



Klinika adiktologie

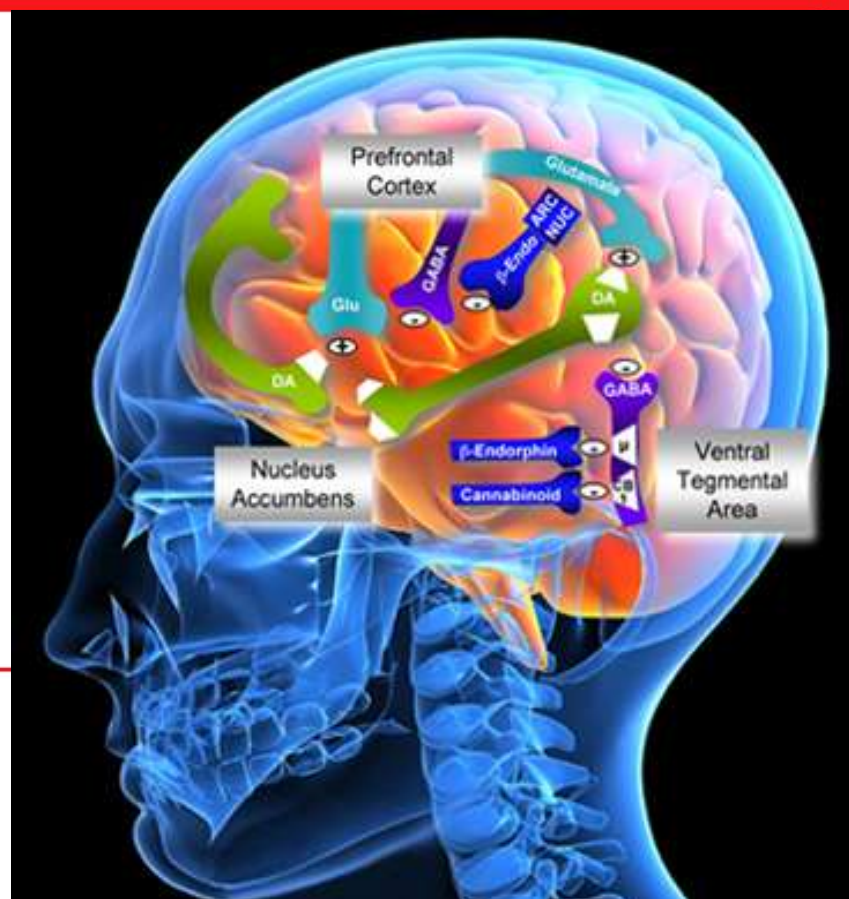
1. lékařská fakulta a Všeobecná fakultní nemocnice
Univerzita Karlova v Praze



Jak vznikají závislosti a závislé vztahy:

*rychlá exkurze do
neurobiologie pre, peri a
raně postnatálního života*

Pavel Bém
2021



21.4.2021



**Klinika adiktologie 1. LF UK
Všeobecná fakultní nemocnice
Středisko pro psychoterapii
a rodinnou terapii
+
ANIMA terapie o.s.**





Závislost, vztahy a „systém“





1967-2014

**Skála
Vodňanská**

Rodinná terapie





Závislost jako „symptom“ v partnerských vztazích, udržující rodinné interakce





Závislost jako „symptom“ nedokončené vývojové individuace a separace



ad „Symptomy“ (NL, závislost) udržují rodinný systém v homeostáze (patologické)





**Cílem je změna fungování, nikoliv nutně abstinence
TDA je důležitá, ale lze začít i obráceně
„symptom“ není „syndrom“**





Závislost, vztahy a „systém“

- **Závislý je „zachráníce“ rodinného systému: udržuje jej pohromadě symptom. chováním**



Závislost, vztahy a „systém“

- **Závislý je „zachránce“ rodinného systému: udržuje jej pohromadě symptom. chováním**
- **Homeostatický mechanismus regulující RS**



Závislost, vztahy a „systém“

- **Závislý je „zachráníce“ rodinného systému: udržuje jej pohromadě symptom. Chováním**
- **Homeostatický mechanismus regulující RS**
- **Moc - bezmoc; otevřenost – uzavřenost RS; emoční svět / prázdnota (enmeshment...)**



Závislost, vztahy a „systém“

- **Závislý je „zachránce“ rodinného systému: udržuje jej pohromadě symptom. Chováním**
- **Homeostatický mechanismus regulující RS**
- **Moc - bezmoc; otevřenost – uzavřenost RS; emoční svět / prázdnota (enmeshment...)**
- **Změna 1.řádu a změna 2.řádu (kontextu)
Milánská škola**



Závislost, vztahy a „systém“

- **Závislý je „zachránce“ rodinného systému: udržuje jej pohromadě symptom. Chováním**
- **Homeostatický mechanismus regulující RS**
- **Moc - bezmoc; otevřenost – uzavřenost RS; emoční svět / prázdnota (enmeshment...)**
- **Změna 1.řádu a změna 2.řádu (kontextu)**
Milánská škola
- **Trans-generační trauma**
- **Utrpení**

Úzdrava a Spiritualita

Cesta a její síla: Droga jako hledání,
závislost jako krize, úzdrava jako šance

:



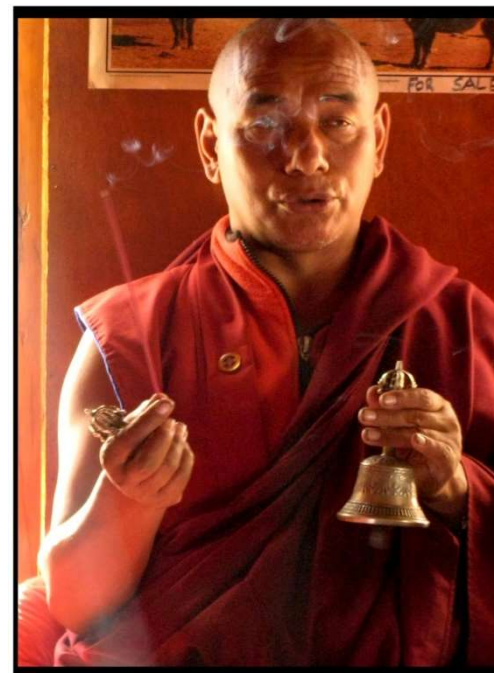


„Cesta a její síla“

„Tvým unaveným očím přináším vizi jiného světa, tak nového, tak jasného, tak svěžího, že zapomeneš na bolest a zármutek, které jsi viděl dříve.

Avšak toto je vize, o níž se musíš podělit s každým, koho potkáš, jinak ji více neuzříš. Jedině darováním se může dostat tohoto daru i tobě.“

(Stanislav a Christina Grofovi, 1989)





Utrpení a pomoc

- **Bert Hellinger: „Realita pomáhá růst“**
Rodinné konstelace jako objevná síla
- **Skrytá symetrie lásky:**
 - dávání a přijímání
 - rovnováha a nerovnováha
 - usmíření a odpuštění
 - rodinné svědomí a rodinné obřady





Výzvy „nového“ paradigmatu *pro obor adiktologie*

- **Věda a „Ákášické pole“ (kvantová fyzika, astrofyzika, biologie, psychologie)**
- **Odborná akceptace „nové“ epistemologie**
- **Součást uvažovaných perspektiv při diagnostikování závislosti**
- **„Povinná výbava“ léčebných intervencí**
- **Těžiště prevence relapsu**
- **Nová kvalita života**
- **Neuro-receptorová „revoluce“**





