

INSTITUTO TECNOLÓGICO Y DE ESTUDIOS SUPERIORES DE OCCIDENTE

Reconocimiento de validez oficial de estudios de nivel superior según acuerdo secretarial
15018, publicado en el Diario Oficial de la Federación el 29 de noviembre de 1976.

Departamento de Psicología, Educación y Salud

MAESTRÍA EN PSICOTERAPIA



LA RECONFIGURACIÓN DE LA IDENTIDAD DE PERSONAS CON PROBLEMAS DE ADICCIONES: UNA PERSPECTIVA PSICOESPIRITUAL

Tesis que para obtener el grado de

MAESTRO EN PSICOTERAPIA

Presentan: Lic. Álvaro Nieto Romero

Asesora: Elba Noemí Gómez Gómez

San Pedro Tlaquepaque, Jalisco. Agosto de 2017.

Agradecimientos

En especial al AMIGO de siempre,
a la Doctora Noemí Gómez Gómez
por acompañarme en la realización de este trabajo,
a las personas que compartieron su experiencia,
a mi familia nuclear y a mi familia Misioneros del Espíritu Santo
por el apoyo que me han brindado.

I.- RESUMEN

Las adicciones constituyen, sin duda, un grave problema social. Su desarrollo parece difícil de detener porque han encontrado un terreno que les brinda las condiciones necesarias que favorecen su crecimiento y proliferación; por una parte, la facilidad para acceder a ellas y por otra, el significado que han adquirido en la vida del ser humano: una necesidad, un aliciente, una manera de evasión y/o de integración a algún grupo o pandilla. En nuestra sociedad actual constatamos que va en aumento acelerado el número de personas “principalmente jóvenes” que se encuentran involucradas en este problema.

El tema central de nuestro trabajo es la **adicción a las drogas**. Este fenómeno que afecta de manera trágica la vida de muchas personas, se manifiesta de distintas maneras, entre ellas: enfermedades, accidentes, conflictos familiares, muerte etc. Frente a tales situaciones, la psicoterapia ha intentado hacer su labor, sin embargo, ha sido importante constatar, los beneficios que puede obtener una persona, quien con el objetivo de reconstruir su **identidad** y en consecuencia mejorar su calidad de vida, se somete a un proceso de rehabilitación en el que se trabaja el campo **psicológico** y **espiritual** de manera simultánea.

Nuestra investigación se ha realiza desde el campo de la investigación cualitativa, el método que hemos aplicado ha sido estudio de caso, la técnica la entrevista en profundidad y nuestro referente empírico fueron 5 personas que vivieron un proceso de rehabilitación, las características que fueron tomadas en cuenta son las siguientes que tuvieron 10 o más años en abstinencia de cualquier tipo de droga y que estuvieran relacionados directamente con la problemática que pretendemos analizar.

II. PALABRAS CLAVE

1.- Adicciones

2.- Adicto

3.- Identidad

4.- Emociones

5.- Psicoespiritualidad

INDICE

I. Resumen	3
II. Palabras clave	4
III. Introducción – Justificación	7
IV. Problematización	14
V. Propósitos, Objetivo y pregunta de investigación	20
VI. Fundamentación teórica	21
6.1 Las adicciones	
6.1.1 Definición.....	21
6.1.2 El hábito.....	22
6.1.3 La dependencia.....	23
6.1.4 El término adicto.....	26
6.2 Alcohólico & Adicto	32
6.3 La Psicoespiritualidad	36
6.3.1 Psicoterapia.....	37
6.3.2 Espíritu - Espiritualidad.....	40
6.3.3 Psicoespiritual.....	45
VII. Fundamentación Metodológica	47
7.1 Origen del paradigma cualitativo	48
7.2 Debate entre cualitativo y cuantitativo	49
7.3 Investigación cualitativa	51

7.4 Estudio de caso.....	53
7.5 Entrevista en profundidad.....	56
7.6 Mapa heurístico.....	59
7.7 Referente empírico.....	60
VIII. Resultados.....	64
8.1 Sentido de pertenencia: un alivio para la soledad.....	65
8.1.1 Inestabilidad emocional: el síntoma.....	67
8.1.2 Del sentimiento al sentido de pertenencia.....	73
8.1.3 Hacia lo temido pero acompañado.....	83
8.2 La “enfermedad” emocional vs la reconfiguración identitaria.....	88
8.2.1 Del síntoma a la “enfermedad”.....	91
8.2.2 Una salida alterna.....	98
8.2.3 Querer y no poder.....	104
8.3 Espiritualidad: un proyecto de libertad y trascendencia.....	109
8.3.1 Un encuentro de fecundidad.....	116
IX. Conclusiones.....	128
9.1 Uno destruye y otro repara.....	128
9.2 Detrás de lo oscuro.....	130
9.3 De la destrucción a la espiritualidad.....	132
X. Anexos.....	138
XI. Referencias bibliográficas.....	140

*Compartirás tu pan con el hambriento...
entonces tu luz seguirá la aurora
y tus heridas sanarán rápidamente. Is. 58, 7*

III. INTRODUCCIÓN – JUSTIFICACIÓN

El presente trabajo es una investigación cuyo objetivo principal consistió en dar cuenta de una de las maneras de trabajar para lograr la reconfiguración de la identidad de personas adictas a partir de su involucración en un proceso de rehabilitación desde una perspectiva psicoespiritual; como preámbulo hemos tratado de definir y describir algunos de los conceptos de importancia capital que constituyen el eje central de nuestra temática: adicciones, adicto, identidad, emociones y Psicoespiritualidad. Para lograr nuestro objetivo, por una parte, consultamos bibliografía de autores que han abordado temáticas y problemáticas en torno a adicciones como la droga, por otra, nos acercamos a algunas personas que vivieron el problema de adicción a las drogas, que se mostraron dispuestos a compartir su experiencia; esto como preámbulo y primer contacto directo con el mundo de algunos adictos.

Esta investigación nos ha permitido encontrar elementos que favorecen una comprensión clara y profunda del tema de las adicciones, en concreto de la droga: su posible origen, desarrollo y sus consecuencias. Las perspectivas o postulados de autores que han abordado el tema de las adicciones fueron un apoyo importante en el acercamiento a la experiencia concreta de las personas que abordamos en la entrevista; nos permitimos hacer dialogar la teoría sobre

adicciones con la vivencia misma que algunos adictos nos ha compartido de su; de esta manera hemos adquirido la información sobre la problemática que nos propusimos abordar y que a la base tuvo como finalidad describir cómo puede ser posible la **reconfiguración de la identidad de un sujeto** adicto que ha realizado un trabajo de rehabilitación en algún centro AA; cabe mencionar que las teorías propuestas por autores con experiencia en adicciones ha sido sólo un apoyo en la elaboración del presente trabajo, ya que, la parte fundamental ha sido la información que nos compartieron las personas que fueron entrevistadas. Este recorrido nos ha llevado a dar respuesta a nuestra pregunta central que ha sido formulada de la siguiente manera: ¿Qué papel juega la dimensión psicoespiritual en un proceso de rehabilitación y de reconstrucción identitaria frente al problema de la adicción a la droga? Teniendo en cuenta la finalidad del trabajo se pensó en un texto con la siguiente estructura.

En un primer momento, abordamos el tema de las adicciones, en su definición y tipologías nos limitaremos a hacer mención de ellas para posteriormente concentrar nuestra atención en la adicción a la droga; para mayor precisión diremos que tanto en la literatura de los grupos AA como en algunos textos se usa indistintamente lo referente a una persona adicta o alcohólica, ya que en definitiva lo relevante para el grupo es tratar la adicción; alcohólico y alcoholismo es genérico para la persona que vive una adicción; el siguiente consistirá en abordar el tema de la dependencia, el cual está relacionado directamente con el tema de la identidad; y finalmente nos ocupamos en explicar el concepto “Psicoespiritualidad” y su relación con la psicoterapia.

Las adicciones son un fenómeno con un impacto mundial que va en crecida, no obstante, los daños que causan directa o indirectamente en la persona, la familia y la sociedad. Se constata que cada vez es más grande el número de hombres y mujeres que a corta edad tienen contacto con algún tipo de sustancias adictivas como droga o alcohol. Hasta hace algunos años se adjudicaba la adicción a

drogas como el sexo, la ludopatía, los gastos compulsivos, el tabaquismo etc., a las personas adultas, es decir, personas que superaban la mayoría de edad “18 años”.

La adicción a las drogas es una de las de mayor influencia o más extendidas a nivel mundial. El abuso en su consumo puede ocasionar daños **graves**; por esta razón, las drogas, en nuestro trabajo son abordadas bajo la connotación de “problema”. Citemos por ejemplo **el terrible** drama del sin sentido, vacío existencial que viven los adictos, las huellas que estos deja en la familia, desintegración, violencia etc., o las vidas malogradas de aquellas personas que por motivos varios se refugian en el consumo de sustancias. Las drogas son sustancias que cuando se consume en exceso puede dañar la vida de una persona en las áreas física, psíquica y social, a pesar de ello, se constata que cada vez es mayor el número de personas que consumen. La situación presenta una paradoja: es dañino, por tanto, son muchas las personas que lo consumen, ¿Por qué?

Siguiendo la información que nos presenta la OMS (2013) se estima que en “2011 había entre 167 y 315 millones de usuarios de sustancias de abuso o drogas, entre las edades de 15 y 64 años. Esto significa entre 3.6 y 6.9% de la población adulta en el mundo. En México, La Encuesta Nacional de Adicciones (2011) reporta que 1.8% de la población nacional entre 12 y 65 años consume algún tipo de sustancia de abuso...” (García, 2013, págs. 23 - 24). Lo que presenta la información corrobora la hipótesis de crecimiento que hemos mencionado. Esta situación que, por una parte es preocupante y por otra deplorable nos lleva a pensar en las situaciones que preceden el nacimiento de una adicción.

El ser humano, desde una postura psicoanalítica, evita aquello que pueda causarle dolor o sufrimiento, por el contrario, busca aquello que le haga placer,

sentirse bien; en esta dinámica dolor/placer irrumpen las adicciones en la vida de algunos hombres y mujeres quienes hacen uso de ellas para afrontar y/o evadir, la frustración, el miedo, la inseguridad, la angustia etc.; por otra parte, son el medio que en ocasiones “permite” y “facilita” la sobrevivencia de la persona, en tales situaciones, decimos que son un sedante que disminuye de manera efímera, el impacto del dolor o sufrimiento presente en su vida.

