



závislostní chování dospívajících

Jana Kadlecová



centrum
adiktologické
prevence



obsah

- závislostní chování jako vývojový fenomén
- závislostní chování jako regulační strategie
- zdravý vývoj a podpora rozvoje autoregulace



„Dospívající činí mnohá rozhodnutí, o kterých by průměrné devítileté dítě prohlásilo, že to byla pitomost.“

Ronald E. Dahl, 2003

„Když mi bylo čtrnáct, můj otec byl největší hlupák pod sluncem. Když mi pak bylo jednadvacet, nestačil jsem se divit, jaký pokrok za těch sedm let starý pán udělal.“

Mark Twain

závislostní chování jako vývojový fenomén



VYHLEDÁVÁNÍ NOVÉHO

zvýšená touha po nových podnětech, uspokojení a odměně

SOCIÁLNÍ ZAPOJENÍ

zvýšená potřeba vrstevnického zrcadlení a nových kontaktů

EMOČNÍ INTENZITA

větší síla, hloubka a barvitost prožívání

TVŮRČÍ OBJEVOVÁNÍ

rozvoj identity a sebereflexe;
přemýšlení o smyslu života a budoucnosti





Vstup do rizika...

..., včetně experimentů se závislostním chováním, může lákat jako něco nového, co je potřeba vyzkoušet.

Znalost rizik není důvodem pro odmítnutí rizikové akce.

Podstupováním rizika a jeho „zvládnutím“ roste další ochota riskovat.



výhody

otevřenost ke
změnám, zážitky
dobrodružství

nevýhody

riskování,
hledání silnějších
podnětů

VYHLEDÁVÁNÍ NOVÉHO

zvýšená touha po
nových podnětech,
uspokojení
a odměně



Rizikové „vztahování se“...

...skrze využití modulačních vlastností psychoaktivních látek se zdá jako dobrá cesta ke sdílení, společné zábavě a usnadnění při navazování vztahů.

Touha po uznání a začlenění může být nositelem rizika.

Užívání návykových látek může být skupinou normalizováno. Identita se může vázat na skupinu, kde je užívání normou.



výhody

schopnost hlubších vztahů a týmové spolupráce, učí se sociální dovednosti

nevýhody

zážitky odmítnutí vrstevníky a nepochopení od dospělých.

SOCIÁLNÍ ZAPOJENÍ

zvýšená potřeba vrstevnického zrcadlení a nových kontaktů



Modulační účinek psychoaktivních látek

..se může zdát jako rychlá a úlevná cesta ke zmírnění zaplavujícího prožívání nebo naopak jako něco, co může potřebnou intenzitu přinést.

NL mohou dále některé biochemické procesy žadaným způsobem zesilovat nebo naopak zeslabovat.



výhody

dostupnost nadšení,
angažovanosti a
zájmu; vitalita

nevýhody

prožívání je intenzivní
a proměnlivé, takže
se často dostavují
pocity zaplavení;
reakce mohou být
unáhlené.

ZVÝŠENÁ EMOČNÍ INTENZITA

větší síla, hloubka a
barvitost prožívání



Účinky psychoaktivních látek...

...se mohou zdát jako něco, co může vypnout pochyby a přinést nové myšlenky, nezvyklé podněty a lákavou inspiraci.

Užívání může být vnímáno jako součást identity nebo jako nástroj sebepoznání.

Může dojít ke kognitivnímu ospravedlňování a bagatelizaci rizik.



výhody

tvořivost,
schopnost vidět
věci jinak, neotřelé
nápady, inovace

nevýhody

krize identity, ztráta
smyslu, nejistota
ohledně vlastního
místa ve světě

TVŮRČÍ OBJEVOVÁNÍ

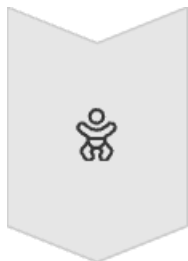
rozvoj identity a
sebereflexe;
přemýšlení o
smyslu života a
budoucnosti



vývoj regulace

Žádné dítě nedokáže samo rozvinout svou schopnost zacházení s vlastním prožíváním a psychofyzilogickým nabuzením.