Klinika adiktologie

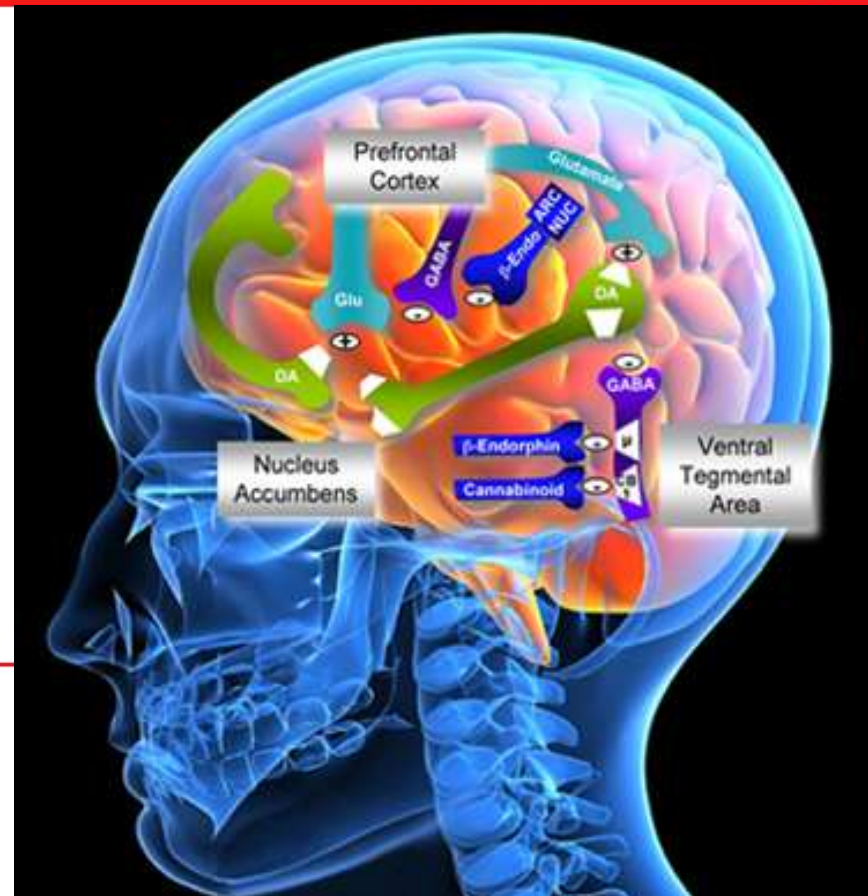
1. lékařská fakulta a Všeobecná fakultní nemocnice
Univerzita Karlova v Praze



Jak vznikají závislosti a závislé vztahy:

*rychlá exkurze do
neurobiologie pre, peri a
raně postnatálního života*

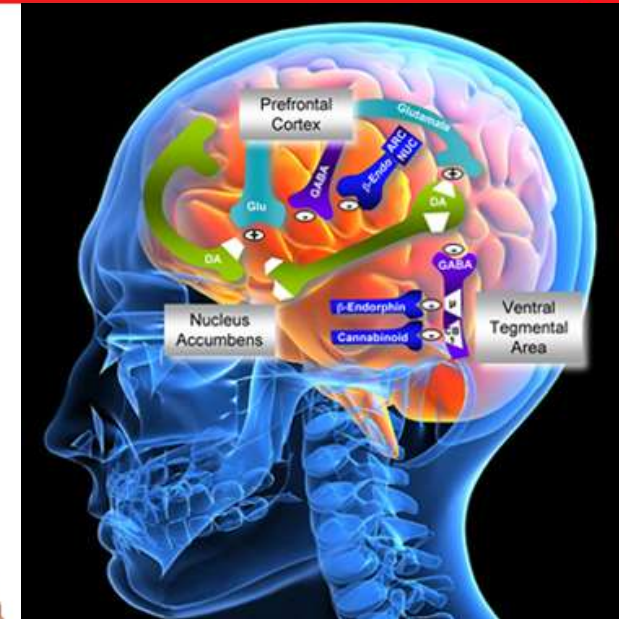
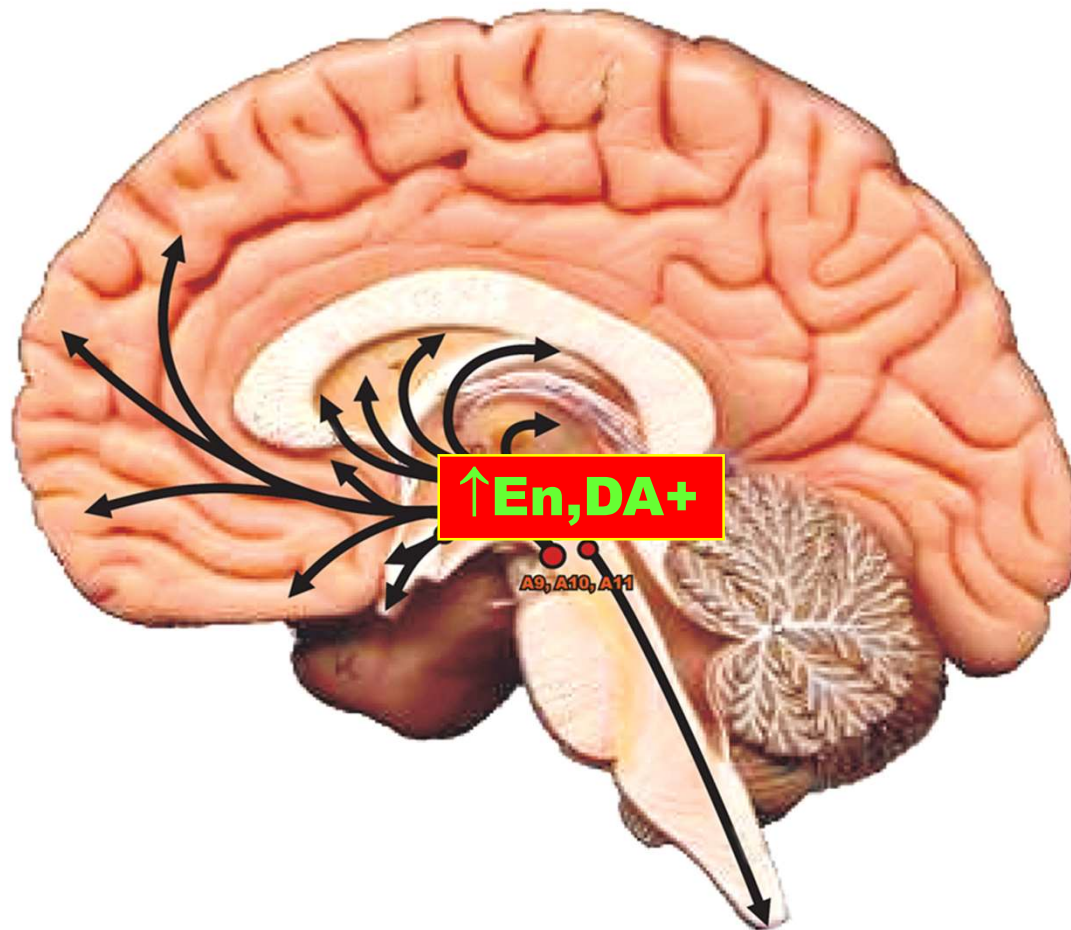
Pavel Bém
2021



21.4.2021



Mozek a vědomí





- Emoce
- Prožitok
- Vědomí



- **Zásadní a integrální součást vědomí**
- Umožňují nám adaptivně existovat
- Mají látkovou podstatu (jako všechno...)
- V našem vědomí vytváří „mapu“
- „Mapa“ vzpomínek je polární **+** x **-**
- Pozitivní: podporují zdravou homeostázu
- Negativní: ohrožují homeostázu
- **Vůdčí nástroj uspokojování našich potřeb**



Vědecké výkladové paradigma

Jak vzniká prožitek?

1. „**Jevení**“ je matematický princip, algoritmus, který neumíme zatím vysvětlit

2. Mozek je teleskop, v jehož ohnisku se vytvoří obraz a ten se vtiskne do prožitku:

- vlastností hmoty je „prožívat svět“
- vědomí mají – savci, obratlovci, ryby...
rostliny, neživá příroda...

