

**Słuchajcie  
Zadawajcie pytania**

**Cały materiał będzie  
w poniedziałek na**

**[www.cps.edu.pl](http://www.cps.edu.pl)**

**Zakładka „Materiały”**

# Co się dowiecie?

- Dlaczego i jak ludzie się uzależniają?
- Podstawy pracy z uzależnionym
- Czynniki ryzyka czynniki ochronne
  - Jak się leczy?
  - Jak zapobiegać?

# Praca z uzależnionym

## Wykład 1

# Mózg i uzależnienia

Dr hab. prof. WSBiP Mariusz Jędrzejko

# Uzależnienia – od mitów do faktów

**Teza prof. pedagogiki:**

„...mój syna gra dużo w gry i się nie uzależnił. Od gier nie można się uzależnić”

Taka logika upoważnia do stwierdzenia: „...ten kto jeździ samochodem nie będzie miał wypadku”.

**ICD-10: video games cyberdisorder**

**Odpowiedź:**

jak się na czymś nie znasz, nie wypowiadaj się.

**Pytania:**

Czy wszystko uzależnia?

Czy są ludzie odporni na uzależnienie?

ICD-11  
DSM V

# Mózg – tam jest źródło

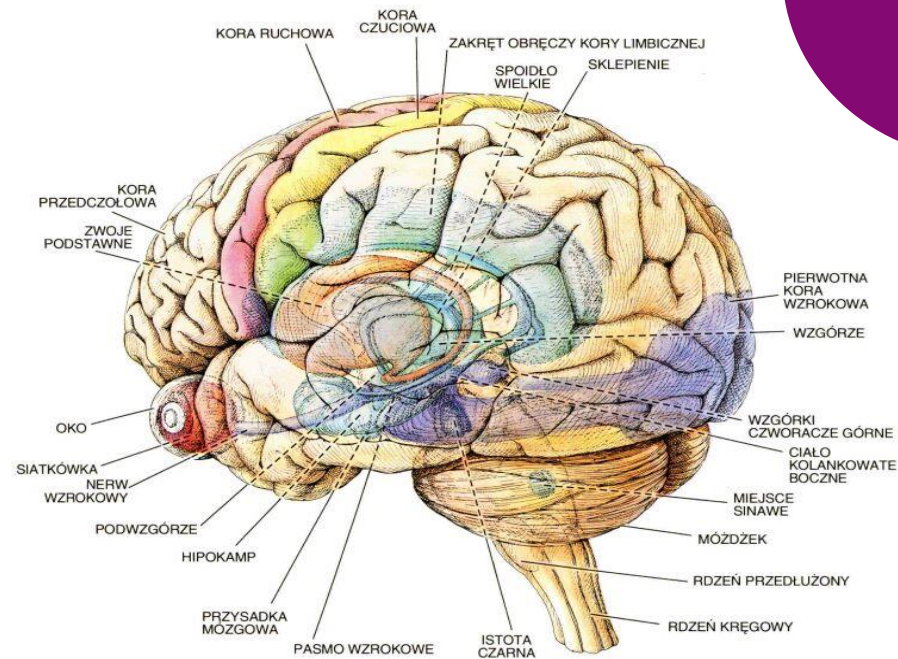
Konstrukcja  
psychobiologiczna

Bodźce  
środowiskowe

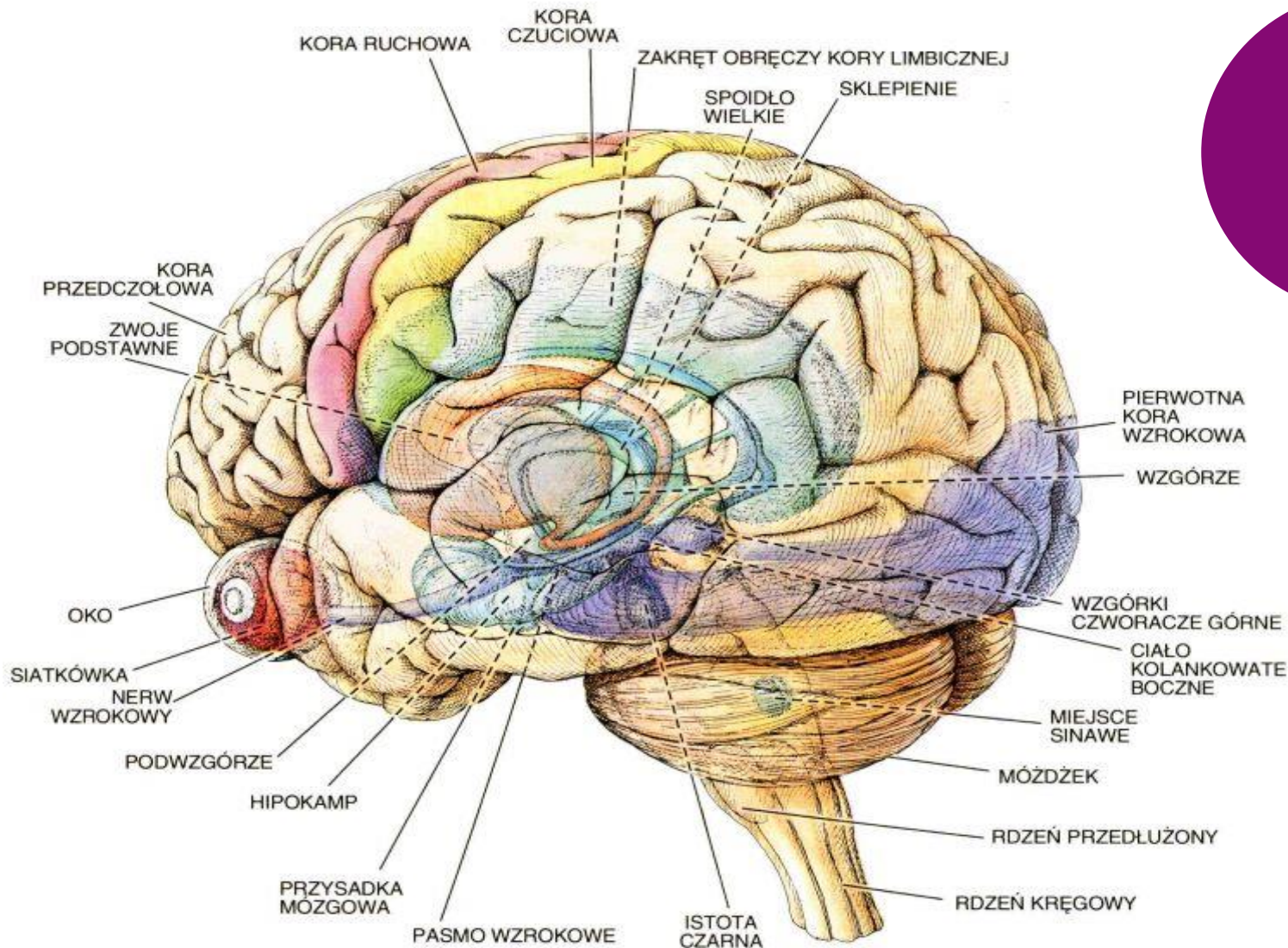
Bodźce chemiczne

Możliwości  
odreagowania