El ser humano se vive en constante relación con su entorno y se va configurando desde las condiciones que lo circundan, al mismo tiempo que con sus acciones va contribuyendo a la configuración del ambiente en el que vive; hablamos entonces de una configuración recíproca, aunque, el contexto “general” tendrá mayor influencia en el individuo “particular”. Este dato es importante porque si pretendemos acercarnos a aquello que origina las adicciones, sabemos desde ahora que no sólo debemos buscar en las condiciones del contexto de la persona, sino también en el interior de ella misma.

Acercarnos a una persona con problemas de algún tipo de adicción, implicará, como ya hemos dicho, un análisis de la situación de la experiencia personal, pues, ha de ser la persona misma quien exponga las razones que la llevaron a entrar en contacto con la droga que consume. En tal situación, la persona implicada nos comparte su experiencia, es decir, nos muestra aquello que puede estar detrás de una adicción, dicho de otra manera, pone en evidencia el papel de la adicción en su vida: un síntoma que surge de conflictos vividos en la familia o en la sociedad, en la mayoría de los casos, emocionales que no han sido resueltas al interior de la persona; así, el síntoma es entendido como la señal de un problema más profundo que pudiera ser: disfunción o inestabilidad emocional, afectiva o psíquica, que a su vez generan sentimientos de insatisfacción, ansiedad, angustia, miedo, dolor, sin sentido etc.

La persona que tiene problemas con el consumo de drogas sabe las consecuencias que su manera de consumo descontrolado puede acarrearle, sin embargo, esto no es motivo suficiente para que se detenga en su práctica cotidiana, lo cual hace pensar que ante tal situación la voluntad ha sido vencida. Resulta complejo entender una situación en la que la vida misma es puesta en riesgo, cuando pudiéramos decir que la conservación de ésta constituye el elemento más básico y fundamental de cualquier ser vivo, tal parece que para una persona con adicción esto pasa a segundo término ya que mediante la droga acaba con su propia vida.

Las personas con problemas de adicción difícilmente pueden salir de esta situación. Un fuerte trabajo psicoterapéutico individual resulta positivo más no es garantía absoluta para la abstinencia definitiva. Lo que brinda una terapia, entre otras cosas, es la posibilidad de trabajo en el campo emocional del paciente, en este sentido se dice que se hace un ejercicio de reinterpretación, resignificación de las vivencias que han marcado y causan malestar o sufrimiento en su persona; este trabajo es importante pero no suficiente, por lo cual, en la mayoría de los casos se necesita un proceso de rehabilitación más completo o apoyado con otras herramientas.

Los centros de rehabilitación AA mediante herramientas específicas han tratado de dar respuesta a este problema, es sabido que en muchos de estos lugares el trabajo no se limita al campo de lo terapéutico, ya que su propuesta es de carácter espiritual, es decir, se pide a la persona contactar con lo que ellos llaman “un poder superior” quien le podrá ayudar a salir de aquello que escapa a su control. El proceso de rehabilitación del adicto, quien se ha o ha sido internado, implica autodisciplina, tolerancia, paciencia y consistencia para que pueda mantenerse en la lucha contra su adicción, es decir, pasar de la abstinencia a la sobriedad mediante el cumplimiento de lo que está estipulado en el programa de los 12 pasos, además de la disponibilidad para dejarse ayudar por otros. En este proceso

de rehabilitación se hace la distinción entre abstinencia y sobriedad, “abstinencia es simplemente dejar de consumir sin lograr cambios en los defectos de carácter... sobriedad implica experimentar gradualmente un profundo cambio en todos aquellos aspectos negativos de la personalidad” (López, 1978, pág. 111); se trata de habilitar al adicto para que pueda reconocer o hacer conscientes sus límites y así sentir la necesidad de ser ayudado por los otros, entre ellos el poder superior; la experiencia de nuestros entrevistados nos ha permitido comprobar que cuando esto sucede el adicto es capaz de sentirse amado por el ser superior y esto le permite confiarse a él con la convicción de que todo lo que este haga es para su bien, por eso se confía sin reservas. Por otra parte, desde la experiencia de nuestros entrevistados, el adicto es una ser con necesidades, a veces fuertes, de relación con los seres humanos y con Dios, esto, en muchos casos hace que se produzcan cambios en su persona y en sus relaciones interpersonales, ya que en este proceso de rehabilitación el adicto aprende a escuchar y aceptar las experiencias que comparten los otros internos, así como a contar la historia de su propia vida. Se busca que la persona sintiéndose acompañada por un grupo de personas que como ella se encuentren en el mismo proceso de rehabilitación, genere un sentimiento de seguridad en este trabajo que implica llegar a lo más profundo de sí misma para volver a resurgir.

El ser humano a través de sus seguridades **garantiza** un **alto** grado de estabilidad en los diferentes ámbitos de su persona, esto le permite estar bien consigo mismo y con los demás; no así, cuando tales seguridades se diluyen, se confunde, no se entiende más a sí mismo, vive en un estado de incomodidad, de ansiedad, en un conflicto interno que le resulta incomprensible e inaceptable, en otras palabras, para el hombre es incómodo, doloroso, asumirse impotente en situaciones que quisiera cambiar y que no puede. Frente a tal impotencia busca una salida que le reste ansiedad, que evite aquello que le ponga frente a su vulnerabilidad y cuando no encuentra solución tiende a evadir más que afrontar.

Una actitud evasiva surge cuando hay algo que pone al hombre frente a sus límites, cuando le resulta difícil de asumir o resolver; esta misma actitud es alimentada por el miedo al dolor y/o sufrimiento que siempre han representado una amenaza para su bienestar. Por esta razón, desde siempre ha tratado de erradicarlos de su vida y al no poder hacerlo, ha buscado la solución en las drogas. La psicoterapia tiene frente a sí un amplio campo de acción, es ella quien puede facilitar la reconciliación del hombre con su historia, puesto que entre sus objetivos está: lograr un cambio de pensamiento, sentimiento y conducta en el paciente que solicita ayuda.

La persona adicta a algún tipo de droga, generalmente, suele perderse a sí misma, a los suyos y a su propia vida. Se pierde a sí mismo porque las drogas provocan alteraciones en su psique creando una imagen distorsionada de sí mismo con serias repercusiones en su vida afectiva, física y emocional, en tales condiciones ¿Cómo pudiera una persona afrontar este problema? La situación no es sencilla cuando la voluntad ha sido afectada; Pierde a su familia por los conflictos que su situación, es decir, su ser **adicta** crea en este ambiente: violencia, inseguridad, estrés etc. lo que provoca que los miembros terminen por rechazarlo, incluso por expulsarlo del grupo y pierde su vida porque cuando se consume en grandes cantidades o de manera frecuente, en la mayoría de los casos destruye el organismo generando enfermedades incurables que sólo terminan con la muerte.

Las drogas como adicción pueden terminar con la vida de una persona, si esta no es atendida a tiempo. Actualmente se cuenta con herramientas que pueden atender problemas de este tipo: centros AA, anexos, grupos de ayuda etc. pero pensamos que el aporte de la psicoterapia puede ser determinante en este tipo de tratamientos ya que como hemos planteado de manera explícita, una adicción surge cuando hay inestabilidad, carencias, conflictos, confusiones en la vida, y el principio de la psicoterapia consiste en trabajar por el bienestar de la persona.

Su tarea es ayudar a la persona en su proceso de resolución de conflictos para que pueda encontrar nuevas esperanzas de vida. Pero por otra parte, creemos que la persona que también es espiritual puede ser reconstruida también en este ámbito, en muchos de los casos, desconocido, poco cultivado y olvidado, constituye una parte básica en el equilibrio emocional de una persona; por esta razón, consideramos que una espiritualidad puede también colaborar en el proceso de rehabilitación de una persona con problemas de adicción a las drogas.

IV. PROBLEMATIZACIÓN

Los cambios y situaciones sociales marcadas por: las crisis económicas, la acelerada apertura social y cultural frente a los procesos de modernización y globalización que afectan al mundo actual, han tenido repercusiones en los diferentes ámbitos de la vida de las personas, a saber, social, familiar y personal. Vivimos en una sociedad en las que las seguridades de la persona se encuentran en “crisis” esto debido a los ritmos acelerados de dichos cambios. Somos parte del ambiente que Zygmunt Bauman (2007) llama los “Tiempos Líquidos”, los cuales han llevado al hombre, y en consecuencia a la sociedad, a vivir en una constante y continua adaptación.

La situación crítica que vivimos en nuestra sociedad ha generado en nuestra un ambiente dentro del cual el hombre se siente extraño, confundido; un ambiente en el que constatamos la proliferación de adicciones; drogadicción, alcoholismo, consumismo, individualismo etc., las cuales, repercuten de manera negativa en los ambientes comunes y que han traído como consecuencia manifestaciones de violencia, inseguridad, miedo, vacío.

El problema de las adicciones en nuestros días es asumido como una realidad en contra de la salud integral del hombre, como un problema a combatir porque los daños que directa o indirectamente causan en su dimensión física, psíquica y en sus relaciones con el otro muchas veces son irreversibles. Por otra parte, somos testigos de la tragedia que tienen que asumir las personas que llamamos adictas: soledad, rechazo, sin sentido de la vida, fuertes problemas económicos, denigración, enfermedades crónicas, crisis de identidad, destrucción familiar y en algunos casos hasta su muerte. Son algunas de los retos que interpelan a los profesionales de la salud mental, a los que acompañan procesos de recuperación personal.

Ante tal situación nos cuestionamos sobre aquello que origina y alimenta la vida de las adicciones que nos encontramos hoy. El autor Zygmund Bauman (2007) en su libro titulado, *Tiempos Líquidos, vivir en una época de incertidumbre* hace una descripción real de las características y dinanismos que ponen en marcha a nuestro mundo actualmente: Desarrollo tecnológico (lo que hoy es nuevo, mañana ya es pasado de moda), conflictos políticos (violencia, injusticias, guerras), capitalismo (crea necesidades en la persona) y en consecuencia consumismo e individualismo.