(Panpsychismus: vědomí je vlastností hmoty)



Žijeme v „iluzi“





Podstata vědomí:

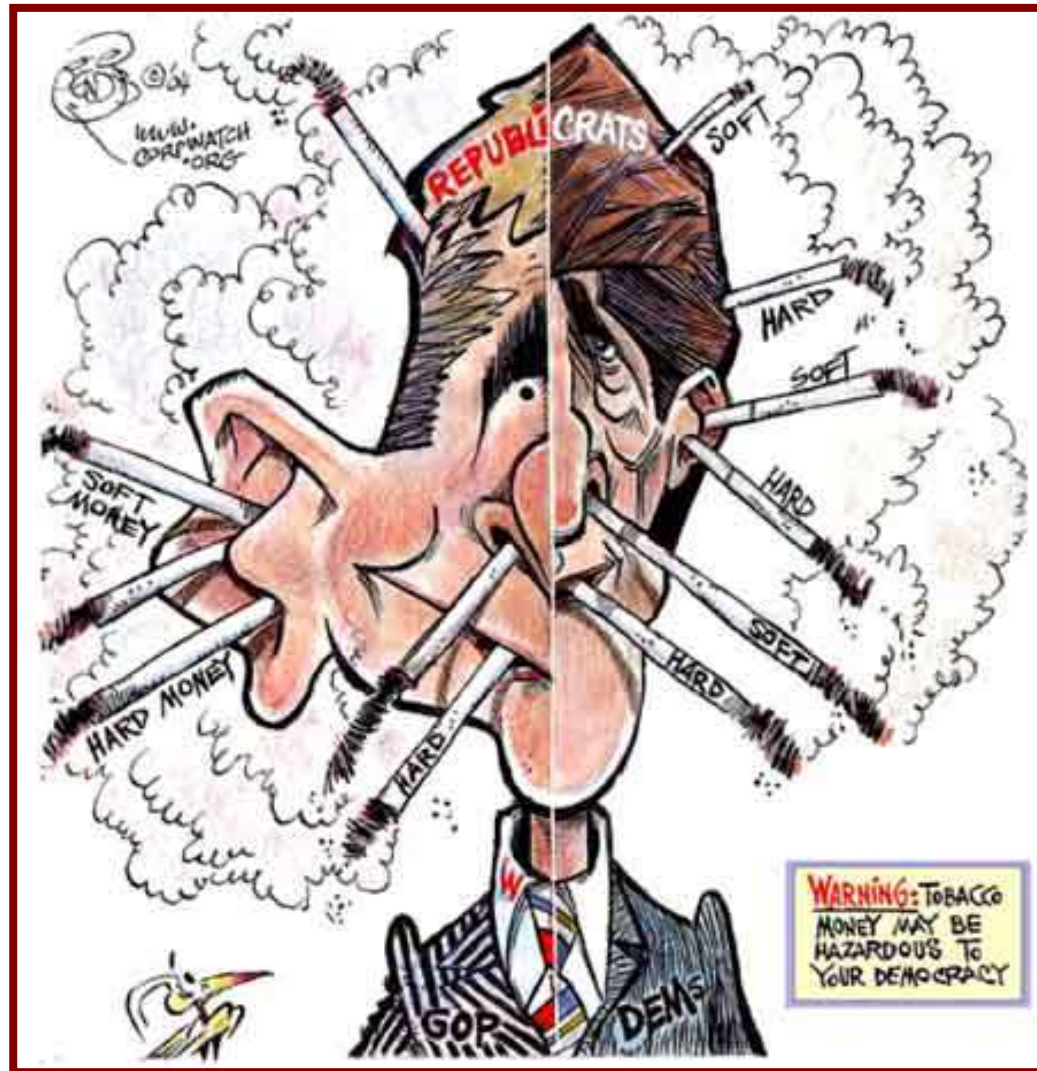
- Neuronální pochody v mozku, které zprostředkovávají redukci okolní fyzikální reality do „fenomenální subjektivní zkušenosti“ ➔ **PROŽITKU**
- Mozek: systém, který transformuje okolní realitu do „galerie“ obrazů, to je to, co **prožíváme** (a mylně zaměňujeme za skutečnost)



Podstata závislosti

- **Spočívá v „přebarvení“ emoční mapy** pomocí silného chemického nástroje
- Amplituda, denzita prožitku – násobně vyšší než u běžných „prožitků“
- Udržování abusu **+** x **—** prožitky

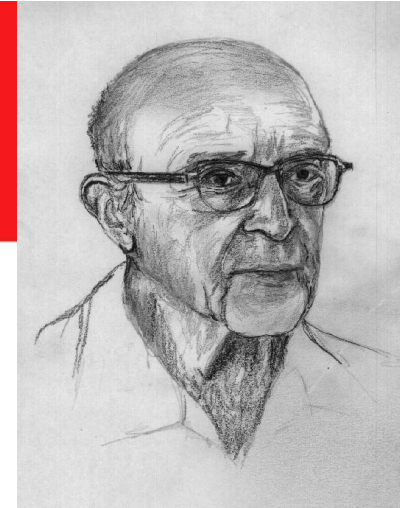
EMOCE — MOTIVACE — USPOKOJENÍ POTŘEB





- **Motivace je „hnací motor“ našich životů**
 - Přeměňuje energii „paliva“ na energii, která nás pohání, dává směr a sílu našemu chování
 - Základním „palivem“ jsou naše emoce
 - Emoce jsou spojeny s našimi základními potřebami

Intervenční a terapeutické implikace



- **Carl R. Rogers**

- zakladatel humanistické psychologie
- kořeny ve fenomenologii, existencialismu
- **„chování je motivováno vždy přítomnými potřebami“**
- události motivaci ovlivňují („sebeaktualizace“)
- empatie