ICD-11  
DSM V



# Co lubi mózg?

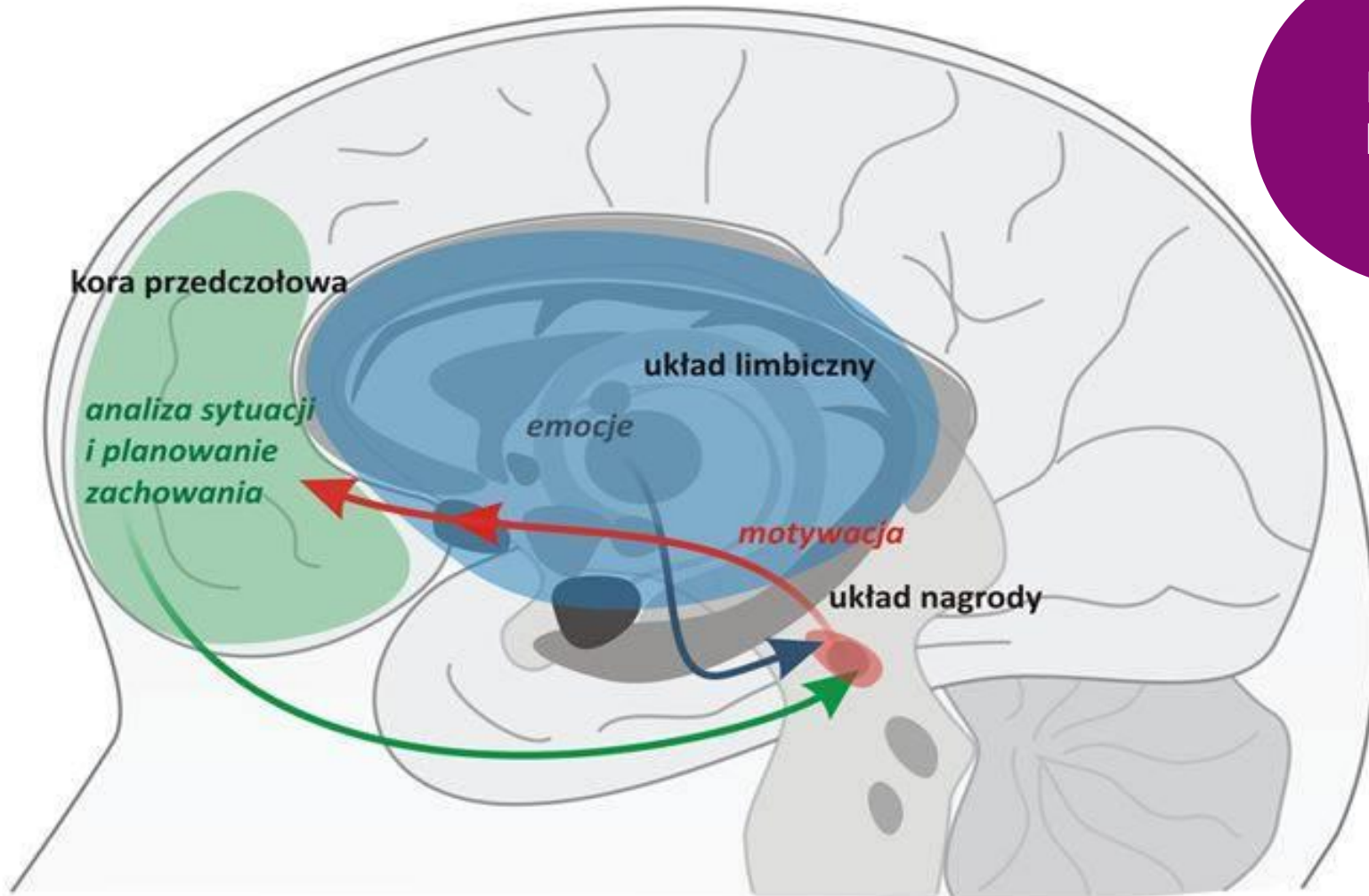


ICD-11  
DSM V



# Mózg – tam jest źródło

ICD-11  
DSM V



# Mózg – tam jest źródło



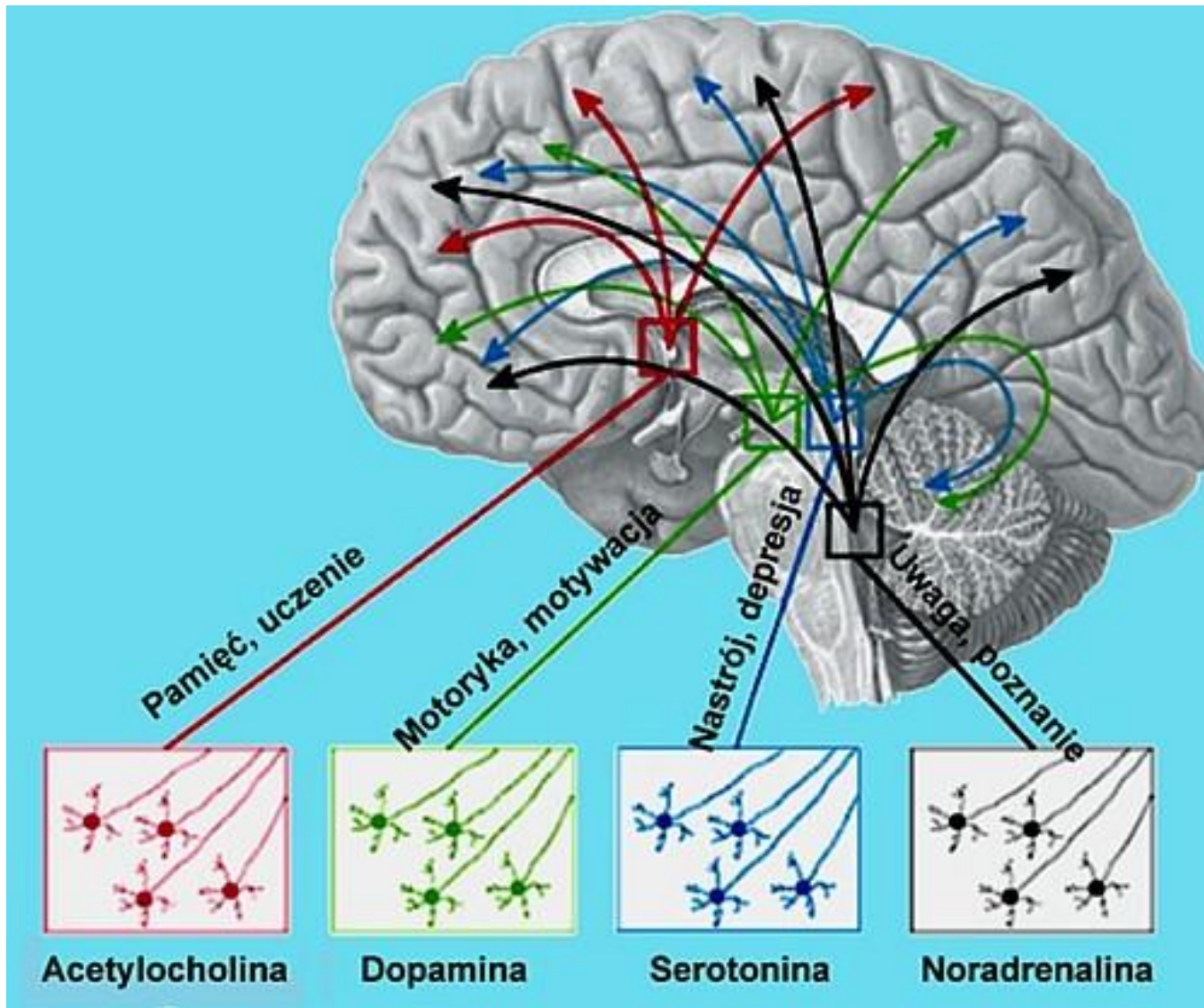
Neuroprzeekaźnik  
wzmocnienia:

- Motywacja
- Chęć do działania
- Emocje
- Euforia
- Relacje z ludźmi

Coś smacznego - wzrost o 50%  
Alkohol - skok o 200%  
Kokaina - skok o 800%



# Mózg – tam jest źródło

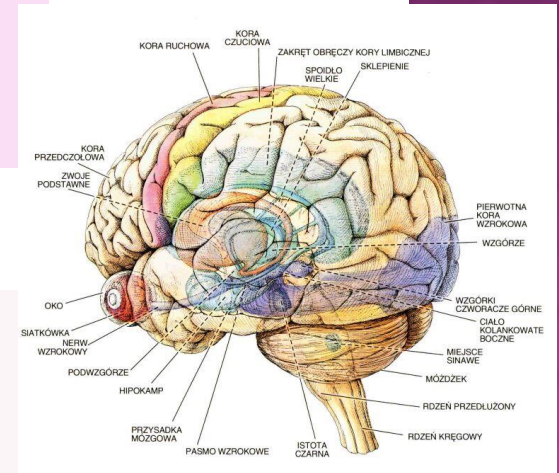


ICD-11  
DSM V

# NATURA UZALEŻNIENI

Niezdolność do  
opanowania pożądania -  
czegoś

Chciałbym – ale nie mogę  
Staram się – nie wychodzi  
Próbuję – wracam

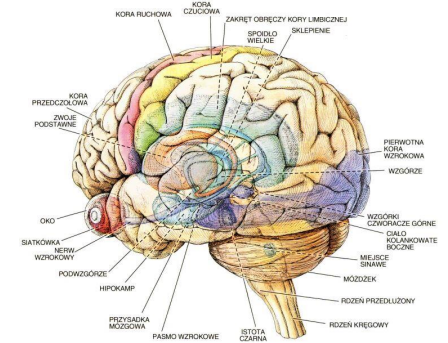


# Modele UZALEŻNIENI

## Model **moralny**

Człowiek ponosi całkowitą odpowiedzialność za swoje uzależnienie; Hedonista zainteresowany wyłącznie dążeniem do przyjemności, który nie zważa na uczucia innych;

Model wyrasta z fundamentalistycznego, religijnego przekonania, że uzależnienie jest oznaką moralnego zepsucia; Brak silnej woli łączy się z pojęciem grzechu; Model ten często stosowany jest wobec narkomanów.



