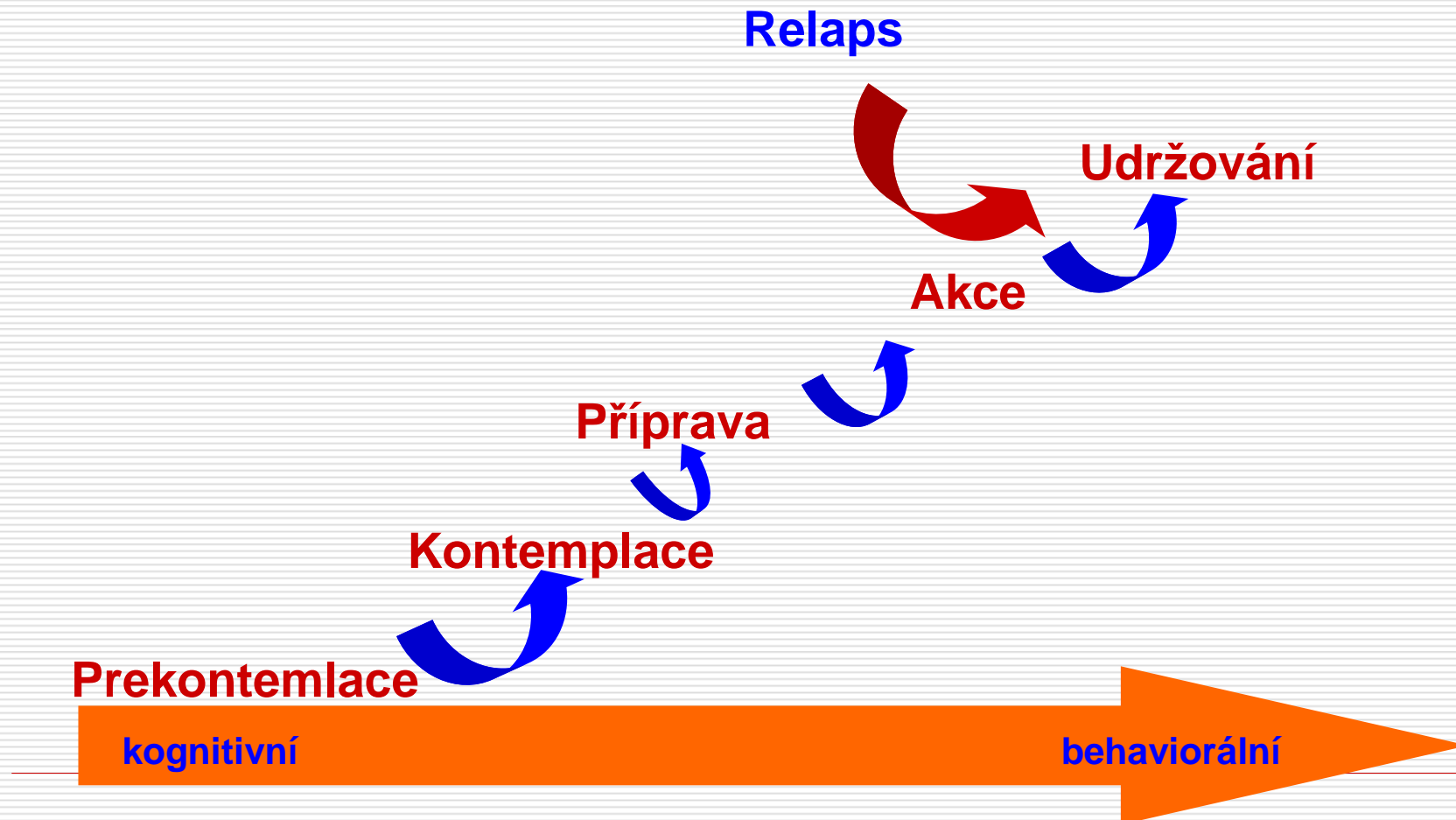
Cyklický model změny - fáze



život se závislým chováním