La descripción que Bauman hace de nuestra sociedad, por dura y cruda que resulta, es real. No nos sorprende escuchar en los medios de comunicación el tema de las guerras, originadas, principalmente, por intereses políticos o económicos de las potencias, y que cobran la vida de muchos inocentes. La publicidad nos presenta productos novedosos a diario. Aparecen los compradores compulsivos; la moda y la necesidad de pertenencia al grupo imponen patrones de consumo. A nivel personal el hombre se vuelve egocéntrico y ensimismado; paradigmático resulta el uso del teléfono celular, en ambientes comunes la personas están, generalmente, centradas en torno a él. Este, es un fenómeno que

tiende a manifestarse, ¿Por qué el hombre se aísla del mundo?, ¿Por qué se evade a sí mismo?, ¿Qué hay en el interior del hombre de hoy?

Lo anterior constituye el contexto que va permeando a cada individuo en su hacer y quehacer cotidiano, un ambiente que poco favorece el sano desarrollo de éste, pero, que crea hombres con problemas de ensimismamiento, desconfianza y miedo. El hombre es por naturaleza un ser sociable; las adicciones son un bálsamo a la lucha interior y son un medio para sociabilizar; por tanto, están las condiciones dadas para las adicciones.

Las respuestas a las preguntas que nos hemos planteado podemos deducirlas (sin pretender asumirlas como definitivas) a partir de la descripción que hemos hecho de nuestra sociedad, en este sentido, uniéndonos al pensamiento de Bauman afirmaríamos que “la inseguridad del presente e incertidumbre sobre el futuro incuban y crían nuestros temores más imponentes e insoportables” (Bauman, 2013, p.42), cuando hablamos de temores imponentes e insoportables nos colocamos en el ámbito interno de la persona, donde su sentir es condicionado por los acontecimientos que suceden en el exterior. Una primera hipótesis afirmaría que las adicciones encuentran su fundamento en el interior del hombre y son provocados por las condiciones de su contexto.

Desde la perspectiva de Bauman (2007), la información que nos presentan los medios de comunicación nos revela una realidad que nos hace perder la paz; gracias a la tecnología tenemos la posibilidad de ser “testigos” de las desgracias que acechan al mundo cada día, de las injusticias que tienen que soportar los menos favorecidos (pobres), en fin, somos testigos de las atrocidades de que es capaz el hombre que tiene en sus manos el poder. Nos damos cuenta que vivimos en un mundo de engaños e incertidumbre. Estamos convencidos de que tenemos

representantes políticos a personas incoherentes que velan por sus propios intereses.

Frente a esta realidad de engaño, enfado e insatisfacción, tal pareciera que el hombre ha dejado de creer en el hombre. Esto, tiene repercusiones fuertes en las relaciones interpersonales, y fortalece el fenómeno del individualismo que promueve al hombre egoísta. A causa del sentimiento de desconfianza recíproca, las relaciones se han degradado. Se percibe en los ambientes la carencia de autenticidad o profundidad, se vive mucho de la apariencia y de lo superficial. Esto, pone en evidencia un déficit de confianza, y si el hombre no se siente satisfecho en sus relaciones, si no se siente en confianza con el otro, ¿Dónde puede entonces fundamentar sus seguridades?, ¿Cómo puede recuperar su sentido de confianza?

Por otra parte, la familia que era entendida como lugar donde se vivía la primera experiencia de sentido de pertenencia, donde se ponían los cimientos del mundo afectivo y de la identidad personal, también ha cambiado su configuración y su rol. Una familia tradicional, estaba conformada en su estructura por papá, mamá e hijos; la característica de este tipo de familias era el patriarcado, en el que “no eran sólo las mujeres las que no tenían derechos: tampoco los hijos” (Gidens, 2000, pág. 68); Era el hombre el jefe absoluto de la familia, la figura que sometía tanto a la mujer como a los hijos, pese a que esto hoy podemos calificarlo como algo negativo, tenía su aspecto positivo, con esta actitud se mantenía la cohesión en la familia. Sin embargo, en nuestros días, los roles se han vuelto confusos, ya no es el papá quien garantiza la unidad, al contrario es quien en muchos casos abandona el hogar; los hijos ya no se someten con facilidad a los padres, y buscan desde edades tempranas su autonomía, es decir, liberarse de la tutela de sus padres; en cuanto a la mujer, ya no es la tradicional ama de casa, se ha visto en la necesidad de salir de casa en algunos casos para sostener a su familia, en algunos otros para colaborar en el sostén del hogar o para colaborar en ello.

La familia también ha sido tocada por los cambios sociales, ha dejado de ser referencia en cuanto a los valores y seguridades. Hoy “hay más nostalgia del refugio perdido de la familia que de ninguna otra institución” (Gidens, 2000, pág. 68); porque en el modelo de vida familiar actual, en muchos casos los lazos familiares se han debilitado y en lo que más repercute es en una parte fundamental del ser humano: la parte afectiva. Decimos fundamental porque en la medida que el hombre viva una afectividad sana o insana esto repercutirá en su manera de relacionarse consigo mismo y con los otros.

Son las ofertas de la vida social y secular las que de alguna manera han influido fuertemente en la reestructuración del ideal de familia que pudiéramos pensar, “hoy los individuos sostienen que pueden escoger distintos caminos para formar una familia y no tienen la seguridad de que uno en particular sea el mejor” (Gidens, 2007, pág. 82), esto pudiera justificar el hecho de que en esta época muchas de las familias estén incompletas, sean disfuncionales y tengan dificultades para conservar su equilibrio, situación que tiene también repercusiones negativas en la psique y ámbito afectivo en cada uno de sus miembros. La familia había sido una referencia importante en la formación de la identidad personal, de los valores éticos y morales, en la actualidad en muchos casos no cumple esta función por las razones ya mencionadas.

La decepción provoca la fragmentación del ser humano y contribuye fuertemente en la actitud de desconfianza que vive el hombre de hoy. Una vez lastimada su confianza, a muchas personas les es más difícil volver a confiar y por ello se repliega en sí misma. Esta situación es bien aprovechada por aquellas personas de mentalidad capitalista, quienes de manera inteligente usan la herida del hombre para acrecentar su capital, saben que el hombre está en una ardua búsqueda que pretende llenar un vacío, colmar una insatisfacción, calmar su sentimiento de inconformidad, y crean o fabrican todo tipo de objetos tecnológicos que resultan

ser analgésicos u objetos de placer momentáneo, para olvidar la insatisfacción que se lleva al interior.

Lo que se ha presentado hasta aquí es un panorama amplio y general desde el cual se puede explicar algunas razones que justifiquen la presencia de las adicciones en nuestra sociedad. Las adicciones se han vuelto un problema complejo y difícil de combatir, una preocupación para muchos debido a las consecuencias que llevan consigo; han adquirido un significado en la vida de hombres y mujeres para quienes resulta difícil asumir la realidad cotidiana, son, en algunos casos, un medio que permiten la sobrevivencia y “disminuir” el sufrimiento, ¿Cómo poder ayudar al hombre a salir de esta situación para que sea capaz de asumirse y responsabilizarse de sí?

Pudiéramos preguntarnos ¿Qué hacer delante de esta realidad?, es decir, delante de un hombre que vive con una herida interna, que busca satisfacer una necesidad sin saber cómo. ¿Qué puede hacerse desde el campo terapéutico con las personas que viven adicciones crónicas; el dominio espiritual tendrá algo que decir en estas situaciones?, ¿Cómo poder ayudarles desde el campo de lo psico-espiritual a recuperar su valor y dignidad de personas, cómo crear el diálogo entre estos campos?, ¿Por dónde iniciar el proceso que les permita reconfigurar su identidad?, ¿Cómo desde lo espiritual se puede encontrar razones para salir de ese estilo de vida inhumano?, ¿Cómo ayudarles a encontrar aquello que andan buscando?.

V. PROPOSITOS, OBJETIVO Y PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

Objetivo

El objetivo que nos propusimos en este trabajo consiste en presentar el proceso mediante el cual una persona con problemas de adicciones, en un tratamiento de rehabilitación puede reconfigurar su identidad desde un acompañamiento psico-espiritual.

La pregunta

La pregunta que nos planteamos y tratamos de responder en el desarrollo de este trabajo, ha sido formulada de la manera siguiente: ¿Qué papel juega la dimensión psicoespiritual en un proceso de rehabilitación y de reconstrucción identitaria frente al problema de las adicciones?

VI. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

6.1 Las adicciones

6.1.1 Definición

El concepto “adicciones” en plural, “adicción” en singular viene del latín *addictio*, el cual en una determinada época hacía referencia a la persona quien por no tener con qué pagar a su deudor era tomado como esclavo por el mismo; actualmente este término se usa para nombrar a aquellas personas que presentan conductas como la dependencia a algún tipo de sustancia, a una actividad o una relación de modo excesivo y perjudicial.

Actualmente la psicología reconoce diversos tipos de adicciones presentes en nuestra sociedad, entre ellas: el sexo, la comida, la ludopatía, la pornografía, el deporte, la televisión, compras compulsivas, alcohol, nicotina etc., por ello, vemos oportuno aclarar que para el propósito de nuestra investigación nos centramos y hablamos de la adicción al consumo de drogas y/o alcohol, esto nos ha implicado presentar la definición que nos sirvió de referencia en el desarrollo de nuestra investigación. La adicción “es el uso permanente y compulsivo de la droga (alcohol) determinado por modificaciones en el organismo que son el hábito, el acostumbamiento, la dependencia y que siempre se acompaña de un deterioro orgánico y psíquico y un componente de perjuicio social” (Sanjuán, 1983, pág. 33). Teniendo en cuenta lo anterior, cuando hablamos de adicción en este trabajo nos referimos a los hábitos de una persona al consumo de alcohol, en especial a aquellos que en un determinado momento se colocan en un nivel superior a su voluntad, restándole libertad y creando una dependencia.