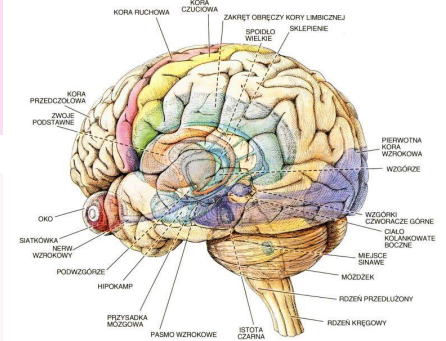
Teza nienaukowa: modlitwą można uleczyć człowieka

# Modele UZALEŻNIENI

## Model choroby

Człowiek jest zwolniony z odpowiedzialności za uzależnienie, ma wrodzone predyspozycje do uzależniania się od czynników zewnątrzpochodnych (badania dzieci alkoholików Goodwina 1979, badania z udziałem bliźniąt Kendlera 1992 i Prescottta 1999); Vaillant (1983)- badania podłużne z udziałem mężczyzn uzależnionych od alkoholu - depresje, lek i inne zaburzenia psychiczne są najprawdopodobniej konsekwencją zaburzenia, największym problemem tych badań było lekceważenie heterogeniczności uzależnienia od alkoholu.

Teza naukowa: chorobę można kontrolować

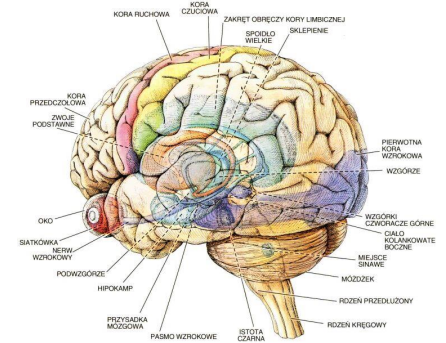


# Modele UZALEŻNIEŃ

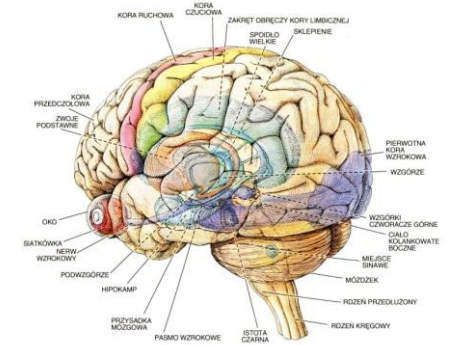
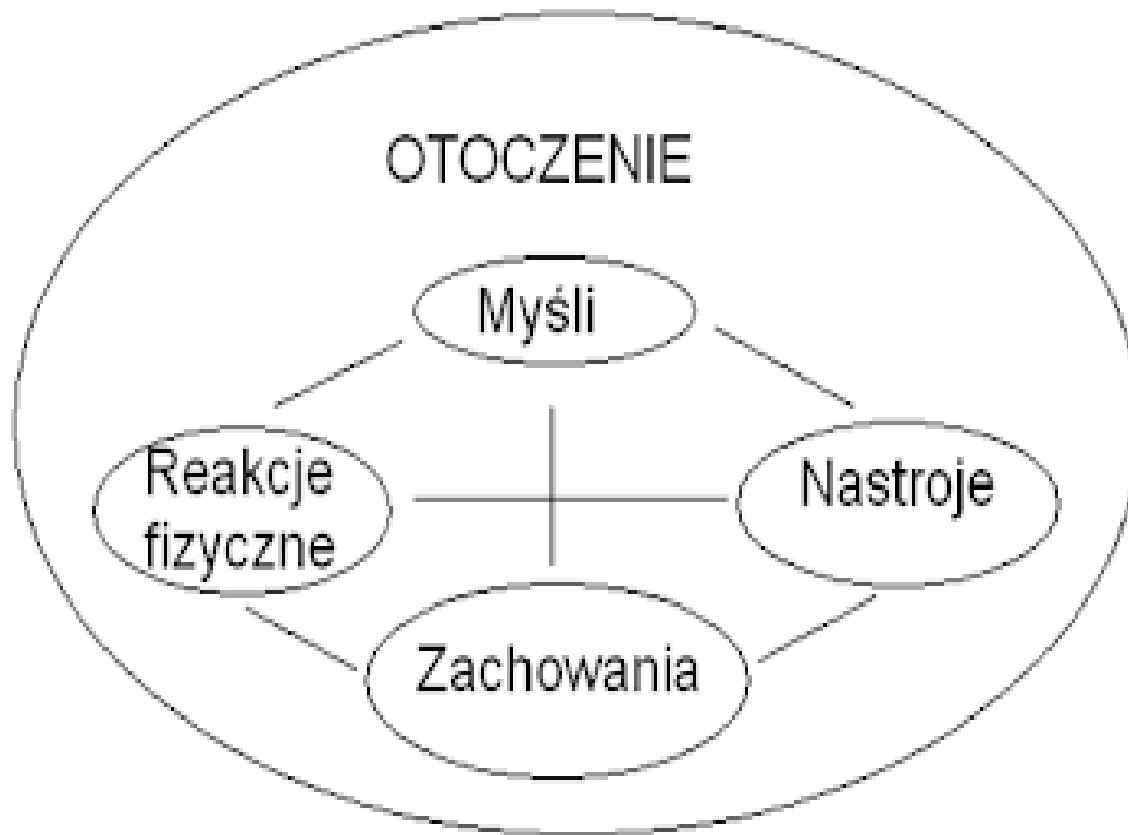
## Model psychodynamiczny

