

EFEKTIVITA KBT U OSOB VE VÝKONU TRESTU ODNĚTÍ SVOBODY

ÚVOD DO PROBLEMATIKY

KOGNITIVNĚ BEHAVIORÁLNÍ TERAPIE (KBT)

Kognitivně behaviorální terapie (dále KBT) je terapeutický směr, který vznikl v průběhu druhé poloviny 20. století jakožto kombinace behaviorálního a kognitivního přístupu. Vznik KBT je spojován se jmény dvou amerických psychologů - Albertem Ellisem a Aaronem Beckem. Jedná se o převážně krátkodobou, strukturovanou a na dovednosti zaměřenou terapii. KBT cílí na změnu maladaptivních kognitivních schémat pacienta - tedy jeho maladaptivních myšlenek a přesvědčení. Od doby svého vzniku byl tento psychoterapeutický směr využíván k léčbě mnoha různých duševních onemocnění i psychosomatických projevů (např. insomnie) (Randall et al., 2019).

U osob ve výkonu trestu odnětí svobody je v rámci KBT důraz kladen především na nácvik morálního chování a uvažování, kognitivní restrukturaci a nácvik kognitivních dovedností (Wilson et al., 2010).

Psychický stav a rizika u vězňů

Vězeňské prostředí a vstup do něj může být pro jedince velmi stresující událostí. Proto bývá spojován s řadou zdravotních i psychických obtíží, přičemž nezřídka se jednotlivé obtíže vyskytují společně nebo jedna figuruje jako spouštěč dalších. Například chronická insomnie může u jedinců ve VTOS spouštět projevy agrese, impulsivity, deprese nebo až suicidální tendence (Randall et al., 2019). Je odhadováno, že 10-20 % osob ve VTOS má diagnózu deprese (Fazel & Seewald, 2012), 4% trpí psychotickým onemocněním a prevalence posttraumatické stresové poruchy, (Goff et al., 2007), úzkostné poruchy či poruch osobnosti je mnohem vyšší než u běžné populace (Butler et al., 2006; Trestman et al., 2007).

Mezi psychické obtíže osob ve VTOS patří například:

- deprese
- sebepoškozování
- úzkost
- distres
- insomnie
- agrese a konfliktní chování

Často skloňovaným pojmem je v této souvislosti "recidiva", tedy opětovné spáchání trestné činnosti. Jedním z významných cílů terapie u osob ve výkonu trestu odnětí svobody je právě snaha o redukci míry recidivy u pachatelů trestné činnosti.

STUDIE

Effects of Individual and Group Cognitive-Behavioral Therapy for Male Prisoners in Iran

- Mohammad Khodayarifard, Mohsen Shokoohi-Yekta, Gregory E. Hamot

- pohlíží na účinnost z hlediska recidivy
- individuální x skupinové KBT
- 180 mužů, Írán
- došlo ke zlepšení psychického stavu u vězňů
- průběh: skupina s individuální kognitivně-behaviorální terapií, skupina s individuální a skupinovou KBT a kontrolní skupina (žádná terapie)
- použili: General Health Questionnaire (GHQ-28), Symptom Checklist-90-Revised (SCL-90-R)
- zjištění: obě metody zlepšují psychický stav vězňů a snižují jejich symptomy, ale kombinovaná léčba je účinnější než individuální terapie; při jednoletém sledování po propuštění je recidiva nulová u chovance, který měl kombi KBT, návratnost účastníků v kontrolní skupině je 15 %; výsledky studie ukazují, že jak individuální, tak skupinová KBT jsou účinné při snižování psychických symptomů
- došlo k celkovému zlepšení well-beingu u vězňů

Cognitive Behavioural Suicide Prevention for Male Prisoners: A pilot randomised controlled trial