- **Zdraví:**

Shoda mezi prožívaným a uvědomovaným

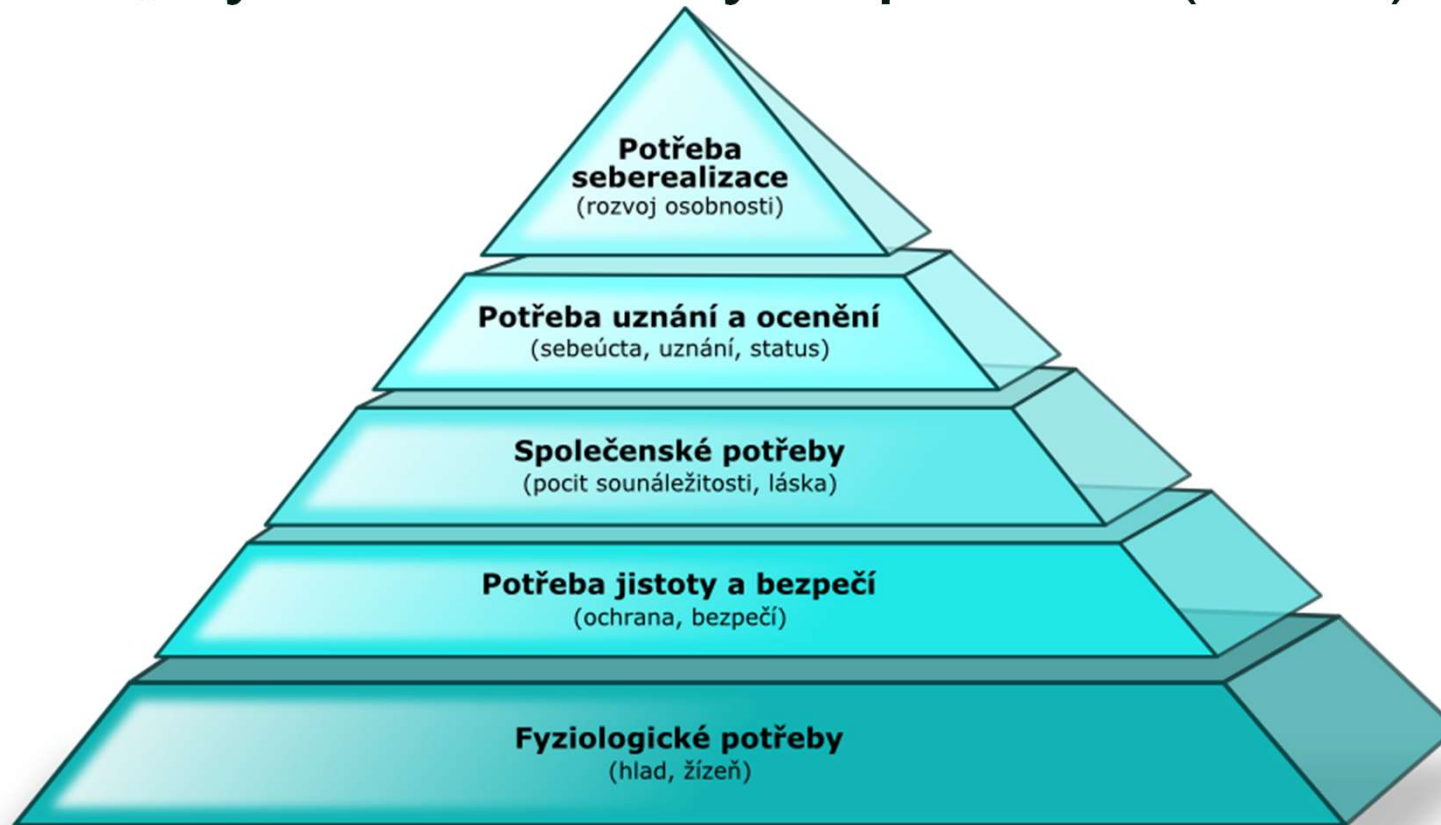
- **„Nezdraví“:**

Nízká míry shody mezi prožívaným a uvědomovaným



- **Abraham H. Maslow**

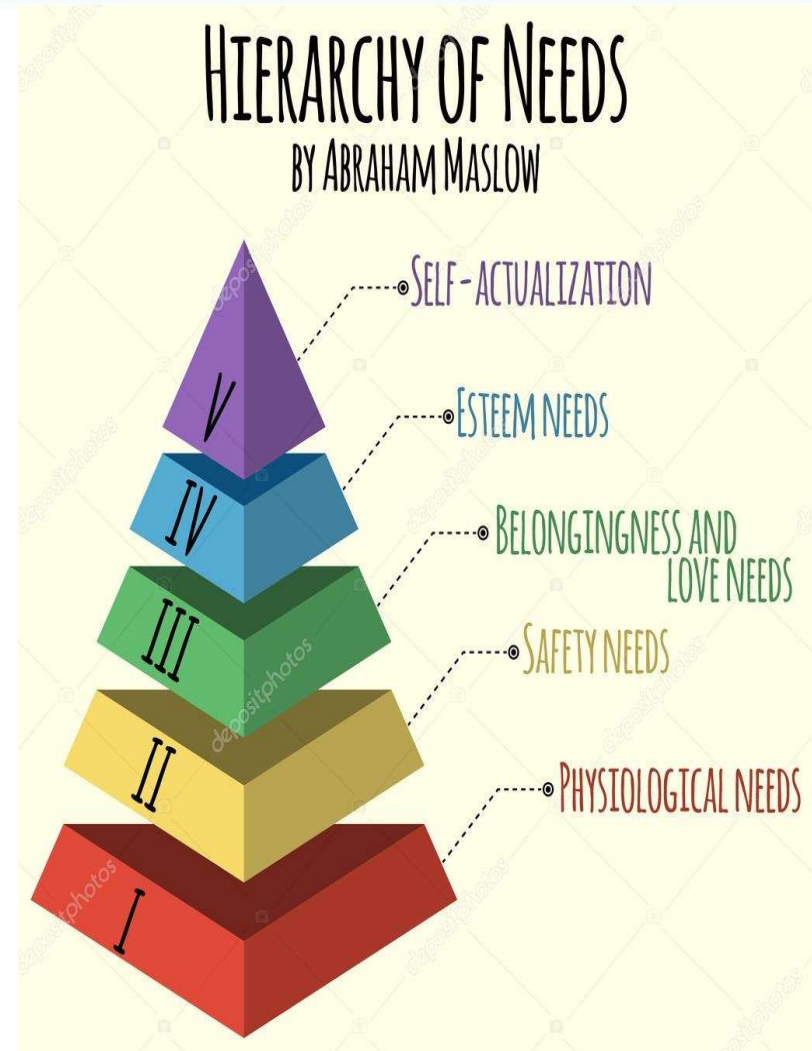
„Pyramida lidských potřeb“ (1943)





Abraham H. Maslow

- Ideály (krása, smysl)
- Aspirace
- Ambice, cíle
- Vztahy
- Zvyky, rituály
- Pudy, instinkty
motivované přežitím







Neuronové systémy podílející se na vzniku závislosti:

- 1. Opioidní - endorfinový systém**
vazeb a odměn
- 2. Dopaminergní motivační systém**
- 3. Prefrontální kortex** se svojí autoregulační funkcí



Endorfinový systém

- Řídí nejsilnější emoční dynamiku lidské existence: vazebný instinkt a lásku (pochopitelně + Oxytocin, aj.)
- Rozhodující pro vazbu mezi matkou a dítětem
- Pocity potěšení a štěstí
- Reguluje bolest, resp. prožívání bolesti



Motivační dopaminergní systém

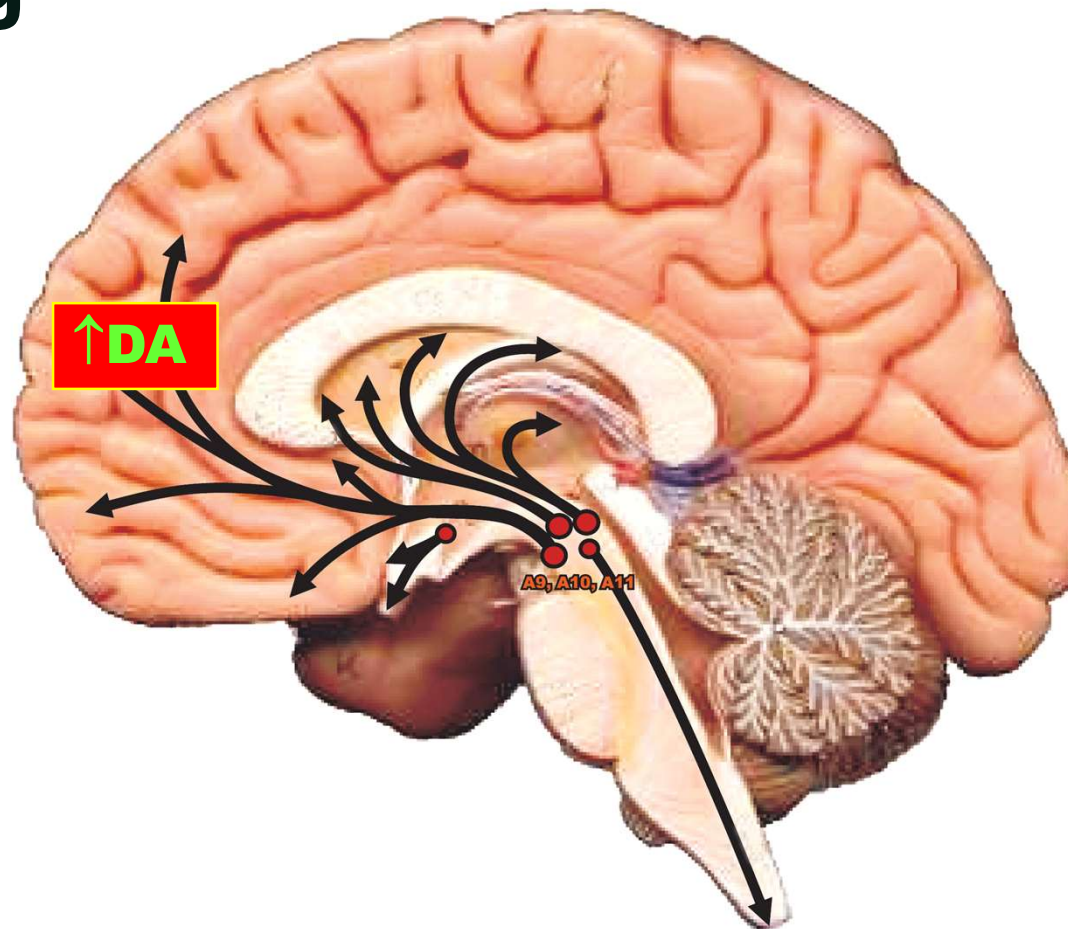
- Nadšení, touha, euforie: zvýšená hladina dopaminu v nucleus accumbens
- Zásadní role při vzniku a udržování závislosti, včetně spouštění relapsů
- Aktivace v závislosti na prostředí, lidech, místě, pomůckách
- Aktivace přítomna při „risk taking“ chování