6.1.2 El hábito

Un hábito en general es entendido como una manera de comportarse, que es adquirida a partir de la repetición de actos iguales. Algunos dirán que un hábito puede realizarse también por tendencia natural. Dentro del tema que nos compete entenderemos el hábito como “la adaptación del organismo a una droga que en el transcurso del tiempo la misma dosis va produciendo menos efecto, lo que implica que para obtener el mismo nivel de respuesta se deberá aumentar progresivamente la cantidad” (Sanjuán, 1983, pág. 38), de esto deducimos que la adaptación es la condición de posibilidad, para la gestación de lo que llamamos adicción puesto que si ésta no se lograra, el organismo no pediría aumentar la dosis y la relación hombre droga y/o alcohol permanecería como hábito.

Hemos dicho que un hábito es adquirido a partir de la repetición de actos o conductas y que la adaptación es el primer paso para la gestación de un problema de adicción. Esta realidad nos hace pensar en el problema que se desarrolla progresivamente, en el que se pone en juego la voluntad y la libertad de la persona. Estas son la expresión del control que la persona tiene de sí mismo y de la droga que consume. Sin embargo, todo parece indicar que llega un momento en el que la droga se vuelve necesidad vital para la persona. Entonces, se dice que el hábito, de alguna manera, ha sometido a su voluntad y arrebatado la libertad de la persona, poniéndola en el lugar de esclavo.

La voluntad es el medio a través del cual cada persona tiene la posibilidad de elegir el tipo de vida que quiere para sí, pero como se ha mencionado, ésta puede ser superada cuando se pierde el control en el consumo de alguna droga. En estas circunstancias, el hombre queda a disposición de esta última, y es, precisamente, el hecho de sentir necesidad, lo que desplaza el lugar de la voluntad, “la voluntad se diluye en el placer provocado por la experiencia, o queda

sofocada ante la angustia y el tremendo malestar debido a la carencia de la sustancia en cuestión” (Conyer, 2001, pág. 3), en adelante, dejar de consumir, no se trata de un acto volitivo sino que se impone el deseo de satisfacer lo que representa una necesidad, provocando de esta manera lo que suele llamarse dependencia.

6.1.3 La Dependencia

La dependencia es el estado en el que vive una persona que ha superado el mero hábito o el acostumbramiento al alcohol, en otras palabras, es “un estado psíquico y a veces físico resultante de ingerir dicha sustancia, caracterizado por una forma de comportamiento y otras respuestas que siempre incluyen una compulsión para consumo de drogas de forma periódica o continua en orden a experimentar sus efectos psíquicos y a veces a evitar los síntomas de su ausencia” (Sanjuán, 1983, pág. 36); entonces podemos decir que una persona es dependiente a partir del momento en que vive con la sensación y necesidad constante de consumir para experimentar los efectos que el alcohol provoca en su cuerpo, o para evitar la desagradable situación que provoca en el mismo la ausencia de dicho consumo cuando vive alteraciones emocionales que no puede controlar y cuando hay autoconciencia desfasada. “La OMS define la dependencia como un estado en el cual su auto administración produce daños en el individuo y la sociedad” (Conyer, 2001, pág. 28), es decir daños físicos y psicológicos.

La persona con alguna dependencia, generalmente, viven distraídas, como si el hecho de conseguir la sustancia que genera su adicción fuera lo más importante en su vida. A esto Sanjuán (1983) dirá que es así porque la necesidad de ingerir bebidas alcohólicas que experimenta la persona, la sobrepasa, es decir, escapa de su control el beber. Antaño cuando se hablaba de dependencia se hacía una distinción importante entre dos tipos de esta, se hablaba de una dependencia

física y otra psíquica. Fernández (1982) hace esta distinción. Cuando una persona desea con ímpetu el alcohol y no lo consume aparecen síntomas orgánicos que pueden llevarlo a la muerte; se habla de dependencia física, y cuando se deja de consumir y no sucede ningún trastorno; se habla de dependencia psíquica. Desde esta perspectiva, entendemos que la dependencia psíquica tiene que ver con lo emocional y mental, mientras que, la dependencia física como ya su nombre lo indica tiene repercusiones físicas pero ambas están íntimamente relacionadas.

La dependencia se manifiesta en la persona a través de síntomas muy concretos; uno de ellos y tal vez el más relevante es el consumo vivido como deseo. A partir de este momento, el cuerpo se ha acostumbrado a los efectos que la bebida o droga le proporcionan. Entonces, la persona responderá casi instintivamente a las exigencias de su cuerpo con la finalidad de “reanimarlo”, “revitalizarlo”. De ahí que “la dependencia es la conducta casi inevitable del sujeto de la búsqueda de los efectos vividos como ansiolíticos, pseudoeuforizantes, etc. pasajeros de las bebidas alcohólicas, consecuencia de la complejidad neurobioquímica y metabólica” (Francesc, 1996, pág. 170), el adicto llega a un estado en el que consumir representa para él una necesidad que supera su voluntad, de esta manera se justifica lo que afirma Pereiro (2010) “cuanto más intensos hayan sido los efectos reforzadores de una determinada sustancia, más persistentes van a ser también los recuerdos relacionados con ella y más imperiosa la necesidad o el deseo (“craving”) de experimentarlos de nuevo” (Guardia, 2010) Un deseo que lleva a la persona a estar inmersa en pensamientos relativos a la sustancia, por ejemplo, cómo conseguirla, cómo conseguir dinero para poder adquirirla, etc.

Cuando el hombre hace elecciones guiado por la voluntad es él mismo quien da dirección y sentido a sus acciones, mas, cuando la voluntad pierde autonomía, pierde fuerza. se deja controlar, entonces, el hombre mismo pierde control de sí ,se ve imposibilitado para la toma de decisiones, se deja guiar por aquello que se vuelve para él una necesidad y en esta situación decimos que no tiene fuerza de

voluntad para enfrentar su situación porque aun sabiendo que vive en un proceso de deterioro o intoxicación no es fácil para el adicto salir de la trampa de la adicción, ya que esta genera lo que Sanjuán (1983) ha llamado “modificaciones en el organismo” que lo hacen vivir fuera de sí.

En resumen, podemos decir que abordar el tema de las adicciones representa un alto grado de dificultad. Sería pretensioso tratar de entenderlas en su totalidad ya que en sus diversas manifestaciones cada una lleva implícito un motivo que la justifica y/o explica. Lo que nos corresponde es saber cómo, al ir acercándonos a éstas, podemos ir adquiriendo herramientas que nos permitan tener una comprensión más amplia del problema de las adicciones que afecta a las personas, familias, y sociedades en el mundo.

Las adicciones, en su diversidad y complejidad, influyen de manera negativa en los diferentes aspectos de la persona (psíquico, emocional y físico). Por esta razón, para una mayor comprensión, un estudio interdisciplinar resulta indispensable, “porque las adicciones son muchas cosas a la vez. Pero quizás más que ninguna otra, sean fenómenos esencialmente psicosociales.” (Bernal, 2000, pág. 199), y más dañinos en nuestra sociedad.

Abordar el tema de las adicciones resulta algo complejo; Con facilidad podemos caer en confusión en cuanto a su terminología. Por tal motivo, es necesario que seamos precisos el lenguaje y términos que usamos. Esto, nos ayudará a identificar al sujeto que nosotros llamamos adicto y al tipo de relación que tiene con la droga que consume. Es que es sabido, además, que son muchas las personas que consumen drogas pero no por esto son drogadictas o adictas. Por ejemplo, podemos pensar en aquellas personas se han hecho el hábito de tomar una copa durante el día para calmar sensaciones como ansiedad o estrés; aquellas que lo hacen esporádicamente o por motivos de festejos familiares,

incluso, puede haber personas que lo consuman con cierta regularidad, sin que por esto sean considerados adictos. En el pensamiento de Fort (1980) un adicto es la persona que desea ávidamente alcohol y siente una necesidad compulsiva de él, después de semanas o meses de fuerte consumo cotidiano.

6.1.4 El término “adicto”

La palabra “adicto”, remite a la antigua Roma, se usaba cuando un sujeto no podía pagar una deuda entregaba su vida como *adicto*, es decir, como esclavo. De este modo “salía” su condición de deudor, entregando su libertad como pago” (Kalina, 2010, págs. 16-17). De esta misma manera, podemos describir la situación de aquellas personas que buscando dar un sentido a su vida, liberarse de sus miedos o angustias, que buscan afanosamente vivir la experiencia del placer en sus vidas e independencia, consumen alguna droga. Así, el hombre en busca de sensaciones que le den alivio a sus angustias internas encuentra placer en dicha sustancia, pero este placer es efímero por lo que repite la experiencia. El problema es que se lo brinda de manera efímera, por esta razón el consumidor volverá a hacerlo tanta veces tenga la necesidad de escape. El hombre se vive entonces en una situación paradójica, porque al tratar de escapar, entrega su libertad a una droga que no sólo le esclaviza sino que le causa daños de manera integral y su situación se agrava.

Por tanto, el problema no solo lo constituye el hecho de consumir alcohol sino que va más allá. El consumo, en muchos casos, es el resultado de circunstancias que han repercutido de manera negativa en la persona. La soledad, los conflictos familiares, los fracasos personales: profesionales, amorosos, conyugales etc., las injusticias, la violencia, la desconfianza, la inseguridad social, etc., son algunas de las circunstancias que constituyen el trasfondo o el escenario en el que se encuentra el origen de la adicción al alcohol, la cual influye o determina el

comportamiento ético o moral de una persona. Atendiendo a lo antes mencionado, podemos afirmar que para entender las causas que originan la adicción es indispensable considerar el contexto personal del involucrado.

Velasco (1982) nos ofrece una descripción breve y clara de la manera en que el alcohol se maneja en el organismo; en su opinión, el consumo de alcohol, aun en cantidades pequeñas, genera en el sujeto un cambio en su conducta, esto porque “el alcohol, deprime primero los centros nerviosos que “controlan” la conducta mediante la inhibición de los impulsos y la adecuación de las respuestas ante los estímulos del medio. Al disminuir estos centros su influencia sobre las otras partes del cerebro, la conducta se “libera”, del control que ejerce sobre ella el juicio crítico y la razón. Es en esta situación que una persona se expresa sin prejuicios, con libertad, casi de manera espontánea.