- D. Pratt, N. Tarrier, G. Dunn, Y. Awenat, J. Shaw, F. Ulph, P. Gooding

- zaměření na zvýšené riziko sebevražd u vězňů
- zkoumali, jakým způsobem dojde ke zlepšení rizika zavedení kognitivně-behaviorální prevence sebevražd u mužských vězňů
- 31 mužů, Anglie
- zapojeni ti vězni, kteří vykazovali sebevražedné myšlenky a sebepoškozování
- vedlo ke klinicky relevantním zlepšením - více než polovina měla zlepšení oproti kontrolní skupině
- bylo zjištěno, že terapie CBSP je spojena se zlepšením sebepoškozujícího chování
- dobré pro prevenci sebevražd - ale dlouhodobě

Mental disorders and mental health symptoms during imprisonment: A three-year follow-up study

- Caroline Gabryschl, Rosemarie Fritsch, Stefan Priebe, Adrian P. Mundt

- Jižní Amerika - Santiago de Chile - 73 mužů
- deprese, psychózy, sebevražedné tendence
- nejdříve je posoudili při příjmu a pak následně po 3 letech
- použili: Mini International Neuropsychiatric Interview and the Symptom-Check-List 90 Revised (SCL-90-R)
- během 3 let se zlepšuje psychický stav - zejména v případě: práce za odměnu nebo studium během uvěznění

- prevalence závažných duševních chorob včetně deprese a psychotických poruch byla při 3letém sledování významně nižší než při nástupu do vězení
- lidé s depresí na začátku vykazovali výrazné zlepšení psychologických příznaků, zatímco lidé s psychózou měli na začátku nejmenší zlepšení příznaků při sledování

Managing Acute Insomnia in Prison: Evaluation of a “One-Shot” Cognitive Behavioral Therapy for Insomnia (CBT-I) Intervention

- Charlotte Randall, Sara Nowakowski, and Jason G. Ellis

- Cíle studie:
 - stanovit předběžnou účinnost jednorázové CBT-I intervence u mužských vězňů s akutní insomnií
 - sekundární cíl - zda léčba také snižuje příznaky deprese a úzkosti
- Spojené Království
- 30 mužů ve VTOS ve věku 21-60 let, kteří trpí akutní insomnií definovanou dle všech kritérií DSM V (American Psychiatric Association, 2013)
- bez kontrolní skupiny
- one-shot CBT-I (CBT for Insomnia) intervence
→ jedná se vlastně o single CBT-I session
- Úvodní setkání - Participantů obdrželi spánkový deník + vyplnili 3 dotazníky (Insomnia Severity Index, Patient Health Questionnaire a Generalized Anxiety Disorder) pro posouzení výchozího stavu.
- Intervenční sezení - 1 týden po úvodním setkání
- Follow-up setkání 4 týdny po intervenčním setkání. Na follow-upu byly od participantů vybrány spánkové deníky a participantů vyplnili stejné dotazníky jako při úvodním setkání. Následoval debriefing a nabídka možného doporučení následné péče.
- Párové t-testy ukázaly, že účastníci zaznamenali významné snížení symptomů souvisejících s nespavostí ($t[29] = 12.65, p < 0.001$)
- Významné snížení bylo také pozorováno u úzkostné ($t[29] = 5.03, p < 0.001$) i depresivní symptomologie ($t[29] = 4.88, p < 0.001$).

Outcomes of Psychological Therapies for Prisoners With Mental Health Problems: A Systematic Review and Meta-Analysis

- Isabel A. Yoon, Karen Slade, Seena Fazel

- systematická review A meta-analýza 37 studií z Velké Británie, Číny, Indie, Íránu, Norska, Španělska a Spojených států amerických (přičemž 26 studií pocházelo ze Spojených států)
- 2,761 vězňů, 59 % mužů
- cíl: provést effect size a kvalitativní analýzu terapií ve vězení
- random-effects pooled effect size byl 0.50 , což představuje středně velký účinek
- největší účinek byl objeven obzvláště u depresivních poruch

- U KBT a terapií založených na všímavosti prokázaly výsledky studie zlepšení symptomů deprese a úzkosti u vězňů, u nichž nebyla zavedena žádná předchozí léčba - přičemž terapie založené na všímavosti vykazovaly vyšší velikosti účinku než KBT

The Positive Effects of Cognitive-Behavioral Programs for Offenders: A Meta-Analysis of Factors Associated with Effective Treatment