Myślenie psychodynamiczne sugeruje, że możemy dostać się do wnętrza tej choroby. Odszyfrować jej znaczenie i w efekcie odkryć głębsze, bardziej konstruktywne rozwiązanie. Pomaga zrozumieć motywy, jakie kryją się za kontynuowaniem używania substancji lub czynności, pomimo narastających negatywnych konsekwencji.

Teza naukowa: zajmujemy się nie tylko chorobą ale szerszymi predyktorami



# Wyzwalacze uzależnień

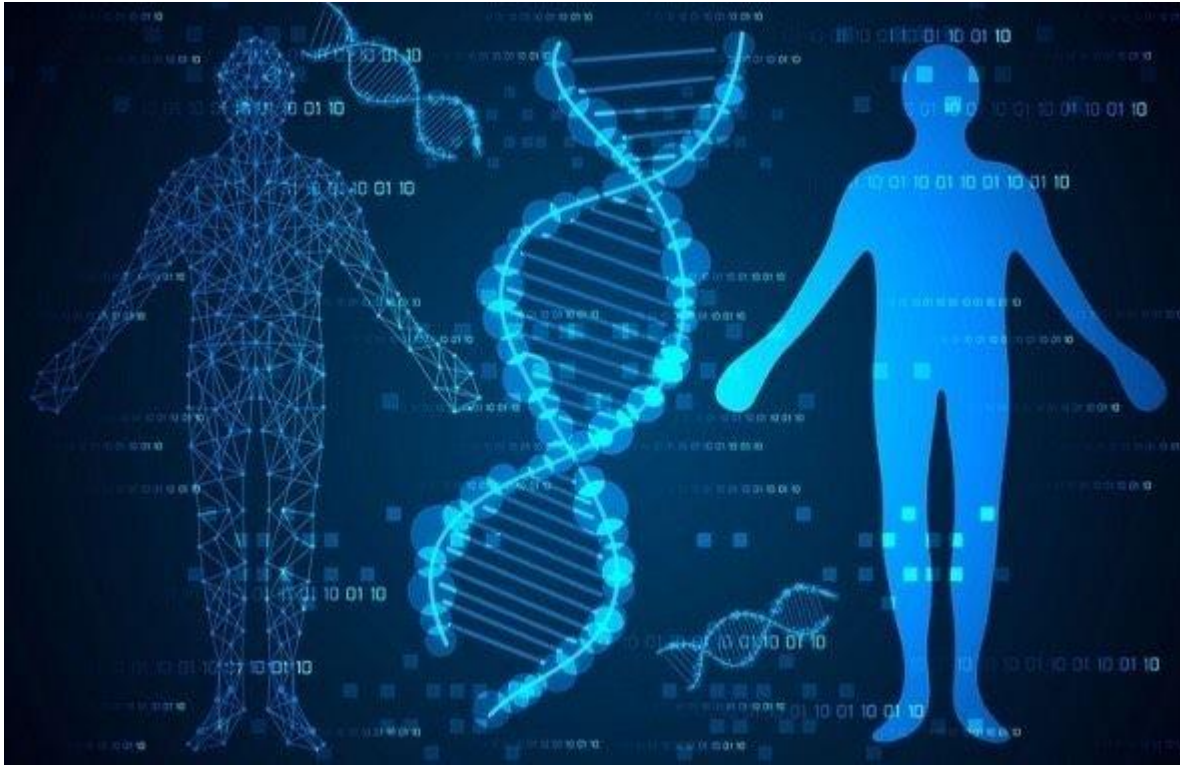






# NATURA UZALEŻNIENI

Uzależnienia chemiczne (substancje)



Uzależnienia behawioralne (czynności)

# NATURA UZALEŻNIENIĘĆ - płeć

Uzależnienia chemiczne (substancje)



Uzależnienia behawioralne (czynności)

# NATURA UZALEŻNIENIĘĆ - wiek

Uzależnienia chemiczne (substancje)



Uzależnienia behawioralne (czynności)

# NATURA UZALEŻNIENI

## Uzależnienia chemiczne

nikotyna (papierosy, e-papierosy)  
alkohol, narkotyki - NSP, leki, sterydy  
jedzenie - słodyczne

## Uzależnienia behawioralne (czynności)

pracoholizm, seksoholizm, hazard,  
zakupoholizm, tanoreksja, wizualizacje,  
cyberholizm

# NATURA UZALEŻNIENI

1.	W wielkiej skali	W mikro skali	W małej skali
2.	Stałe - utrwalone	Okresowe - czasowe	
3.	Interakcyjne	Indywidualne	
4.	Pojedyncze	Poli	
5.	Jedno przyczynowe	Wielo przyczynowe	
6.	O charakterze dewiacji negatywnych	Nie dewiacyjne	



# Ścieżka do UZALEŻNIEŃ

## Warunki

Wewnętrzne

Zewnętrzne

## Eksperyment

Samodzielny

Grupowy

## Używanie problemowe

Samodzielne

Grupowe

## Uzależnienie

Bodźce wewnętrzne

Bodźce zewnętrzne

czas



# Problemy społeczne

## Patologie społeczne

### Uzależnienia chemiczne

- alkoholizm
- nikotynizm
- narkomania
- lekomania
- bigoreksja
