

# Motivace v adiktologii

Petr Jeřábek

Praha 2.4.2008

# Pojem motivace

- proces
  - usměrňování, udržování a energetizace chování
  - zvýšení či poklesu aktivity jedince
    - (Kalina a kol. 2001)
- stav, který aktivizuje chování a dává mu směr
  - (Atkinson et al. 2000)

# **Motivační otázky v adiktologii**

- **I. Etiologie látkové závislosti**
- **II. Motivace závislého k léčbě (změně)**

# I. Etiologie látkové závislosti

## Incentivní model

- návyková látka jako incentivní (pobídkový) motiv (Atkinson 2000)
  - cestou aktivizace mezolimbického dopaminového systému (mozkového systému odměny)
- související adiktivní model
  - hédonistický/výkonový

„incentivní destrukce“



**Akutní desintegrace vědomí-nevědomí-těla-spirituality**

# I. Etiologie látkové závislosti (pokr.)

- existují i jiné adiktivní modely?
  - quasi-homeostatický/autosanační?

# **II. Motivace závislého k léčbě (změně)**

(Prochaska & DiClemente 1986)

- **„Vždy je nějaká úroveň motivace k léčbě či obecněji ke změně“**
- **Vývojové stupně změny (stages of change)**
  - **prekontemplace, kontemplace, příprava, akce, udržování (=sustaining change ... posilování, vyživování, unášení změny), relaps**
  - odráží připravenost klienta ke změně
    - **léčebné či „spontánní“**

# **Motivaci závislého k léčbě (změně)** **je nutno podporovat** (dle Yahne & Miller 1999)

- **6 (obecných) složek efektivní krátkodobé intervence:**
- **F: feedback**
  - zpětná vazba: konkrétní a individuálně relevantní (JT)
- **R: responsibility**
  - zdůraznění osobní odpovědnosti klienta za změnu
- **A: advice (rada)**
  - pozor na časování, vyčkat žádosti klienta
  - raději širší nabídka možností



# Podpora motivace (pokr.)

(dle Yahne & Miller 1999)

- **M: menu of options (nabídka možností)**
  - menu metod a cílů změny
- **E: empathy**
  - empatická vřelost, reflexivní naslouchání, explorace ambivalence
    - vede k subj. pocitu bezpečí, porozumění a akceptace
    - snižuje odpor
- **S: self-efficacy (sebeúčinnost)**
  - specifická forma optimizmu
  - důvěra, že mohu dokázat/splnit
    - jednotlivý úkol či změnu

# Podpora motivace (pokr.II)

(dle Yahne & Miller 1999)

- **5 klíčových principů vedení motivačního rozhovoru:**
- **vyjádření empatie**
- **vytváření rozporu**
  - mezi adiktivním chováním --- hlubšími potřebami, hodnotami a cíli
- **vyhýbání se sporu**
- **zmírňování odporu** („roll with resistance“)
- **podpora sebeúčinnosti (self-efficacy)**

# Podpora motivace v rezidenční péči

- **Promotivační rezidenční prostředí**
  - použitelnost výše uvedených přístupů s výhradou:
    - nemluvit tolik o alkoholu a drogách
      - klinická zkušenost (nejsou výzkumné práce)
  - **bezpečí** (předvídatelná pravidlová struktura)
  - **akceptace**
    - každý má svoje místo v komunitním kruhu
  - **autonomní rezidence** („barák“, „domek“, „chalupa“)
    - x „klasické“ oddělení PL

# Co hýbe chováním pacienta?

V klinické adiktologii se nabízí:

- motivační problematika související s dispozičními osobnostními charakteristikami závislého

(klinická vsuvka)