Nana A. Landenberger & Mark W. Lipsey

- systematická review, metaanalýza 58 randomizovaných i non-randomizovaných experimentálních a kvaziexperimentálních studií, které zkoumaly efekt KBT u pachatelů trestných činů
- byli zahrnuti jak dospělí, tak i mladiství pachatelé TČ
- poskytovaná kognitivně-behaviorální terapie se ve studiích liší co do frekvence terapie, metod, probíraných témat (např. redukce vzteku, nácvik interpersonálních vzorců chování apod.)
- cílem metaanalýzy bylo provést analýzu účinku kognitivně-behaviorální terapie, zejména ve vztahu k míře recidivy
- výsledky této metaanalýzy přinesly zjištění, že KBT má signifikantní pozitivní efekt na míru recidivy
- míra recidivy je u pachatelů podstupujících KBT o 27% nižší než u kontrolních skupin (bez kognitivně-behaviorální terapie)
- vysoký efekt terapie zejména u pachatelů s vysokým rizikem recidivy, protože mají více prostoru na zlepšení
- limitem metaanalýzy je, že dostatečně nezohledňovala některé možné intervenující proměnné
- účinek KBT je signifikantně vyšší, pokud je doprovázen dalšími psychologickými programy - např. poradenstvím v oblasti duševního zdraví, vzdělávacími programy apod.

A Quantitative Review of Structured, Group-Oriented, Cognitive Behavioural Programs For Offenders

-Wilson, D., Bouffard, L. and Mackenzie, D.

- systematická review, která se zabývala mírou recidivy u pachatelů po absolvování kognitivně-behaviorální terapie
- narativní i kvantitativní review vybraných relevantních studií
- zahrnuto celkem 20 studií, které splňovaly požadovaná kritéria (např. musely mít kromě experimentální skupiny i kontrolní, které nebyla poskytována KBT, poskytování skupinové terapie apod.)
- signifikantní efekt v redukci míry recidivy u pachatelů TČ
- zaměřeno na skupinové KBT terapie (8-12 osob ve skupině)
- pozitivní efekt má dle této metaanalýzy jak kognitivní restrukturační, tak i nácviky morálně správného chování a uvažování

- největší účinek měla MRT - terapie založená na nácviku morálního chování a uvažování

Effects of group cognitive-behavioral therapy on psychological distress of awaiting-trial prison inmates

Amoke, C. V. , Ede, M. O. , Nwokeoma, B. N. , Onah, S. O. , Ikechukwu-Ilomuanya, A. B. , Albi-Oparaocha, F. C. , Nweke, M. L. , Amoke, C. V. , Amadi, K. C. , Aloh, H. E. , Anyaegbunam, E. N. , Nwajiuba, C. A. , Onwuama, O. P. , Ede, K. R. , Ononaiwu, A. I. & Nweze, T.

- studie hodnotí vliv kognitivně behaviorálního intervenčního programu (KBIP) na distres u vězňů čekajících na soudní líčení
- 34 mužů, Nigérie
- 2 randomizované skupiny: 20 účastníků podstupujících KBIP a 18 účastníků v kontrolní skupině (bez terapie)
- kritéria výběru účastníků: více než 7 měsíců dlouhý pobyt ve vězení bez soudu; mírná až těžká úroveň pocítovaného distresu; absence psychického onemocnění
- metody: Perceived emotional distress inventory (PEDI) a General health Questionnaire (GHQ-12)
- Kognitivně behaviorální intervenční program: vznikl na základě KBT od Becka; skupinový program; 12 týdnů (1 dvouhodinová lekce týdně); cílem je snížení míry psychologického distresu a zlepšení wellbeingu vězňů čekajících na soudní líčení
- výsledky: kognitivně behaviorální intervenční program má signifikantní vliv na snížení distresu; benefity intervenčního programu mohou přetrvávat v čase na základě zjištění z follow-up měření (6 měsíců od intervence)

Efficacy of prison-based cognitive behavioral rehabilitation intervention on violent sexual behaviors among sex offenders in Nigerian prisons

Nwokeoma, B. N. , Ede, M. O. , Ugwuanyi, C. , Mezieobi, D. , Ugwoezuonu, A. U. , Amoke, C. , Egenti, N. T. , Nwosu, N. , Oforka, T. O. , Victor-Aigbodion, V. , Offordile, E. E. , Ezech, N. E. , Eze, C. O. , Eluu, P. E. , Ugwuanyi, B. E. , Uzoagba, N. C. , Ugwonna, G. O. , Chukwu, C. L. , Amadi, K. C. & Eseadi, C.