Prefrontální kortex

- Vrchol „emočního mozku“
- Zodpovědnost za rozhodování a regulaci
- Paměťová „mapa“ formativních zážitků
- Spojení s limbickým systémem
- Závislí: funkce narušeny až o minus 50%
- Intenzivní aktivace při cravingu

Craving





Etiologická mapa závislosti

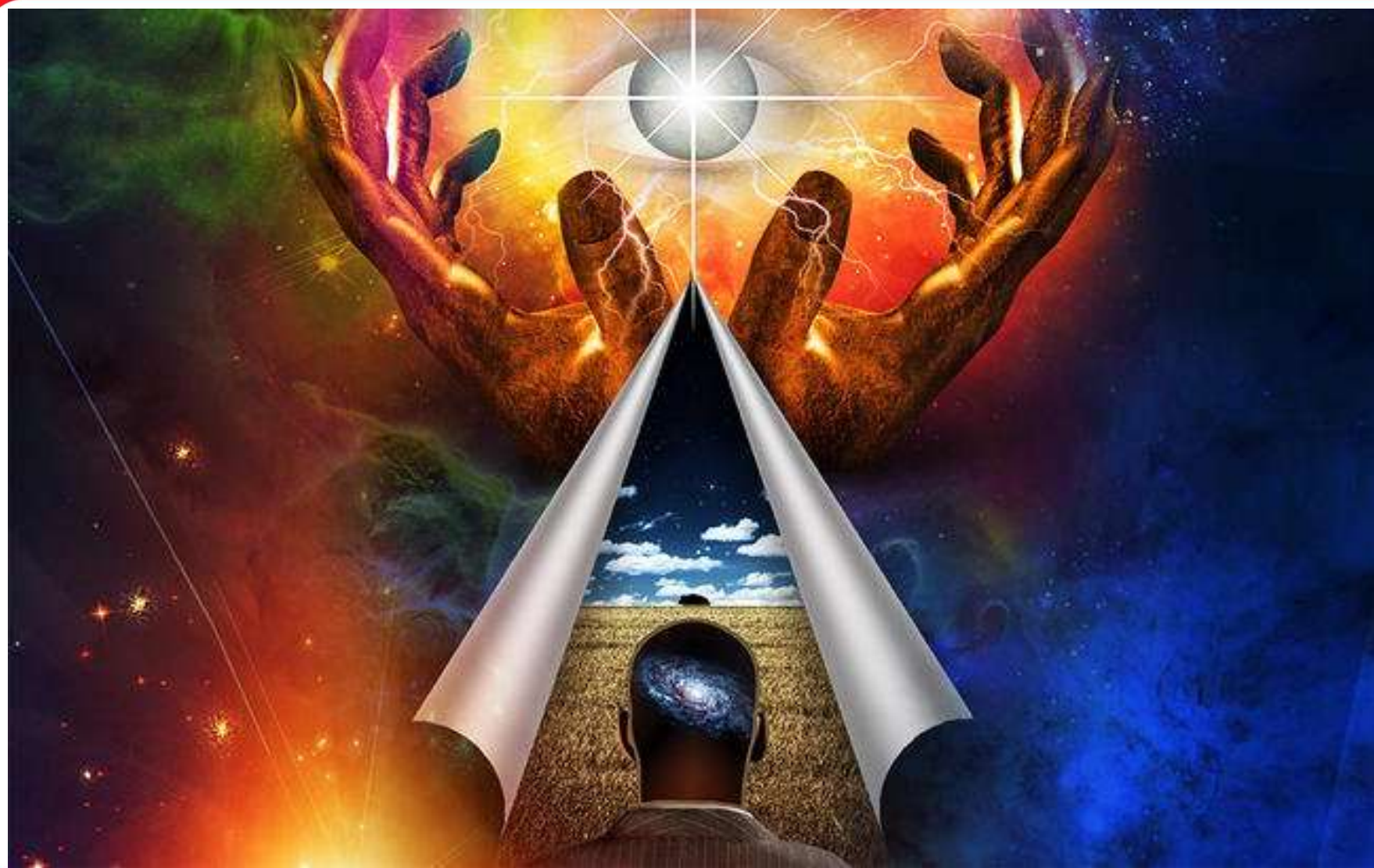
Kompas pro léčbu a úzdravu

- Neurobiologie
 - prenatální období
 - perinatální období
 - raně postnatální období
- Vývojová psychologie
- Psychoterapie
- Párová, rodinná, systemická terapie
- Psycho-spirituální terapie
- Holotropní vědomí



Závěr: Kompas pro úzdravu

1. Biologická a „emoční“ mapa vzpomínek: traumata, stres, násilí, zneužívání
2. Látkový, biologický, receptorový základ reprezentující pre, peri a postnatální zátěž
3. Rekonstrukce a reparace neurobiologické zátěže
4. Hledání „zázraku“ a „štěstí“