# Etiologie adiktivní poruchy

- **intrapsychické procesy, jevy a děje**
  - pentagram intrapsychické adiktivní dispozice
    - deficitní sebepojetí a sebeúčinnost
    - nízká úroveň defenzivní organizace
    - narušená internalizace objektových vztahů
      - extrémní interpersonální senzitivita, nedůvěra
    - nízká integrace superega
      - problémy s prožíváním viny a studu, paranoidita, narcistické zápasy o obdiv a zbožňování
    - nízká integrace emocí
      - (Jeřábek v tisku)

# Kompetence a motivace

(R.J.Sternberg 2005)

- **Achievement motivation**  
(„motivace výkonu“)
  - OFr:achever—à chief = skončit  
...dokončení, dosažení, úspěch, čin
  - přitahování úkolem, soutěží
  - potřeba zvyšovat dovednosti až k dokonalosti
    - specificky lidská, dala se studovat dle TAT či PSE
      - (McClelland a kol.1953, McClelland 1985)

# Kompetence a motivace -II

(R.J.Sternberg 2005)

- **Kompetence (self-efficacy, sebeúčinnost)**
  - **důvěra svým schopnostem řešit problém (Bandura 1977)**
    - podmínka/kvalita
      - **efektivity**
      - **zdatnosti (ability)**
      - **postačitelnosti (sufficiency)**
      - **úspěchu**
    - **základní motivační zdroj v procesu evoluce**
- **Nekompetence**
  - **vede k vyhýbání se nekompetentnímu výsledku**

# **Kompetence a motivace -III**

(R.J.Sternberg 2005)

- **Motivační zaměření směrem ke specifickému úkolu**
  - škola, léčba
  - význam při rozboru motivační inkongruence



# Motivační složky

(R.J.Sternberg 2005)

- **nevědomá (implicitní)**
  - **důležitější: výběr, orientace a energetizace chování**
    - „vlastní motivace chování“
- **vědomá (explicitní)**
  - **normativní pro skupinu** (rodina, komunita)
    - usměrňuje a reguluje chování

# Motivační inkongruence

(R.J.Sternberg 2005)

- osoby mající problém s uvolněním negativních afektů po setkání se stresorem
  - **udávají osobní cíle neodpovídající jejich motivům**

# Motivační zdroj osobnosti: potřeba zvýšit intelektuální dovednosti (Dweck 2002)

- **Entity theorists**

„Bytostní teoretici“

- potřebují být okolím považováni za „smart“
  - bojí se dělat chyby

- **Incremental theorists**

„Přírůstkoví teoretici“

- potřebují se učit a zvyšovat své dovednosti
  - nebojí se dělat chyby

# Motivace a identita

- motivace: tendence k získávání kompetencí v rámci vývoje identity
  - (Wigfield & Wagner 2005)
- **...budování kompetentní identity v terapeutickém procesu**

# 3 motivační podmínky pro účinnou facilitaci adiktivní změny (klinická hypotéza)

- **debakl**
  - dosavadní konativní (adiktivní) strategie selhala
    - „surové zotročení“ návykovou látkou
      - srv. 2 kniha Mojžíšova (exodus)
- **autosanační potenciál**
  - hypotetická „endogenní“ motivační složka
    - srv. přizpůsobivost (resilience)
- **environmentální (společenská, interakční, terapeutická) podpora**

# (klinická vsuvka): **Intrapsychická sanace**

- deficitní sebepojetí a sebeúčinnost, motivační inkongruence
  - (nejen abstinence, ale) **sebeakceptace**,  
**učit se lépe využívat všech možností, které přináší život**
- nízká úroveň defenzivní organizace
  - **co nejširší otevření komunikace se sebou a svým okolím**
- narušená internalizace objektových vztahů
  - **budování důvěry v lidi a vztahy**
- nízká integrace superega
  - **budování vlastní autonomie**
- nízká integrace emocí
  - **autentičnost, kongruence**

# Ad motivační diskuse

- **motivace** jako ubiquitární, fylogeneticky získaná, celoživotní **tendence k etické adaptaci**
  - autonomní, autentické, kompetentní
    - neomezuje jiné spoluobčany