Las alteraciones que provoca el alcohol en el cerebro de la persona son las que le permiten sentirse liberada de la realidad que le pesa, experimenta el placer, aunque esto sea de manera efímera como ya lo hemos comentado. Bajo los efectos de la droga una persona experimenta alivio, el cual termina cuando dichos efectos desaparecen y la persona se ve en la necesidad de volver a consumir; de esta manera se va gestando la adicción, debido a que la sensación de alivio que experimenta termina cuando han pasado los efectos de la droga. Frente a esta realidad se experimenta frustración pues no encuentra la cura definitiva a las situaciones estresantes que vive. Una de las características de nuestra época es la actitud del hombre que busca obsesivamente eliminar de sí todo síntoma de insatisfacción, de dolor físico, psíquico y emocional mediante el consumo de alcohol.

Frente al problema de adicción resulta complicado hablar de la libertad de la persona porque el consumir se va haciendo hábito hasta manifestarse en el

cuerpo como necesidad, es decir, de manera gradual va siendo parte de un estilo de vida, va tomando su lugar en el organismo, de manera tal, que su ausencia provoca alteraciones que se presentan como: ansiedad, violencia, etc., algunos de los síntomas que presenta una persona que se ha hecho adicta al alcohol y la evidencia más clara del fracaso de su búsqueda de libertad, ha huido de un tirano para someterse al mando de otro, “y así felicidad, paz, plenitud y verdad se convierten en atributos de muerte y no de vida” (Kalina, 2010, pág. 47) para el hombre.

Las adicciones son un peligro para el hombre si logran autonomía, es decir, si el hombre no hace nada para combatirlas o pierde el control sobre ellas. Su manifestación es múltiple, esto hace difícil ubicar no sólo su origen, sino también una posible solución. Lo que es visible a nuestros ojos son sólo los síntomas que nos muestran que algo no anda bien en el mundo interno y externo de la persona. Algunas de las causas que pueden provocar este problema son: genéticas, biológicas, psicológicas y sociales. Algunos tipos de adicciones que encontramos son los siguientes: drogadicción, alcoholismo, tabaquismo, consumismo, sexo, etc., en síntesis diríamos que es complejo tratar el tema de las adicciones en su singularidad, por esta razón y reconociendo esta dificultad, nos limitaremos a investigar y tratar la adicción al alcohol o el alcoholismo.

Con lo dicho hasta aquí, constatamos que el consumo de drogas es una práctica que se hace presente en la vida del hombre desde tiempos remotos, ha acompañado al hombre en diferentes culturas. Por otro lado, que su consumo en pequeñas cantidades puede favorecer la convivencia, el diálogo, pero si se abusa del mismo, puede causar estragos en la vida de la persona, la cual nace dentro de una cultura en la que “las prácticas corruptas y las mentiras de los políticos, las propagandas comerciales engañosas, y los efectos brutales de creciente exclusión social que impide a las familias inundadas de conflictos ejercer su función de educadora y protectora” (Kalina, 2010, pág. 48) son elementos que promueven las

prácticas adictivas. En síntesis diremos que: “El alcoholismo es una enfermedad crónica, un desorden de la conducta caracterizada por ingesta compulsiva de bebidas alcohólicas hasta el punto de que excede a lo que está socialmente aceptado y que interfiere con la salud del bebedor, así como en sus relaciones interpersonales...” (Fernández, 1982, pág. 25); esto nos da pautas para esbozar algunas conductas que tienen los adictos en relación al tipo de droga que consumen.

En este trabajo, entendemos alcoholismo como una enfermedad con características muy particulares, entre ellas: de larga duración, progresiva, degenerativa y mortal en algunos casos, por las complicaciones que conlleva, esta idea es compartida por varios autores, pero, tenemos que aclarar qué es lo que entienden por enfermedad, “es un *proceso* definitivamente mórbido con una serie de síntomas, que puede afectar partes del cuerpo o su totalidad, y cuya etiología, patología y pronóstico pueden ser conocidos o desconocidos” (James, 1997, pág. 23), es en definitiva una enfermedad cuyas causas vienen del ambiente externo del adicto.

Se habla de alcoholismo cuando se abusa del consumo de alcohol, cuando este es denominado abuso crónico, cuando llega a convertirse en una dependencia para quien lo consume; Para Fernández (1980) se habla de alcoholismo cuando la persona ha llegado a ciertas etapas que permiten ver que se ha generado la dependencia. “La Organización Mundial de la Salud (OMS) define alcoholismo como la ingestión diaria de alcohol superior a los 50 g en la mujer y 70 g en el hombre” (León, 2010, pág. 24), la cantidad que consume el hombre es mayor en referencia a la mujer; Sin embargo, actual en México según algunas estadísticas es mayor el número de mujeres consumidoras en comparación a la cantidad de hombres. Por su parte “el doctor Ford, dijo en 1951 que “el alcoholismo es una enfermedad física, psíquica y espiritual” (Fernández, 1982, pág. 24) que afecta la vida del hombre.

Por otro lado, tratando de buscar lo que pueden ser las posibles causas del alcoholismo, nos encontramos que no hay una sola razón en la que se fundamente este problema o enfermedad, sino que son diversas las razones por las cuales una persona puede convertirse en adicto o dependiente del alcohol, a saber: la constitución biológica, familiares con antecedentes alcohólicos; el entorno social, dificultades que se pueden vivir al interior de la familia, violencia, abusos etc. y los factores genéticos y ambientales; “La mayoría de los científicos que estudian el comportamiento y los especialistas en genética que estudian el alcoholismo, están de acuerdo en que se trata de una enfermedad genética que se transmite de una generación a otra” (Jay, 2001, pág. 34); con esto aparece una teoría novedosa y sorprendente en relación al origen de las adicciones. Algunas de las características de una persona alcohólica son: “deseo imperioso de beber, incapacidad para dejar de hacerlo, necesidad de mayores cantidades y continuar bebiendo a pesar de que los problemas aumentan; El alcohol domina pensamientos, emociones y acciones” (León, 2010, pág. 25), a acusa de esto el hombre muchos hombre pierden la vida.

Decir que el alcoholismo es una enfermedad genética tiene sentido, pero, sería un error limitarse a entenderla solamente de esta manera puesto que son diferentes los factores que provocan su existencia; se ha mencionado anteriormente que el alcohol ha estado presente en la vida del hombre desde tiempos remotos, por motivos y razones diversas. Esto, nos permite vislumbrar que el alcoholismo también encuentra su fundamento en las prácticas o costumbres dentro de la cultura. En otras palabras, el alcoholismo como enfermedad nace, crece y se desarrolla dentro de una cultura, principalmente cuando se hace uso indebido de esta sustancia.

Cabe señalar que son diversas la razones por las cuales una persona se introduce en el consumo de drogas, pero en la mayoría de los casos se busca una experiencia placentera, entonces, encuentran que “el alcohol y las otras drogas

pueden aliviar de manera rápida, aunque transitoria, los estados emocionales desagradables de ansiedad, estrés postraumático, insomnio, fobias, mal humor, angustia, preocupación, culpabilidad, depresión, inseguridad, etc.” (Guardia, 2010, pág. 50), pero en estos casos es clara su función: puede calmar o tranquilizar los estados emocionales de una persona por un tiempo limitado, mientras se está bajo sus efectos, pero una vez que esto pase la situación o el estado de la persona puede resultar peor. Son entonces los efectos o sensación de alivio, según nuestra opinión, lo que promueve su consumo.

En nuestra sociedad actual son muchos los factores que promueven el consumo del alcohol u otro tipo de drogas; Vivimos en medio de un ambiente donde las sensaciones de malestar o incomodidad no deberían tener lugar, por el simple hecho de que son el obstáculo que nos impide vivir una vida feliz, una vida en la que el placer es el objetivo a lograr; Por esta razón, muchos hombres se viven más fuera de sí. Optan por estar distraídos de su mundo interior, donde se manifiesta con claridad su verdad. Una verdad que lo hace pensar o cuestionar su existencia, y eso es lo que menos quiere, porque el hecho de pensar le implica asumir todo aquello que lo constituye, entre otras cosas, su debilidad, su finitud, su impotencia etc. intenta dar la espalda a todo esto y su escape más inmediato es agarrarse de aquello que le brinda la posibilidad de sentirse bien, pero que sin embargo es efímero y puede generar estados de deseo intenso y pautas constantes de búsqueda y consumo de la sustancia, que pueden aparecer de manera involuntaria.

Por tanto, podemos comprender el alcoholismo como un proceso que tiene su inicio en algún momento de la vida de algunos hombres, “la adicción a la bebida generalmente se inicia en la adolescencia, cuando se bebe ese (inolvidable) primer trago, luego la mayoría nunca logra la sobriedad” (James, 1997, pág. 27), la primera experiencia puede ser un momento fundante o determinante, es decir, esta primera experiencia puede ser vivida como el inicio de un estilo de vida o

puede ser vivida como una experiencia en la vida de la persona, mucho tendrá que ver el resultado de la experiencia (agradable o desagradable), el contexto y situación de la persona, así como, la actitud que adopte frente a la bebida.

6.2 Alcohólico – Adicto

Desde la perspectiva de Fernández (1982), para poder hablar del alcohólico primero hay que entender lo que él es, porque solemos confundir este término con prácticas que tienen que ver con la relación entre el hombre y el alcohol; esta distinción es importante porque ella misma nos da las pautas que permitirán identificar cuando una persona es verdaderamente alcohólica, adicta y cuando es solo un alcoholizado.

“Alcohólico” es la persona que consume de manera excesiva esta sustancia, y cuyas consecuencias son siempre dañinas para su vida en los ámbitos que ya hemos venido mencionando: físico, psicológico y social. En la opinión de Sanjuán (1983) un alcohólico es aquel individuo que ha perdido el control en su manera de beber, causándole daños que repercuten en su salud y al que el alcohol ha provocado una alteración mental u otro tipo de enfermedades; esto nos presenta una imagen de sujeto, motivado a actuar por una “necesidad orgánica” que se manifiesta en él, como algo vital, como una medicina para calmar su malestar.