Říše hladových duchů

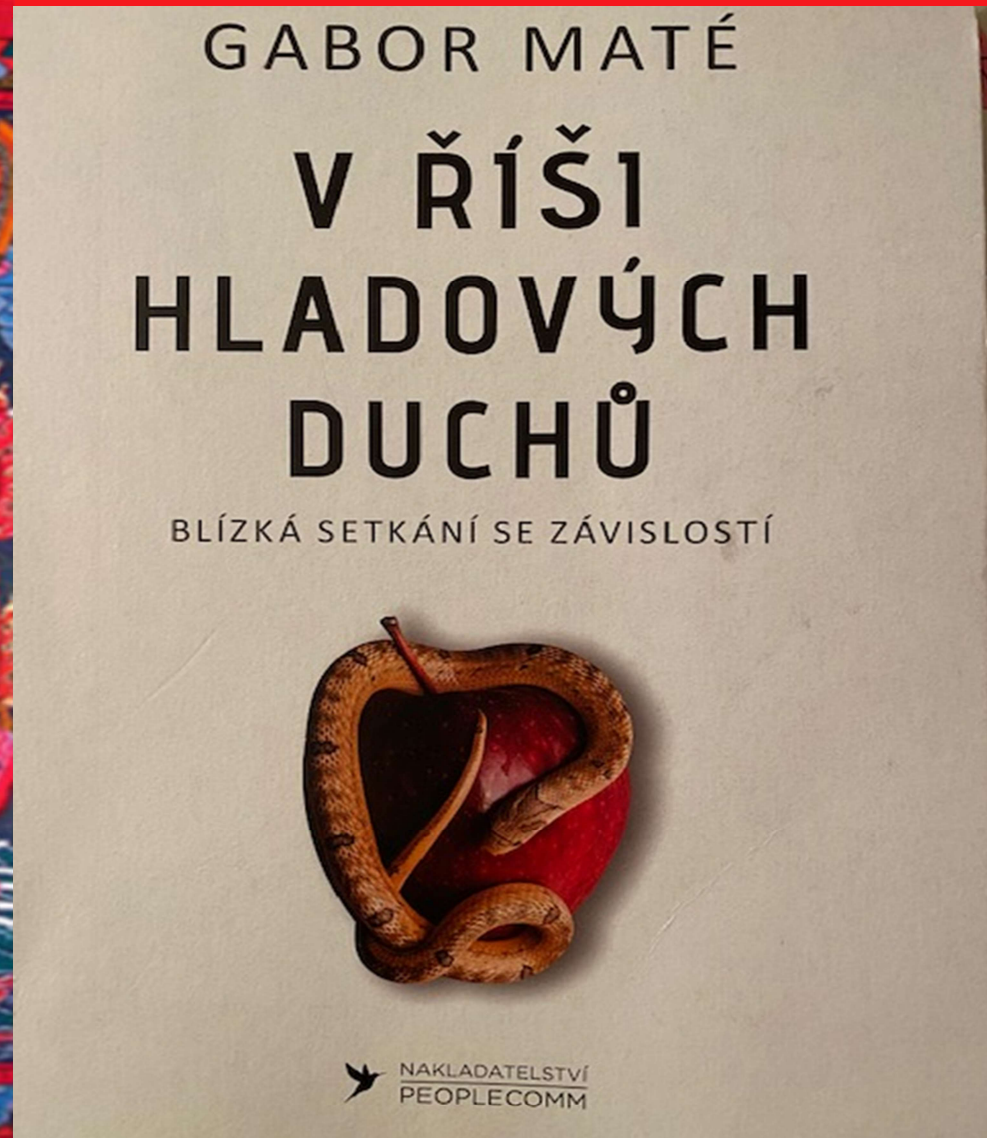
- Tibetský buddhismus
- „Kolo života“ jako kolo závislého vznikání
- Karma a živý vesmír
- 3 zvířata–3 jedy (nevědomost, hněv, chtíč)
- 6 říší: Horní - říše bohů, polobohů a lidí
Dolní - říše zvířat
říše hladových duchů
říše pekla







Říše hladových duchů



Kruh změny a motivační rozhovory

Prochaska, DiClemente, Miller, Rollnick

**TRVALÝ
VÝSTUP**

RECIDIVA

KONTEMPLACE

UDRŽOVÁNÍ

ROZHODNUTÍ

AKCE

PREKONTEMPLACE



Gabor Maté: Moc soucitné zvědavosti

- Motivační rozhovory zaměřené na navození nové osobní i spirituální rovnováhy
- Vyrovnání se s pocitem prázdnoty a nedostatečnosti
- „Otevřít oči a podívat se na sebe pohledem soucitné zvědavosti“
- Vědomě zaregistrovat podstatu bolesti



- **1. Krok: Nové pojmenování**
 - Pojmenování potřeby
 - Princip vnímavé pozornosti, všímavosti
 - Cílem je pozorovat, nikoliv odstranit
 - Čas je důležitý, nelze uspěchat
 - Bez soudu či obviňování
 - „Nutkání“, neukojitelná potřeba je domněnka, klamná myšlenka, nikoliv nutnost



• 2. Krok: Nové přisouzení

- Vina je „přisouzena“ dysfunkčním okruhům našeho mozku
- Nově pojmenované „nutkání“ má **přisouzen** zdroj – „dopaminový a endorfinový hlad“
- Příčiny pramení z raného dětství
- Pozorování sebe sama se stává „soucitnou zvědavostí“
- „Nutkání“ není selhání, na vznik jste neměli vliv
- Nyní ale můžete převzít odpovědnost



• **3. Krok: Nové zaměření**

- „Nutkání“ netrvá věčně, ale odezní
- Nezáleží na tom, co cítíte, ale co děláte
- Zaměstnejte se na 15 minut (kreativita)
- Cílem je naučit mozek neuposlechnout nutkavé volání závislosti
- Vydržte 5 minut a důsledně zapište do deníku
- Trénujete na maratón



- **4. Krok: Nová hodnota**
 - Objektu závislosti přisoudí mysl nereálně vysoký význam
 - Smyslem je přisoudit patřičný význam
 - Opustit starý tvar klamné představy
Co pro vás závislost kdy udělala?
 - Přijmout, že závislost existuje ne kvůli nám, ale právě navzdory nám
 - Výhrou je každý okamžik



• 5. Krok: Nové tvoření

- Doted' utvářel život vás, nyní ho začněte utvářet sám
- Máte motivaci, hodnoty, zájmy, schopnosti, cíle
- Srdce a láska – spojte je s druhými

„Všechny problémy jsou psychické, ale všechna řešení spirituální“ Dr. Thomas Hora



„Zázrak“



religious opinions



„Vrcholné zážitky“

- Extáze & Inspirace & Tvořivá energie
„Svět přístupný pro každého jedince“
- Přepsání emoční mapy vzpomínek
- Reparace bazálních chemických vzorců
 - Endorfinový receptorový systém
 - Dopaminergní receptorový systém
 - Serotonergní receptorový systém
 - Oxytocinový systém



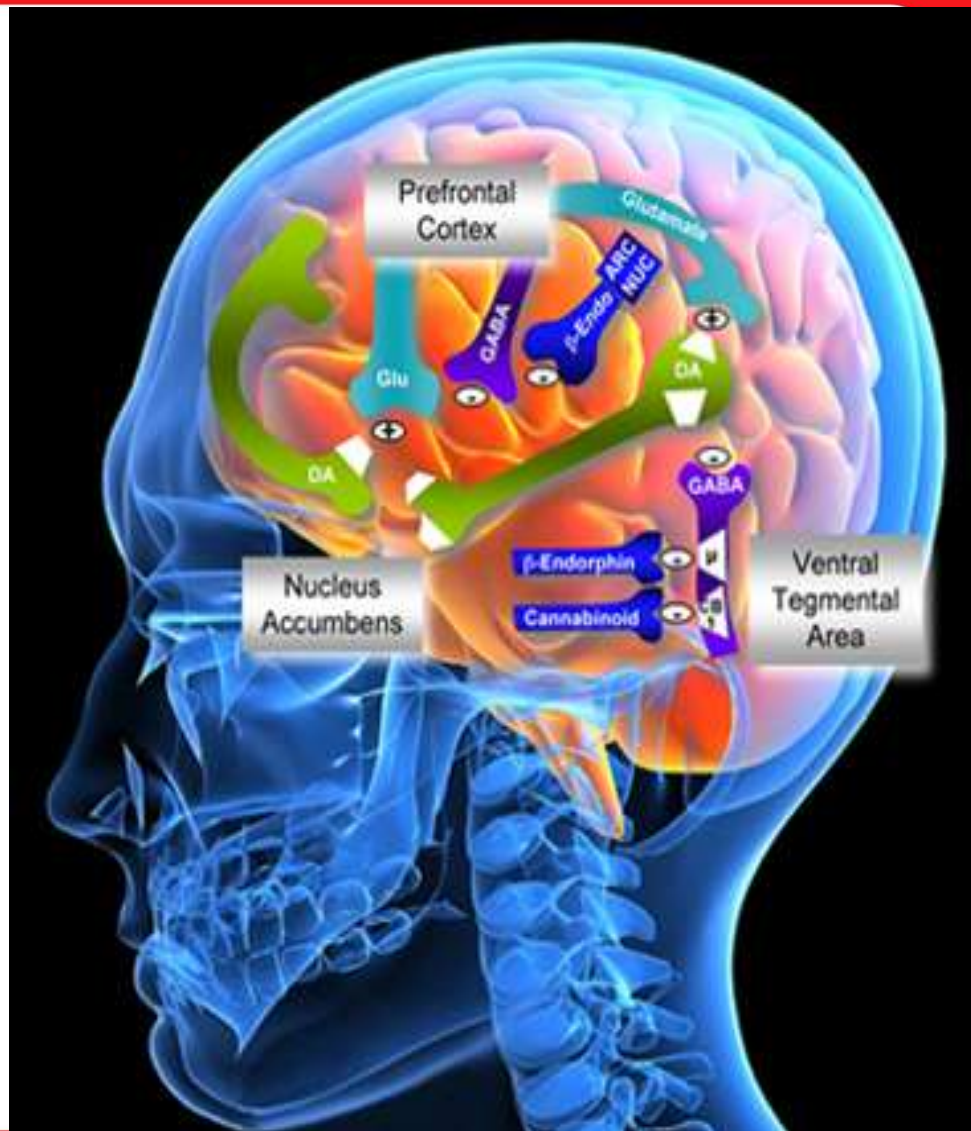
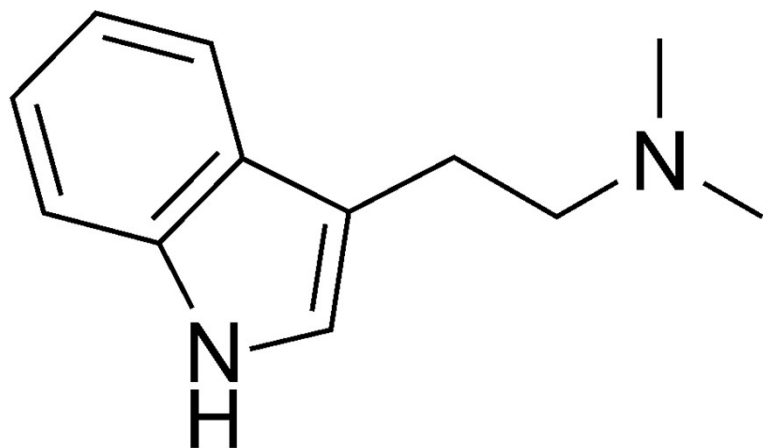
Holotropní stavy vědomí