uživatele ve fázi prekontemplace

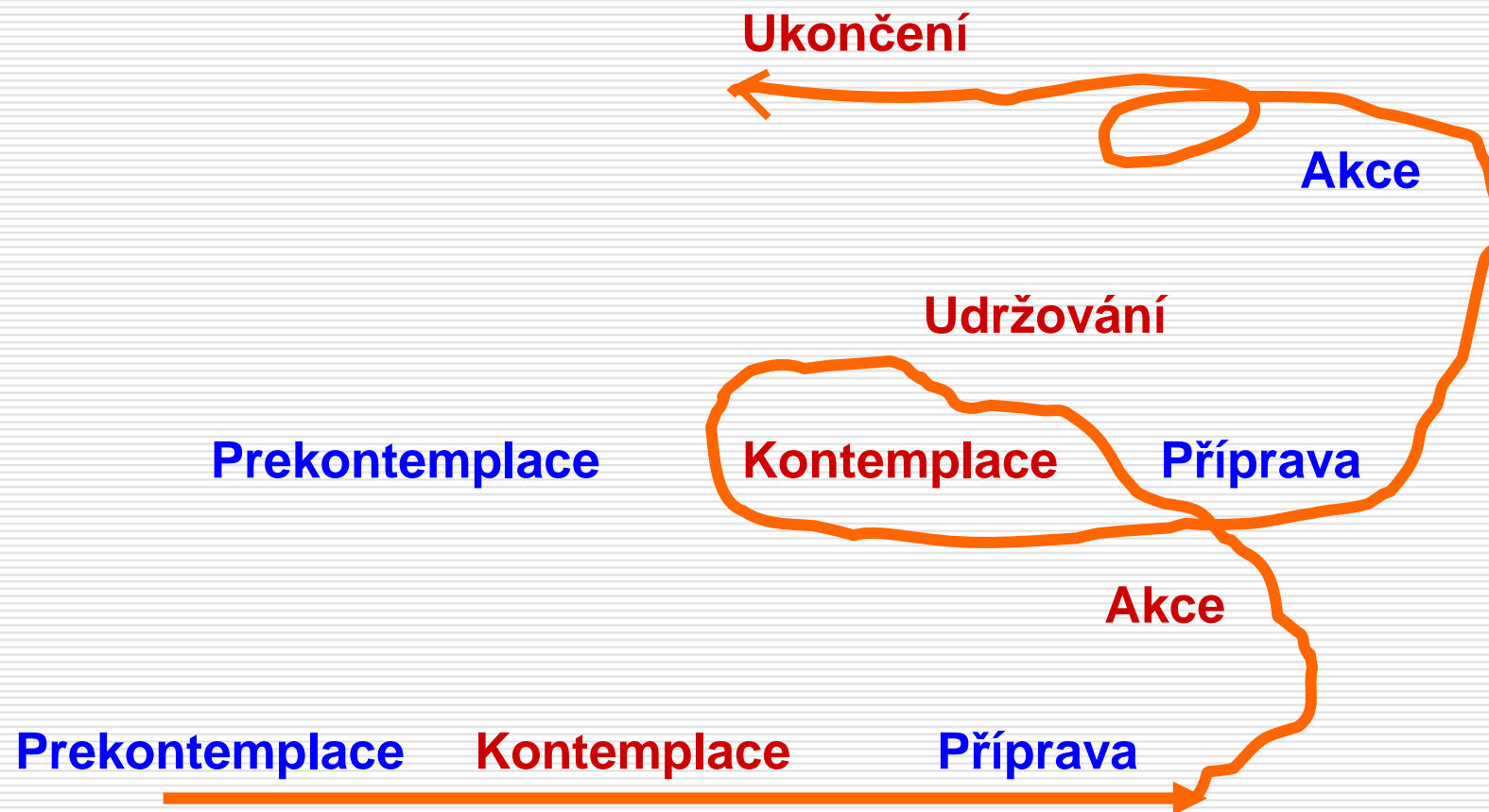
Prochaska, J.O. &
DiClemente, C.C. (1986)