En el pensamiento de Freixa (1996) el alcoholismo designa a todo tipo de consumo que exceda los parámetros tradicionales que marca una sociedad, sin importar los factores etiológicos responsables ni la etiología de estos, a saber, herencia, constitución física, influencias psicopatológicas o metabólicas adquiridas, lo que este autor señala con esto es que se habla de alcohólico cuando hay un exceso en su consumo. Y por otro lado, determina que el

alcohólico es un bebedor excesivo, que presenta signos evidentes de dependencia al alcohol los cuales pueden traer como consecuencia entre otras cosas un trastorno mental detectable o manifestaciones que afectan a la salud física y mental, en definitiva dirá Pisqueras (1973) “es alcohólico todo aquel que evidentemente se perjudica a sí mismo, a su familia y a la sociedad a causa del uso y abuso de bebidas alcohólicas sin que sea probable hacérselo comprender y sin que pueda controlar su tendencia al hábito de la ingesta” (Freixa, 1996, pág. 159); teniendo en cuenta estas características podemos decir que el alcohólico es una persona dependiente del alcohol, que no puede controlar su consumo a pesar del daño que este le hace.

Para Fouquet (1950) “alcohólico” es el individuo que ha perdido la libertad de abstenerse o de detenerse *en beber*. Este marco nos permite distinguir a la persona alcohólica de otros casos. Por ejemplo, aquellas personas que acostumbran tomar una copa diaria con fines digestivos. Aunque el consumo es diario, no hay rasgos de un individuo alcohólico. O bien, la persona que un día determinado abusa del consumo del alcohol hasta terminar en estado de ebriedad, “un sujeto en esas condiciones es un “alcoholizado”, pero puede no ser un alcohólico verdadero. En otras palabras, alcoholismo no es lo mismo que borrachera” (Fernández, 1982, pág. 23), el borracho aunque se excede en el consumo del alcohol, lo hace de manera esporádica, sin que haya dependencia, deseo o necesidad compulsiva de beber. En cambio, el alcohólico abusa en el consumo y vive en dependencia.

Habiendo presentado de manera breve las características de una persona alcohólica, lo que nos proponemos ahora es tratar de identificar algunas las razones por la que una persona llega a este estado de vida y las consecuencias que este implica; esto nos ayudará a tener claridad y evitar confusiones tanto en la identificación del sujeto al que nos referimos cuando decimos alcohólico como en el uso de los términos que en este trabajo tienen la misma connotación.

En cuanto a las razones de consumo, pueden ser diversas. Sería ingenuo de nuestra parte tratar de justificar el fenómeno del alcoholismo a partir de una única razón. Como ya habíamos constatado el consumo empieza a una edad temprana. Algunos afirman que esa edad es la adolescencia y en la línea de pensamiento de Kuri (2010) encontramos que algunos de los motivos más frecuente de consumo pueden ser: el deseo de experimentar la diversión, libertad, algo novedoso o prohibido, las conductas que deben realizarse para ser aceptado en un grupo, más aún, la presión de los amigos, la desintegración familiar o pérdidas de carácter afectivo/sentimental etc., en esta misma línea de pensamiento nuestro autor señala que entre las más comunes se encuentran la búsqueda de sensaciones, la rebeldía que se traduce en el rompimiento de reglas, la sensación de “liberarse” del cuidado y lo que ellos mismos llaman la “represión” paterna, la necesidad de pertenecer a algún grupo en el que pueda afirmarse su propia identidad. Como podemos ver son varias las razones que pueden motivar a una persona en el consumo de bebidas alcohólicas, lo que podemos resaltar es que cada una de ellas manifiesta la necesidad de expresar (inconformidad) o vivir un sentimiento (felicidad) al interior de su persona, esto nos da una pauta para poder indagar más al interior de la persona para conocer las verdaderas razones que han sido su motivación, ya que, estas constituyen el material que tanto la psicoterapia como el acompañamiento espiritual puede usar para un proceso más eficaz en un proceso de rehabilitación de la persona.

Si bien se ha dicho que el alcohol puede ser consumido por diferentes razones y en diferentes circunstancias, no podemos negar que “algunos jóvenes ponen particular énfasis en la necesidad de expresar “sentimientos y emociones” gracias a estar bajo el impulso de la droga; otros señalan que detrás del consumo hay una imagen o una moda, así como “falta de control”, “problemas en casa” y “falta de figura paterna” (Kuri, 2010, págs. 87-88), los motivación u origen del problema, como ya hemos visto puede ser diversa, su identificación es de importancia capital porque desde ella puede gestarse el proceso de rehabilitación, siendo ella misma

la causa o motivo del problema. Esta afirmación nos pone en un nivel diferente de reflexión. Aparentemente nuestra atención no se fija más en la persona alcohólica sino en aquello que la ha provocado, hoy en día es fácil señalar, juzgar inclusive descalificar a la persona por sus actos sin tener en cuenta aquello que la ha llevado a entrar en ese estilo de vida.

La vida del drogadicto no resulta fácil en medio de una sociedad ya que “desde el inicio del proceso adictivo, la imagen que tiene adicto de sí mismo es golpeada y atacada (¡a diario!) Por la incapacidad de hacer algo que la mayoría de los demás consiguen fácilmente: consumir o no” (James, 1997, pág. 28). Esto, los hace ubicarse a sí mismos en un nivel inferior, el cual se refuerza con los comentarios del otro, en particular el reproche o descalificación. Una característica que es importante señalar es que “a menudo los adictos son engañados por sus propios pensamientos, lo que en realidad los hace sentir defraudados” (Twerski, 2007, pág. 19) y no es para menos, es sabido que el alcohol causa alteraciones en el aparato psíquico que tiene repercusiones severas en su imagen, autoestima y voluntad, “ por muchos motivos, en forma progresiva son incapaces de estar conscientes de su comportamiento y empiezan a perder contacto con sus emociones... Los alcohólicos no saben lo que pasa en su interior” (Twerski, 2007, pág. 29), y por tanto no tiene una idea clara de lo que ellos son en realidad.

Teniendo en cuenta las consideraciones anteriores y tratando de manera general aquello que constituye la personalidad del alcohólico diremos con Habach en primer lugar que el mundo de este tipo de personas se caracteriza por la contradicción y el conflicto. Esto, porque si son personas sobresalientes, en su autoconcepción son personas que tiene dificultad para reconocerse como tales. Por otra parte, son personas que regularmente viven tristes, porque experimentan soledad: Al sentirse incomprendidos, rechazados, se aíslan, y esto las hace percibirse a ellas mismas como personas solitarias aunque en realidad no estén solos. Las motivaciones para beber son precisamente la evasión de estos

sentimientos. Son personas que por estar constantemente bajo la influencia del alcohol no saben quiénes son en realidad, aun cuando no han consumido.

De lo anterior, podemos deducir que el alcohólico es una persona que consume alcohol en manera desmedida, dañando su salud, generando tal situación problemas familiares y sociales. Una persona que pierde el control en su manera de consumir y este hecho le ocasiona problemas en su salud mental y física, y a pesar de ello no puede dejar de tomar. “Los alcohólicos son los bebedores excesivos, cuya dependencia del alcohol es suficiente para afectar su salud física y mental, así como sus relaciones con los demás y su comportamiento social o bien que ya presenta los inicios de tales manifestaciones” (Fernández, 1982, pág. 24); resumiendo estas ideas, constatamos que el alcohólico tiene que ver con abuso en el consumo de alcohol, con un estado de dependencia y con deterioro de la persona en sus diferentes ámbitos y no se puede hablar de alcoholismo cuando no hay signos, síntomas de una relación entre hombre y alcohol que se caracterice por la dependencia.

6.3 La Psicoespiritualidad

Para una mejor comprensión del término “psicoespiritual” consideramos importante hacer algunas aclaraciones referentes al mismo que nos permitan entender bajo qué connotación es usado y su posición dentro de nuestra investigación; para tal fin, presentamos una somera definición de los términos que pueden estar incluidos dentro de la estructura de este concepto: *psyche* y espiritual; la definición de éstos ha de permitirnos delimitar el contenido al que hacen referencia los términos psicoterapia y psicoespiritual en sus concretizaciones y diferencias existentes.

6.3.1 Psicoterapia

Teniendo en cuenta la definición que nos presentan algunos diccionarios enciclopédicos, diremos que la palabra psicoterapia es una palabra compuesta por dos vocablos de origen griego: *Psyche*, significa “el alma, el yo o la mente” otros la entenderán como “alma, espíritu o mente” y *Terapia*, hace referencia a un proceso curativo; cabe mencionar que “a través de la historia, la dicotomía alma/mente vs cuerpo organismo ha llevado a escollos y posturas irreconciliables en la filosofía... y la psicoterapia (curación o tratamiento de la psique/alma/mente), es producto de la mencionada dicotomía” (Cardoso, 1994, pág. 3); cuando unimos estos términos y tomamos los respectivos significados para formular un enunciado, tenemos que psicoterapia puede ser entendida como el proceso de sanación/curación del alma o de la mente, en el sentido más general y literal de la palabra. “La psicoterapia, expresada en forma amplia, aborda sólo el comportamiento humano en sus manifestaciones físicas y mentales, instintivas e intencionales, individuales y sociales, bien sean éstas normales o anormales Aplicando en cada caso tecnologías específicas de intervención terapéutica” (Cardoso, 1994, pág. 1); en este sentido, la psicoterapia busca propiciar cambios emocionales, cognitivos y de comportamiento que le permitan contrarrestar las problemáticas que la afligen.

Teniendo en cuenta encuentra que la psicoterapia encuentra su campo de acción dentro de la psicología, será importante presentar la distinción existente entre éstas, en relación al tema Cardoso (1994), dirá que la psicología es el estudio científico del comportamiento de los organismos vivos, por ello, sus límites se dejan ver en los aspectos del comportamiento: animal y humano, físico y mental, individual y social, etc., mientras que la psicoterapia, como hemos mencionado anteriormente, aborda el comportamiento humano en sus manifestaciones físicas y mentales etc. Desde la perspectiva de Cardoso, los enfoques teóricos para la psicoterapia se pueden clasificar en cuatro rubros: a) biológicos, terapias somáticas; b) psicológicos, terapias psicoanalíticas, gestálticas etc.; c)

sociológicos, terapias de grupo y d) filosóficos, terapias existenciales, budismo Zen, yoga, la terapia religiosa. Asimismo reconoce tres niveles de tratamiento psicoterapéutico:

soporte o ayuda, fortalece las defensas sanas que existen en el individuo; reeductivo, se hacen esfuerzos deliberados de reajuste psíquico, modificaciones de metas de vida, etc. y reconstructivo, en el que se persigue el insight de los conflictos inconscientes, con esfuerzos para lograr cambios o modificaciones importantes de la estructura del carácter, mayor crecimiento de la personalidad con desarrollo de nuevas potencialidades de adaptación personal y social” (Cardoso, 1994, pág. 4).