Adiktologie budoucnosti: Rekonstrukce bazální emoční mapy

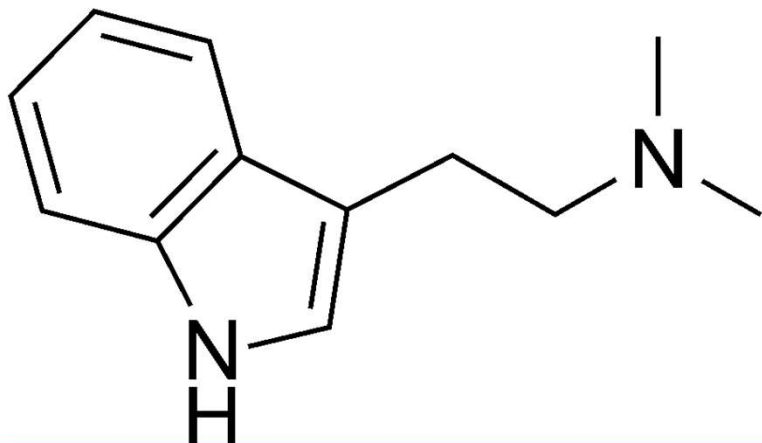
Holotropní/mimořádné stavy vědomí, které budou mít schopnost emoční mapu bazálních neurobiologických matic





Adiktologie budoucnosti: Transpersonální architektura

Holotropní/mimořádné stavy vědomí, které budou mít schopnost ekosystémových a transpersonálních (hlubokých) vhledů do podstaty lidství





Adiktologie budoucnosti: Psychedelická terapie

Psychedelika



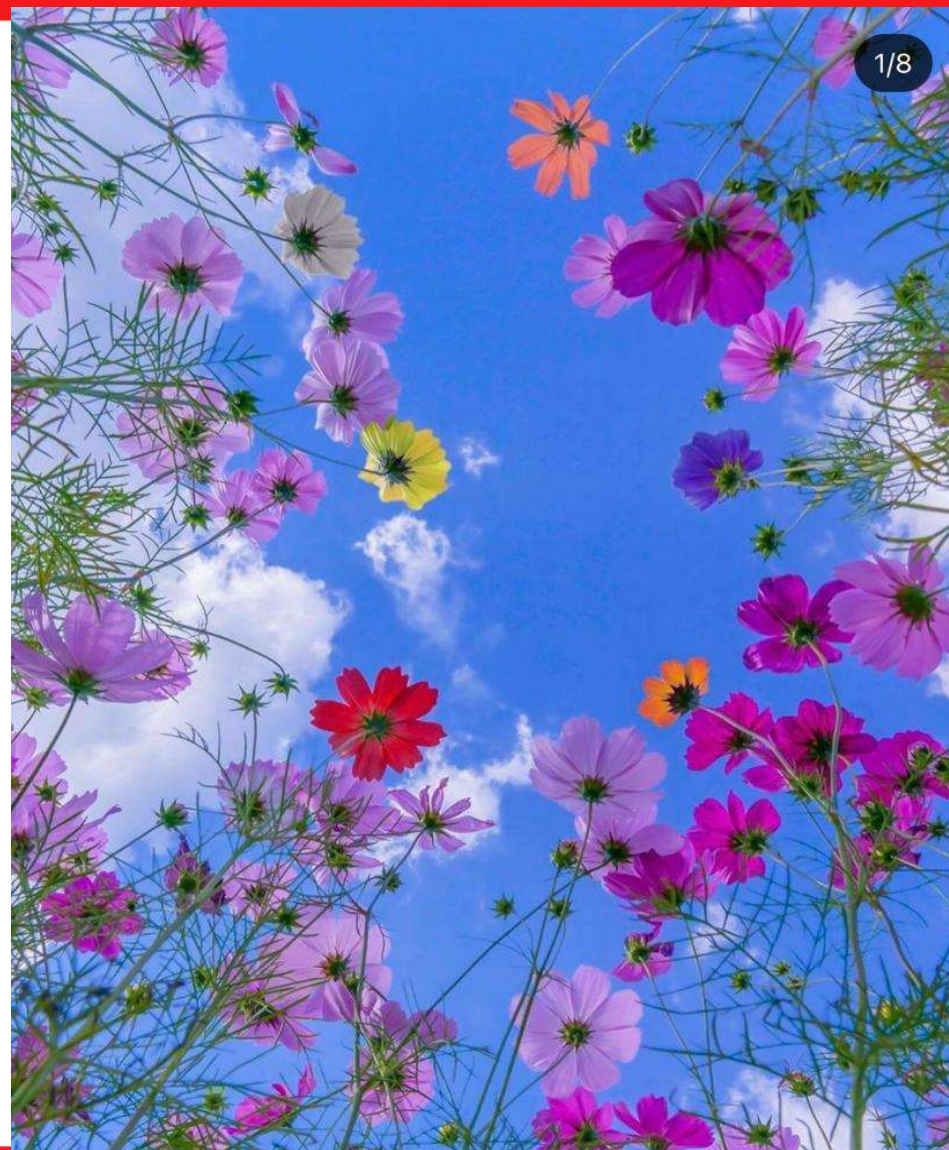


Adiktologie budoucnosti: Psychedelická terapie

- Schopnost přenést hluboké psych. obsahy do srozumitelné vědomé zkušenosti
- Náhled nad maladaptivními vzorci chování
- Generují emoční abreakce / katarze
- Dezintegrují lokální neuronové sítě=reparují abnormální duševní funkce („Inner Healer“)
- Zvyšují globální interkonektivitu = vznikají nová adaptivnější spojení („**PLASTICITA**“)
- Inhibují funkci mozku jako redukčního ventilu