- studie reaguje na zvyšující se recidivu u pachatelů s násilným sexuálním chováním
- cíl: účinnost Prison-based cognitive behavioral rehabilitation intervention (PCBRI) na násilné sexuální chování sexuálních delikventů
- 45 mužů, Nigérie
- 2 randomizované skupiny: 23 účastníků podstupujících PCBRI program a 22 v kontrolní skupině (bez terapie)
- metody: Compulsive sexual behavior inventory (CSBI) a Hypersexual behavior inventory (HBI)

- PCBRI program: 16 týdnů, (1 lekce týdně o 90 minutách)
- výsledky: PCBRI program v porovnání s kontrolní skupinou ukázal signifikantní efekt na léčbu násilného sexuálního chování; follow-up testy 6 měsíců od terapie PCBRI programem prokázaly významné snížení násilného sexuálního chování u těch účastníků, kteří terapii podstupovali; využití programu čerpající z KBT má vliv na snížení počtu recidiv

LIMITY VÝZKUMŮ

- malá kontrola prostředí - tedy denní rutina daného vězení + nemožnost eliminace některých intervenujících proměnných, zejména v podobě rušivých elementů (hluk, přítomnost personálu apod.)
- absence kontrol u některých studiích - z etických důvodů
- relativně krátké follow-upy u některých studiích (1 měsíc)
- malé množství zahrnutých studií u některých metaanalýz
- malý vzorek - významně jen muži
- terapeuti provádějící KBT nemusí mít dostatek zkušeností a dostatečné dovednosti, na základě čeho může docházet k rozdílným výsledkům v efektivitě KBT napříč studiemi (rozdíl je tedy dán osobnostmi a schopnostmi terapeuta)
- kontrolní skupina nedostávala žádnou formu léčby - příští studie by měly dbát o zapojení i kontrolní skupiny (zadávání smysluplných úkolů; možnost alternativní intervence)

ZÁVĚR REŠERŠE

- KBT má u vězňů účinnost - nejen v otázce recidivy, ale snižuje i další problémy, se kterými se potýkají.
- Snížená míra recidivy je dána osvojením si lepších vzorců chování, získáním náhledu na myšlenky, emoce a dále také stabilizací psychického stavu.
- KBT přispívá k pocitu zlepšení celkového wellbeingu, který si vězni mohou přenést i do života po uplynutí trestu.
- Skupinová terapie má větší účinnost oproti individuální - ideální je jejich kombinace.
- Ideální je KBT kombinovat s jinými směry a dávat vězňům možnosti do budoucna (práce, vzdělání,...).
- KBT je uplatnitelná v rozdílných kulturních a náboženských prostředích.
- KBT by se mohla využívat nejen přímo ve věznicích, ale již dříve jako podpůrná metoda tam, kde by se mohly vyskytovat určité problematické jevy. Prvky KBT by mohli využívat sociální pracovníci při práci s určitou sociální skupinou či přímo v terénní práci, dále například v zájmových skupinách, ve školách nebo v církevních organizacích.

SEZNAM ZDROJŮ

Amoke, C. V. , Ede, M. O. , Nwokeoma, B. N. , Onah, S. O. , Ikechukwu-Ilomuanya, A. B. , Albi-Oparaocha, F. C. , Nweke, M. L. , Amoke, C. V. , Amadi, K. C. , Aloah, H. E. , Anyaegbunam, E. N. , Nwajiuba, C. A. , Onwuama, O. P. , Ede, K. R. , Ononaiwu, A. I. & Nweze, T. (2020). Effects of group cognitive-behavioral therapy on psychological distress of awaiting-trial prison inmates. *Medicine*, 99 (17), e18034. doi: 10.1097/MD.00000000000018034.