Como podemos constatar, las definiciones del termino psicoterapia parten desde perspectivas o enfoques distintos, entre ellos, la psiquiatría, la psicología clínica, el trabajo social, la educación etc.; por esta razón importante el termino es susceptible a definiciones que están ligadas a una teoría y las técnicas propias que persiguen una determinada finalidad.

En nuestra opinión, resultaría ambiguo, poco comprensible pensar en la “curación” o sanación del alma, término que de suyo (en el lenguaje común) está ya situado en otro campo de reflexión dado que este “no se detiene en las fronteras de la persona: la trasciende. Apunta a la dimensión mística de la experiencia humana” (Leijssen, 2014, pág. 357); es diferente y de menor complejidad cuando hablamos de “curación”/sanación de la mente, entendiendo esta última como el conjunto de facultades cognitivas que comprende las percepciones, la conciencia, los pensamientos y emociones las cuales permiten al ser humano contactar con la realidad.

Dentro del campo epistemológico en el que nos encontramos el término psicoterapia adquiere una connotación particular, que ha sido motivada por la irrupción y postulados del pensamiento postmoderno, el cual, viene a cuestionar el modo tradicional de pensar, entender o comprender la realidad; el pensamiento postmoderno, pone en crisis a la manera de adquirir conocimiento tradicional

negándose rotundamente a fundamentar el conocimiento “en una sola verdad, histórica y universal y abrió el debate para señalar que el conocimiento, aun el científico es histórico, contextualizado y relativo” (Muldoon, 2013, pág. 85), de esta manera se anuncia una forma diferente de acercarse a los fenómenos, a la realidad, de fundamentar la ciencia; la postmodernidad rompe con el pensamiento tradicional, lineal que pudiera hacernos caer en el reduccionismo, es decir, entender la realidad desde una sola perspectiva y abre la posibilidad de nuevas maneras de reflexión.

Esta nueva manera de situarse frente a la realidad viene a ser una exigencia para el terapeuta que siga su formación en las instalaciones ITESO, donde la psicoterapia tiene como característica principal la interdisciplinariedad, la apertura, o el diálogo con otros saberes entendiendo que “como seres-en-el-mundo que somos, requerimos, para comprendernos de visiones amplias que den cabida a la multiplicidad de dimensiones y facetas de nuestro existir como humanos en circunstancias, condiciones y momentos históricos determinados” (Muldoon, 2013, pág. 86) ; la propuesta es una actitud, un pensamiento capaz de dialogar con otras ciencias, que permita enriquecer con otros saberes y que se abra a nuevas formas de entender la problemática de los consultantes con el objetivo de brindar respuesta no sólo más completas, sino que puedan dar una respuesta que esté en sintonía con sus demandas.

Entendemos por psicoterapia a la disciplina que mediante técnicas concretas, perspectivas antropológicas distintas y la visión integral del hombre: situación personal, contexto social y cultural, busca generar el cambio de pensamientos, conductas y sentimientos en la persona. La interdisciplinariedad como característica principal de la maestría en psicoterapia que brinda el ITESO, consiste en entender la situación del consultante teniendo en cuenta el aporte que brinden otros saberes y que favorezcan el proceso terapéutico del consultante, por esta razón, se pide a los terapeutas en formación ejercitarse en la capacidad de

diálogo con otras ciencias, formarse un pensamiento interdisciplinar pues “si el profesional de la psicoterapia no se abre a otras lecturas epistémicas de la realidad, a otros métodos de intervención y a nuevas formas de colaboración, difícilmente podrá dar una respuesta más compleja, abierta, con más posibilidades a las problemáticas que pretende entender...” (Gómez, 2013, pág. 21); se entiende, de lo dicho, que la interdisciplinariedad se vuelve una exigencia para el terapeuta, no sólo porque adquiere herramientas que le permiten superar la manera lineal de pensamiento; sino porque adquiere la capacidad de abordar, desde diferentes aristas, la problemática del consultante quien, muchas veces, entiende de una sola forma su situación.

En resumen quisiéramos señalar que la psicoterapia es una disciplina que frente a la complejidad que representa la situación del consultante, se apoya en otras disciplinas para dar respuestas que superan lo relativo o subjetivo de éstas, en esta línea de pensamiento diremos que “el desempeño profesional del psicoterapeuta se inscribe en la colaboración y la inclusión, para ofrecer respuesta al malestar subjetivo... y fomentar el estudio serio de alternativas que favorezcan el bienestar de la persona leída desde su biografía social” (Gómez, 2013, pág. 43). La psicoterapia como tratamiento pretende tratar el malestar para que pueda tener lugar el bienestar de la persona, de esta manera se habla de una “curación/sanación de la mente o alma de la persona, el resultado del tratamiento, como ya se ha mencionado es el paso del malestar al bienestar de la persona que solicita la ayuda terapéutica.

6.3.2 Espíritu – Espiritualidad

El concepto espíritu deriva del latín *spiritus* cuyo significado, para algunos, es aliento vital o respiro palabras que en sí mismas nos llevan a pensar a *espíritu* como aquello que da vida a una persona; ésta misma palabra o realidad

adjudicada al hombre, ha sido definida por otros como *trascendencia*, es decir, como la posibilidad que tiene el hombre de ir más allá de sí mismo, de lo inmediato; como aquello desde lo cual se puede justificar su deseo de crecimiento, de busca del sentido de su vida y en lo cual toman sentido sus intereses y actividades. *Espíritu* nos lleva a pensar en la interioridad del ser humano.

Por otra parte, el término *espíritu* designa una realidad que en algunas culturas es opuesta a lo material y corporal (herencia neoplatónica) y en otras es vida, construcción, fuerza, acción y libertad, refiriéndose a aquellas “experiencias que mueven al hombre en lo más profundo y son diferentes de las experiencias cotidianas” (Rubia, 2015, pág. 09); en esta línea de pensamiento se sostiene la afirmación de aquellos para quienes toda persona es animada por un espíritu, vive una espiritualidad y en consecuencia es fundamentalmente espiritual.

La dimensión espiritual, en el pensamiento de Viktor E. Frankl, es aquella que “sin ser ella la única es sin embargo la verdadera dimensión del existir humano, puesto que el hombre como tal no se constituye sino en aquellos actos (espirituales) en los que se eleva, por así decirlo, del plano somático-psíquico a la dimensión espiritual” (Pintos, 2007, pág. 105), en el pensamiento del autor, el hombre es movido por impulsos, pero no necesariamente sus actos son respuesta a ellos, ya que, una de sus facultades la constituye la capacidad de reflexión, y de cuestionar aquello a lo que es llevado por el impulso, así, una vez que delibera lo que siente y piensa, puede decidir qué hacer con los impulsos, es decir, responder a ellos como se manifiestan o modificar la respuesta y por esto se dice que tiene la posibilidad de hacerse responsable de ellos.

El hombre como ser espiritual, dirá Frankl, vive confrontado, interpelado por el mundo, entendido este último como el conjunto de realidades, acontecimientos externos y lo que estos provocan en el interior de cada individuo; cuando el

hombre es de alguna manera es confrontado se posiciona, toma una postura, a esta manera de comportarse lo define el autor como un comportamiento libre; por esta razón dirá “designamos como espiritual en el hombre, aquello que puede confrontarse con todo lo social, lo corporal e incluso lo psíquico en él. Lo espiritual es ya por definición sólo lo libre en el hombre” (Pintos, 2007, pág. 106); dicho de otra manera, la espiritualidad del hombre se ejercita cuando este toma decisiones o bien posturas por y desde sí mismo, desde lo que él es en sí mismo.

La dimensión espiritual, desde lo que hemos presentado, está íntimamente relacionada con la libertad y la responsabilidad, siendo esto así, podemos deducir entonces que lo esta dimensión comprende en el hombre su voluntad y esencia misma. La esencia, es el núcleo el centro de la existencia del hombre ya que está íntimamente relacionada no sólo con el sentido, sino, también con el estilo de vida que manifiesta cada persona, es decir, con su forma de situarse frente al mundo; La esencia del hombre se determina a partir de todo lo que acontece dentro y fuera de quien la posee. La espiritualidad es inherente a toda persona humana y en consecuencia, todo ser humano es un ser espiritual.

Consideramos importante decir que el significado del concepto espiritualidad estará condicionado por su contexto ya que no hay una definición universal del mismo, en la actualidad se constata que cuando se usa el término puede denotar diferentes realidades, por esta razón, nos damos a la tarea de especificar qué estamos entendiendo por espiritualidad en este trabajo. Un aspecto, que desde nuestra comprensión, es común en los diferentes contextos es que la espiritualidad tiene que ver con lo más profundo de nuestra existencia y con la relación que se crea con el absoluto.

Espiritualidad es entendida como “una forma de trascendencia humana”; “aquello que produce en nuestro interior una transformación...que es capaz de dar un

nuevo sentido a nuestra vida, o abrir nuevos campos de experiencia y de profundidad...” (Boff, 2002, pág. 20); También puede ser entendida como conjunto de sentimientos profundos que conectan al individuo consigo mismo, con la comunidad y con el propósito de vida en la búsqueda de su significado y valor, incluyendo un estado de paz y armonía. Las definiciones pueden ser diversas y la comprensión o definición del término estará supeditada al ambiente y contexto en el que se use. Lo que nosotros podemos rescatar es que la espiritualidad es el proceso mediante el cual el hombre se trasciende a sí mismo, nos lleva más allá de nosotros mismos a un estado en el que podemos experimentar la unión con algo más grande que nosotros y en esa unión encontrar paz.

En este sentido, el término en cuestión designa la profunda conexión con la vida, en todos sus niveles y manifestaciones, por esta razón, algunos la entienden como la manera de encontrar significado, esperanza, consuelo y paz interior en la vida, y en este sentido, diremos que espiritualidad no está necesariamente conectada a la religión, porque estos estados de vida, pueden ser experimentados en el arte, en la danza, pintura etc.