Holotropic Breathwork a jiné intervence do změněných stavů vědomí

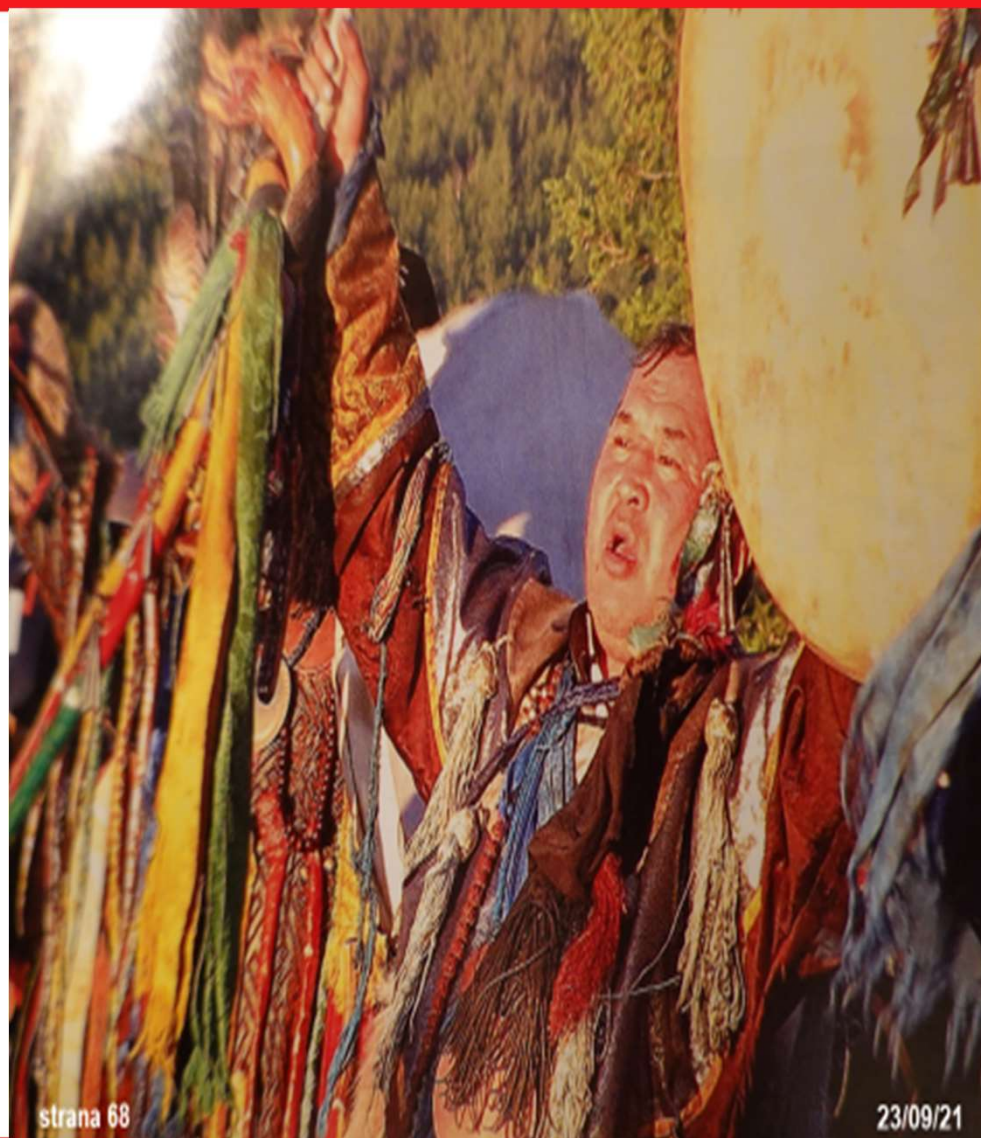


Psycho-spirituální intervence





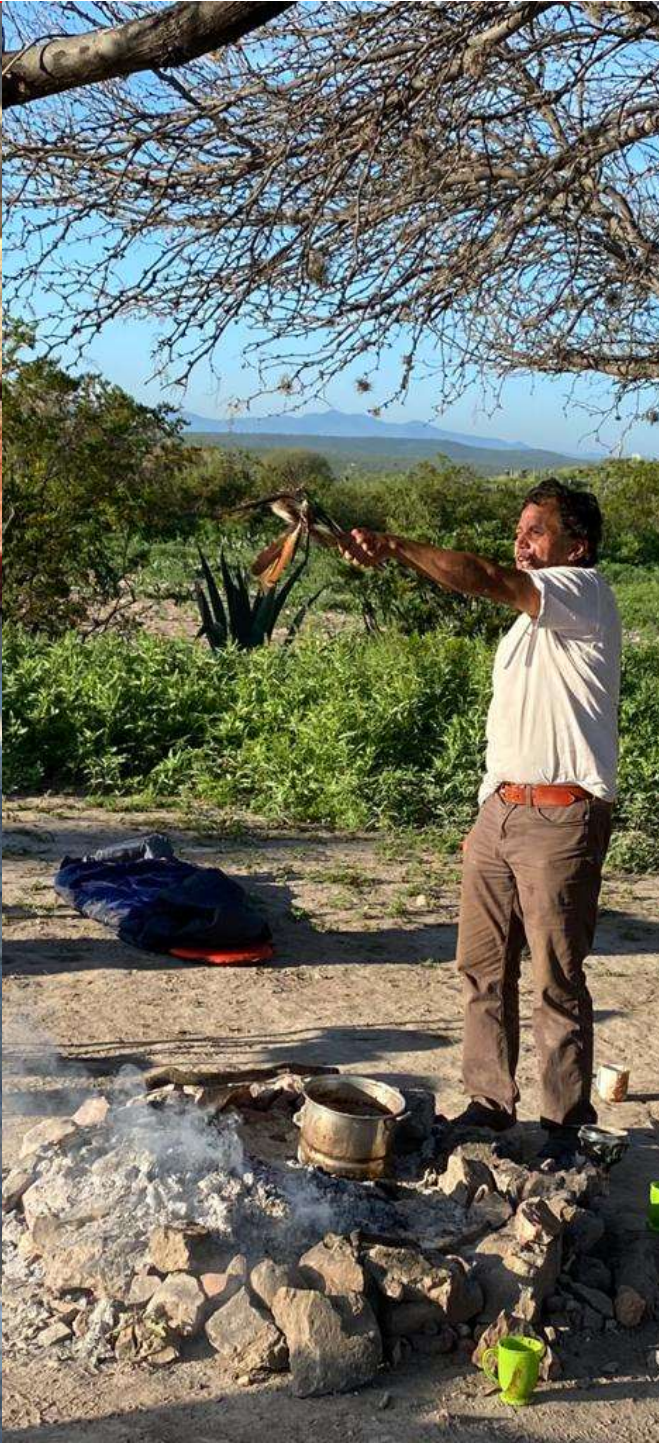
Šamanismus nebo ?



strana 68

23/09/21



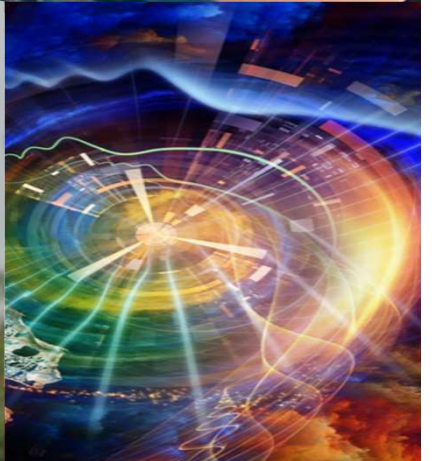








strana 69





Děkuji za pozornost