Awenat, Y., Dunn, G., Gooding, P., Pratt, D., Tarrier, N., Shaw, J., & Ulph, F. (2015). Cognitive-behavioural suicide prevention for male prisoners: a pilot randomized controlled trial. *Psychological medicine*, 45(16), 3441–3451. <https://doi.org/10.1017/S0033291715001348>

Butler, T., Andrews, G., Allnutt, S., Sakashita, C., Smith, N. E., & Basson, J. (2006). Mental disorders in Australian prisoners: A comparison with a community sample. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 40, 272–276. <http://dx.doi.org/10.1080/j.1440-1614.2006.01785.x>

Fritsch, R., Gabrysch, C., Mundt, A. P., & Priebe, S. (2019). Mental disorders and mental health symptoms during imprisonment: A three-year follow-up study. *PloS one*, 14(3), e0213711. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0213711>

Gillernová, I. A. kol. (2020). *Kapitoly Z Forezní Psychologie*. Karolinum Press.

Goff, A., Rose, E., Rose, S., & Purves, D. (2007). Does PTSD occur in sentenced prison populations? A systematic literature review. *Criminal Behaviour and Mental Health*, 17, 152–162. <http://dx.doi.org/10.1002/cbm.653>

Grambal, A., Možný, P., Praško, J., Šlepecký, M., & Vyskočilová, J. (2019). *Skupinová kognitivně-behaviorální terapie*. Grada Publishing.

Hamot, G. E. Khodayarifard, M., & Shokoohi-Yekta, M. (2010). Effects of individual and group cognitive-behavioral therapy for male prisoners in iran. *International journal of offender therapy and comparative criminology*, 54(5), 743–755. <https://doi.org/10.1177/0306624X09344840>

Nwokeoma, B. N. , Ede, M. O. , Ugwuanyi, C. , Mezieobi, D. , Ugwoezuonu, A. U. , Amoke, C. , Egenti, N. T. , Nwosu, N. , Oforka, T. O. , Victor-Aigbodion, V. , Offordile, E. E. , Ezech, N. E. , Eze, C. O. , Eluu, P. E. , Ugwuanyi, B. E. , Uzoagba, N. C. , Ugwonna, G. O. , Chukwu, C. L. , Amadi, K. C. & Eseadi, C. (2019). Efficacy of prison-based cognitive behavioral rehabilitation intervention on violent sexual behaviors among sex offenders in Nigerian prisons. *Medicine*, 98 (29), e16103. doi: 10.1097/MD.00000000000016103.

Randall, C., Nowakowski, S., & Ellis, J. G. (2019). Managing Acute Insomnia in Prison: Evaluation of a "One-Shot" Cognitive Behavioral Therapy for Insomnia

(CBT-I) Intervention. *Behavioral sleep medicine*, 17(6), 827-836.
<https://doi.org/10.1080/15402002.2018.1518227>

Roubal, J., & Vybíral, Z. (2010). *Současná psychoterapie*. Portál.

Trestman, R. L., Ford, J., Zhang, W., & Wiesbrock, V. (2007). Current and lifetime psychiatric illness among inmates not identified as acutely mentally ill at intake in Connecticut's jails. *Journal of the American Academy of Psychiatry and the Law*, 35, 490-500.

Wilson, S. J., Nutt, D. J., Alford, C., Argyropoulos, S. V., Baldwin, D. S., Bateson, A. N., Gringras, P. (2010). British Association for Psychopharmacology consensus statement on evidence-based treatment of insomnia, parasomnias and circadian rhythm disorders. *Journal of Psychopharmacology*, 24(11), 1577-1601.
[doi:10.1177/0269881110379307](https://doi.org/10.1177/0269881110379307)

Yoon, I. A., Slade, K., & Fazel, S. (2017). Outcomes of Psychological Therapies for Prisoners With Mental Health Problems: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of consulting and clinical psychology*, 85(8), 783-802.
<https://doi.org/10.1037/ccp0000214>