Transteoretický model změny

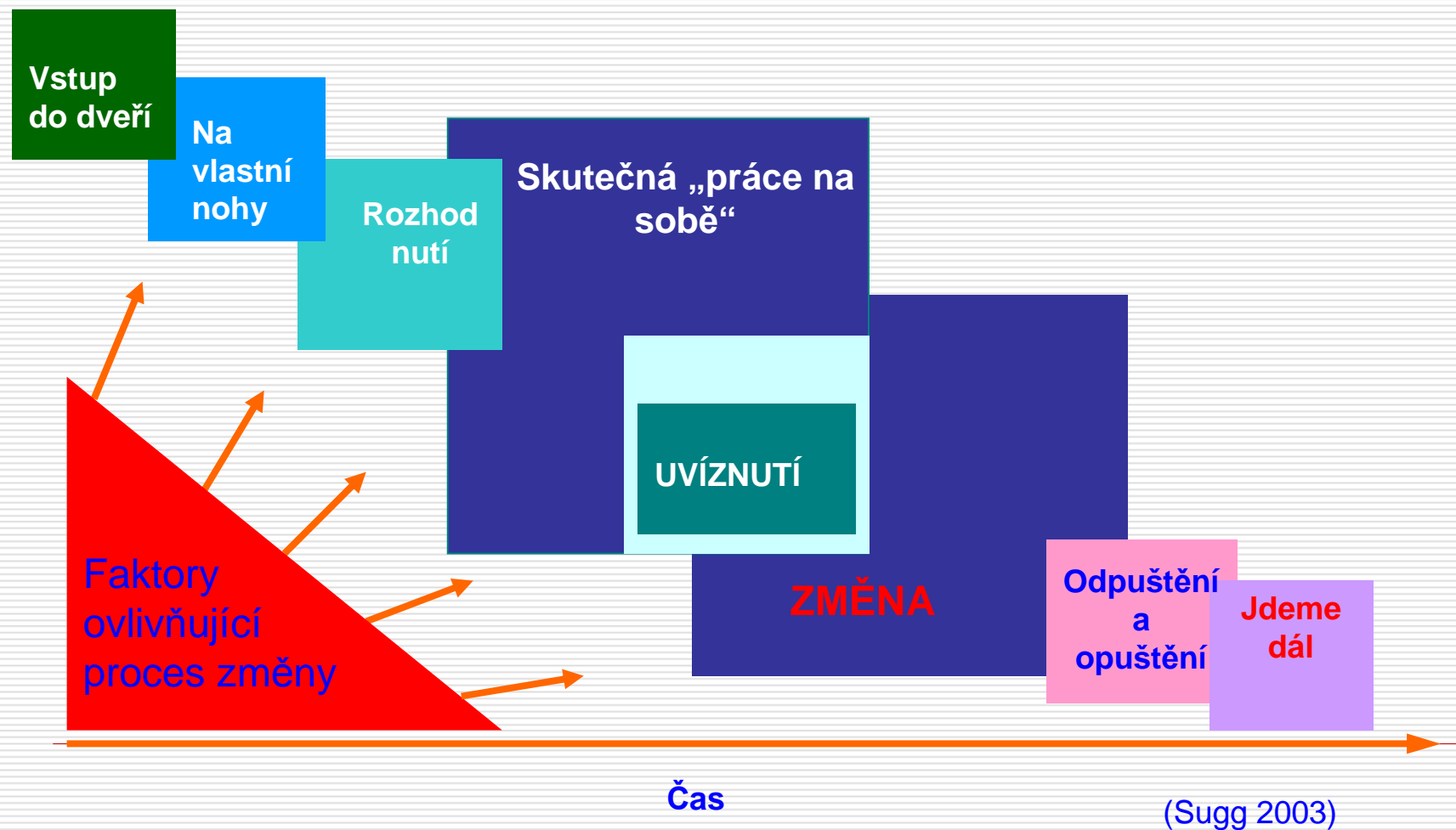


(Prochaska, DiClemente & Nocross, 1992)