Regulace se vyvíjí postupně, v interakci s pečujícími osobami.



regulace dospělým

Dítě potřebuje, aby mu s regulací pomáhal dospělý, který reaguje na jeho potřeby a pomáhá mu zvládat emoční stavy.



koregulace

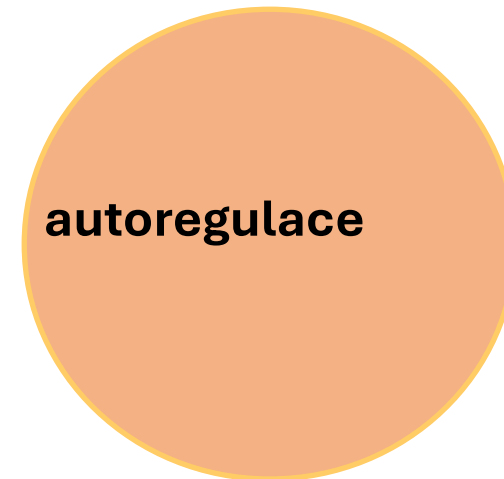
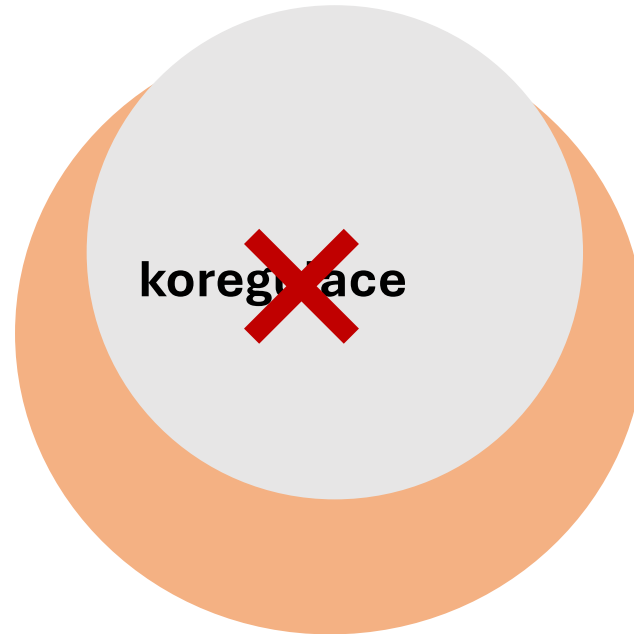
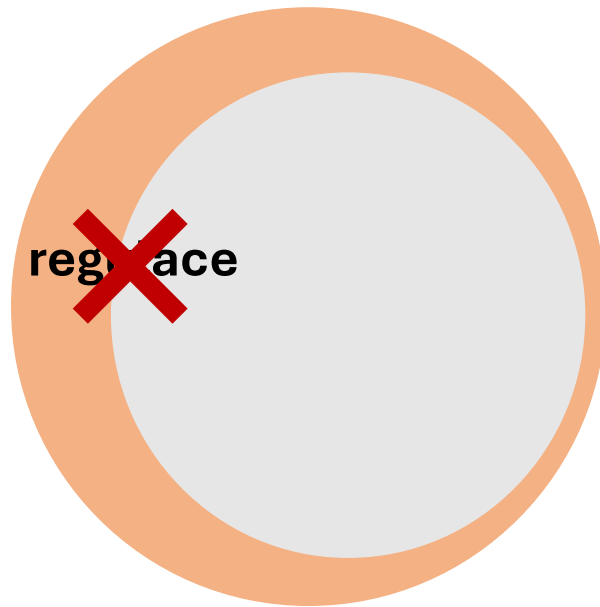
Dítě se učí regulovat prožívání spolu s dospělým, který funguje jako vzor a průvodce.



seberegulace

Postupně si zvládá pomáhat samostatně.

závislostní chování jako regulační strategie



potřeba
modulace
nebo
inhibice



zdravý vývoj a podpora rozvoje autoregulace dospívajících

- prostřednictvím podpůrného prostředí
- prostřednictvím vlastní stability a seberegulace
- prostřednictvím znalostí o tom, jak funguje vývoj a jaká je funkce chování
- prostřednictvím vztahu



Děkuji za pozornost.

Jana Kadlecová



centrum
adiktologické
prevence