- anoreksja, bulimia
- nowe dopalacze
- inne substancje

### Uzależnienia nie chemiczne

- hazard
- seksoholizm
- pracoholizm
- uzależnienie od człowieka
  - tanoreksja
  - infoholizm
- od informacji
- wizualizacje

## Negatywne zjawiska społeczne

- ubóstwo i bieda
  - bezrobocie
  - rozwody
- młodościane matki
- dzieci w niepełnych rodzinach
  - rozłąka ekonomiczna
    - agresja
  - przemoc w rodzinie
- wyzysk ekonomiczny – szara strefa
  - mobbing

### Inne patologie

- prostytutka
- samobójstwa
- sekty i destrukcyjne kultury
  - dewiacje seksualne
    - pornografia
    - handel ludźmi
  - przestępczość
- agresywne subkultury

Tab. 1. Uzależnienie od substancji psychoaktywnych - terminologia<sup>[1]</sup>

Obecnie obowiązujące terminy wg ICD-10-11	Wcześniejsze synonimy terminu	Definicja terminu
<b>Substancja psychoaktywna</b>	Narkotyk, środki odurzające, używki	Każda substancja pochodzenia naturalnego lub syntetycznego działająca na OUN, określona w wykazie substancji psychotropowych.
<b>Używanie szkodliwe</b>	Nadużywanie	Sposób przyjmowania substancji psychoaktywnych, którego następstwem jest wystąpienie szkód zdrowotnych.
<b>Uzależnienie</b>	Narkomania, lekozależność, lekomania, nałóg, chemiozależność	Zespół zjawisk psychicznych lub fizycznych wynikających z działania tych środków lub substancji na organizm ludzki, charakteryzujący się zmianą zachowania lub innymi reakcjami psychofizycznymi.

<sup>[1]</sup> Opracowano na podstawie: K. Zajączkowski, Uzależnienia od substancji psychoaktywnych., s. 7; M. Jędrzejko, K. Piórkowska, Leksykon narkomanii, Wyższa Szkoła Humanistyczna im. Aleksandra Gieysztora, Pułtusk, 2004, s. 170, 184.

## Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM):

**uzależnienie jest przymusem**  
używania substancji, zbędnej z  
medycznego punktu widzenia, która  
prowadzi do pogorszenia stanu zdrowia  
lub upośledzenia funkcjonowania  
społecznego.



Abyśmy mogli mówić o uzależnieniu w trakcie ostatnich 12 miesięcy powinny występować co najmniej **trzy** z wymienionych w poniższej tabeli kryteriów uzależnienia

## Kryteria

### 1. Tolerancja:

a) **potrzeba zażycia coraz większej dawki** substancji, w celu osiągnięcia podobnego stanu co wcześniej; trzeba więcej lub/i dłużej

b) coraz słabszy efekt działania dotychczasowej dawki substancji - czynności

### 2. Objawy:

a) zespół abstynencyjny charakterystyczny dla danego rodzaju substancji - czynności

b) przyjmowanie tej samej (lub podobnej) substancji w celu zminimalizowania objawów abstynencyjnych lub ich uniknięcia

3. Przyjmowanie większej dawki substancji lub przez dłuższy okres czasu niż to było w zamiarze; dłuższe wykonywanie czynności

4. Usilna potrzeba zażywania substancji lub nieudane próby kontrolowania jej przyjmowania

5. Koncentracja działań na uzyskaniu, zażywaniu substancji oraz uwalnianiu się od negatywnych skutków jej zażywania

6. Znacznie ograniczona aktywność społeczna i zawodowa lub jej zaprzestanie z powodu używania środka

# Wnioski

## A. **Podaż**

B. Spodziewane  
następstwa -  
oczekiwania

C. Uwarunkowania  
biologiczne

D. Uwarunkowania  
psychiczne





# Wnioski

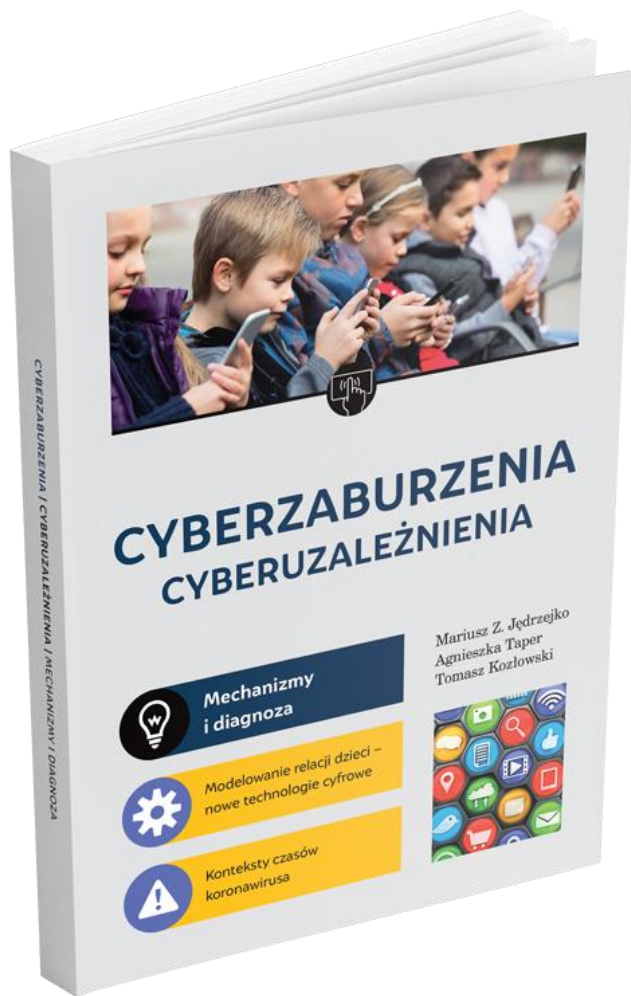
## Jest mi dobrze

Atomizacja  
oczekiwań

Zdeterminowanie w  
drodze do celu

Wycofanie





**Wydawnictwo WSBiP**  
**Ostrowiec Świętokrzyski**  
[biglowna@wsbip.edu.pl](mailto:biglowna@wsbip.edu.pl)



**Fundacja**  
**Bonum Humanum**  
[leszek@bonumhumanum.pl](mailto:leszek@bonumhumanum.pl)

**15 minut  
przerwy**