Spirálovitý model změny



Fáze a proces změny v TK

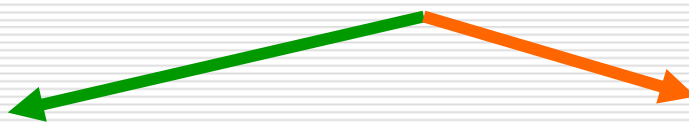


Fáze a proces změny v TK

1. **Nevím nic – o sobě, o léčbě** (pokud jsem už v TK nebyl)
2. **Zjišťuji, co je třeba dělat** (se svým self, pocity, „nohama“) – strach a panika → uvažování o „útěku“ (před sebou) z TK
3. **Připouštím si, že bych se měl změnit** (testování co a jak)
4. **Průlom, objevování sebe sama** (musím „makat“ – vyrovnat se s minulostí, pokud se chci změnit)
5. **Uváznutí – strach ze změny, když se vidím jít dopředu** (uváznutí v minulosti, ve starém self, v procesu změny, strach „navždy“ opustit drogy – truchlení rozloučení)

Bezradnost
Touha odejít

Odvaha „poprat se“
ZMĚNA



Fáze a proces změny v TK

6. **Změna v přesvědčení** (můžu to dokázat), **ve způsobu přemýšlení** (o sobě, světě...) **i v chování** (převzetí osobní odpovědnosti za změnu, konfrontace svého chování, učení se novým formám chování, nucení se chovat se jinak než dřív)
 7. **Odpuštění sobě i druhým, rozloučení se se starým životním stylem** (vyrovnání se s minulostí, sebezpřijetí)
 8. **Soustředění se na odchod a „balení“**
-

Proces individuální změny chování ve vztahu k užívání drog

Práce „na sobě“

Porozumění svému Self, vztahům a individuální potřebě užívat drogy



Nahrazení “ztráty drog” osobním rozvojem

Proces osobního rozvoje



Objevování Self	Poznávání Self	Porozumění Self
Self užívající drogy	Moje chování	Role drog v mém životě
Self bez drog	Můj způsob přemýšlení	Vztahové vzorce a dynamika vztahů
Mé pocity	Představy o Self a o světě	Potlačované pocity z minulosti
Mé vztahy	Význam užívání drog	Proč jsem takový, jaký jsem
	Význam UD ve vztazích	

Faktory ovlivňující efektivitu léčby

- **Hlavní role – KLIENT:**
 - Osobnost
 - Závažnost zdravotních a sociálních problémů
 - Motivace ke změně chování
 - **Typ zvolené léčby:**
 - Délka
 - Intenzita
 - Náročnost
 - Kvalita
 - **Vliv osobnosti a stylu práce terapeuta**
 - **Podpora rodiny a sociální situace (UD, blízkých)**
-

Faktory ovlivňující proces změny v TK

INTERNÍ

- Sebepojetí
- Obranné mechanismy
- Úroveň upřímnosti
- Motivace
- Přístup k léčbě
- Pocit bezpečí
- Schopnost důvěřovat
- Znalosti
- Negativní předsudky
- Ambicióznost

EXTERNÍ



Personál

Podpora

Boj o moc

Vrstevníci

Skup.terapie

Indiv.poradenství

Prostředí

Komunitní setkání

Život v komunitě

Hlavní přínosy léčby – i nedokončené

SNIŽUJE	ZVYŠUJE/ZLEPŠUJE
Rozsah užívání drog o 40-60 %	Celkové fyzické a duševní zdraví uživatelů drog
Drogovou trestnou činnost o 40 % a více	Rodinné a sociální fungování uživatelů drog
Injekční užívání drog, sdílení jehel a riziko šíření inf.nemocí	Možnosti získat po absolvování léčby zaměstnání o 40 %
Poptávku po dalších typech léčebné péče	Kvalitu života uživatelů drog, jejich blízkých a společnosti

Děkuji za pozornost

Kontakt:



centrum adiktologie

Mgr. Josef Radimecký, MSc.

Centrum adiktologie

Psychiatrická klinika 1.LF UK v Praze

E-mail: radimecky@adiktologie.cz

www.adiktologie.cz (v provozu od ledna 2006)

Tel.: 224 96 5658