La espiritualidad se basa en experiencias directas de dimensiones y aspectos no ordinarios de la realidad...conlleva una relación especial entre el individuo y el cosmos que, en su esencia, es personal e íntima. La religión es una actividad de grupo institucionalizada que se desarrolla en un lugar concreto –templo o iglesia- e implica un sistema de funcionarios designados que pueden haber tenido o no experiencias personales de realidades espirituales (Grof, 2002, págs. 276- 277).

Haciendo una síntesis de las definiciones presentadas, podemos decir que espiritualidad “alude al hecho vivo y concreto de relacionarse con Dios desde la situación personal, social y ambiental” (González, 2000, pág. 16), es una profunda conexión con la vida misma de la persona, en todos sus niveles y manifestaciones; que tiende a la reordenación reflexionada, sentida y vivida de aquello que concierne a la dignidad humana en nuestro tiempo, a su establecimiento y desarrollo, de acuerdo con la moción permanente del espíritu cuyo objetivo es

orientar al hombre a vivir el orden de su vida, en otras palabras, aquello que pueda garantizar un cierto bienestar.

En síntesis, La palabra espiritualidad deriva de “espíritu”, término que en el paisaje lingüístico de los griegos designa lo opuesto a lo material; en ese sentido, se habla de espiritual a aquello que no es material, en algunos ambientes ésta manera de pensar es vigente. Sin embargo, en otros ámbitos, espíritu no se opone necesariamente a materia, por ejemplo, en la Biblia, espíritu se opone a maldad, a muerte etc., en este contexto semántico significa vida, acción, fuerza, libertad; “espíritu” es algo que está dentro que inhabita y da vida al hombre, a la materia y a la realidad, que hace que ella sea lo que es, es decir, da fuerza, mueve, lanza al crecimiento y a la creatividad en un ímpetu de libertad.

Siguiendo la línea de pensamiento, entendemos por espíritu el “ser” mismo de una persona, es decir, el fundamento de sus motivaciones, sus ideales, su pasión por la vida, aquello que da sentido a su existencia, aquello por lo que vive y lucha etc., por ejemplo hablamos de persona espiritual cuando en sus actos manifiesta buenas intenciones, cuando se nota en ella pasión por la vida y sus proyectos. En lo ordinario hacemos referencia a “espíritu” cuando hablamos de conciencia, sentido, voluntad, principios que rigen la vida etc., como sinónimos.

Todo ser humano es movido por su espíritu y en consecuencia está marcado por una espiritualidad, por esta razón se dice que la persona es profundamente espiritual, esa profundidad se va forjando en la medida que el ser humano va tomando decisiones, va creando proyectos, por la misma comprensión de la vida que tiene. Toda persona se enfrenta con el misterio de su propia existencia, decide aquello que le da sentido y consistencia a la misma, esta decisión es lo que algunos llaman la opción fundamental “porque en esa opción fundamental la persona define qué valor coloca en el centro de su vida, cuál es el punto absoluto,

cuál es su Dios o su dios. El maestro Orígenes decía que “Dios es aquello que uno coloca por encima de todo lo demás” (Casaldaliga & Vigil, 1993, pág. 28); esta es una de las prácticas en los centros de rehabilitación AA en donde cada persona tiene frente a sí la posibilidad de crear un ser superior como mejor le ayude en su proceso de rehabilitación, puesto que lo importante es que pueda elegir aquello que le da sentido en su proceso.

6.3.3 Psicoespiritual

Habiendo presentado por separado los elementos que pueden ayudarnos a tener una mejor comprensión el concepto “psicoespiritual”, encontramos que siendo dos cosas distintas tiene un punto importante de convergencia: la búsqueda del bienestar integral de la persona, pero que de ninguna manera pueden ser comparadas o entendidas en un mismo nivel lógico, pues la psicoterapia es un tratamiento, una terapia mediante el cual el terapeuta brinda a las personas las herramientas necesarias que puedan ayudarles a mejorar su calidad de vida; mientras que cuando se habla de espiritualidad, se habla de un “acompañamiento espiritual” el cual está asociado a una mejor salud y en consecuencia una transformación integral en las personas; en este espacio de acompañamiento, al igual que en la terapia, el acompañante crea una relación con el acompañado y su rol consiste en darle la posibilidad a este último de ir encontrando o construyendo las soluciones o posibilidades de acción que le permitan alcanzar sus objetivos. De esta manera consideramos que la espiritualidad pueda ser un elemento importante a tomar en cuenta en un tratamiento terapéutico.

Tradicionalmente, la psicología había centrado su atención en tres aspectos constitutivos del hombre: mente, cuerpo y emociones, pero el hombre es más que esto y si nuestro propósito es desarrollar una psicoterapia interdisciplinar, habría que explorar una parte o aspectos que “trascienden” a la consciencia de lo

personal y que nos permiten el acceso a la reflexión de ser, de la vida y de la energía vital. Lo que se pretende es que cuerpo, mente, y emociones puedan armonizarse e integrarse de tal manera que pueda tener sentido y lugar la parte espiritual en la experiencia de rehabilitación del ser humano. Esta visión holística del ser humano puede ser la puerta que nos permita encontrar la respuesta a la pregunta que nos hemos planteado en este trabajo, es decir, si integramos a los aspectos ya trabajados por la psicología el aspecto emocional podremos saber de qué manera este repercute en la reconfiguración de su identidad y proceso de rehabilitación.

Algunos terapeutas, actualmente, se resisten a abordar en las sesiones terapéuticas el tema de la espiritualidad considerando a este último como algo que no compagina con el tema en cuestión, “entre los psicoterapeutas hay una larga tradición que refleja cierta alergia cuando se trata de temas relacionados con la religión o la espiritualidad” (Leijssen, 2014, pág. 355), en este sentido pudiéramos decir que este trabajo implica para el pensamiento tradicional abrirse a otras dimensiones que también son propias del hombre: lo espiritual.

Cuando hablamos de un proceso de rehabilitación desde una perspectiva psicoespiritual, estamos haciendo referencia a un tipo de acompañamiento en el que interactúa la psicoterapia con la espiritualidad, ya que en este tipo de encuentros “la presencia implica estar completamente en el momento en una multiplicidad de niveles: físico, emocional, cognitivo y espiritual” (Leijssen, 2014, págs. 360-361); en esta línea de pensamiento, subrayamos el carácter interdisciplinar de la psicoterapia quien como ya se ha mencionado es capaz de comprender al consultante en sus diferentes dimensiones y a partir de distinto saberes.

Cabarrús (2000) maneja el concepto de acompañamiento psicoespiritual describiéndolo como un acompañamiento equilibrado psicoterapia y espiritualidad, verificable en las historias personales de los entrevistados; sobre lo psicoespiritual dice que “a pesar de que el acompañamiento no es una terapia psicológica ni la terapia psicológica es un acompañamiento de tipo espiritual...son dos procesos de liberación que se interrelacionan fuertemente...Y solo desde la sana integración de estos dos procesos, es posible ir construyendo una historia nueva” (p. 31). Él propone todo un trabajo psicoespiritual que presenta como el Taller Crecer bebiendo del propio pozo y una Guía psico-histórico-espiritual donde propone un acompañamiento espiritual teniendo en cuenta la dimensión psicológica, porque como dice el autor citando a Rambla “para acompañar se necesita de un buen acopio y una buena formación psicológica” (Cabarrús, 2000, p. 42). Entendemos por acompañamiento espiritual un trabajo en el que se pretende que la persona, mediante el diálogo con el acompañante espiritual, pueda ir descubriendo la voluntad de Dios en su vida, para que consiga, con mayor claridad, tender hacia ella; mientras que el acompañamiento terapéutico consiste en que la persona mediante el diálogo con el terapeuta, pueda lograr la reconciliación con su propia vida, historia, consigo misma de tal manera que alcance una mayor estabilidad de vida, lo importante en este trabajo es que la persona acrecenté su conocimiento y aceptación.

VII. FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA

El tema de las adicciones es amplio y complejo, un análisis exhaustivo resultaría pretensioso para el investigador que se propusiera lograr un objetivo de esta naturaleza, la complejidad está constituida por la variedad de adicciones y la diversidad de razones que se encuentran detrás de cada una de ellas. Esta situación exigiría de la parte del investigador una amplia visión y criterio para poder entender los motivos por los cuales una persona puede estar involucrada en el problema de las adicciones.

Debido a la amplitud y complejidad del tema/problema de las adicciones, en este trabajo nos hemos limitaremos a abordar el tema de la adicción a las drogas, para esto, hemos decidido o ceñido a las pautas que **el método cualitativo** nos presenta ya que como se ha mencionado nuestro interés principal ha sido recuperar la experiencia de personas que se han encontrado en un proceso de rehabilitación, esto le ha dado ya a nuestro trabajo un carácter inductivo, lo cual nos ha exigido, una interacción investigador/investigado en la que la teoría pueda construirse a partir de lo que nos compartió la persona, con su lenguaje, sentido y significado propio, ya que nuestro propósito no era confirmar una teoría previamente construida, sino construirla en el diálogo; en este sentido no nos limitamos a conocer una parte de la historia de la persona, sino que tratamos de entenderla en su contexto, esto nos ayudó a recuperar la experiencia personal del sujeto investigado.

7.1 Origen del paradigma cualitativo

Para poder hablar de los orígenes o principios de la investigación cualitativa es necesario situarnos en la época propia de los siglos XVIII al XX; una época en la que el método científico o cuantitativo gozaba de un alto grado de prestigio en el proceso de investigación, era considerado como el medio eficaz para dar respuesta a las cuestiones e inquietudes que se formulaban. En este tiempo, toda investigación que pretendiera adjudicarse la categoría de verdad o verdadera tenía que pasar por el filtro de la razón, ya que era a partir de esta misma que una investigación podía fundamentarse, sostenerse o negarse; la razón era el juez que dictaminaba el valor de las teorías presentadas, de ahí que la época hasta nuestros días es conocida como la época de las luces o la era de la razón. Era este ambiente el que constituyó la base de toda investigación científica, positivista y es desde este mismo donde podemos encontrar las bases de la investigación cualitativa la cual hunde sus raíces en las actividades básicas, y parte de tres actividades básicas: experimentar, preguntar y examinar.

El método cualitativo toma importancia a partir entre el siglo XIX y XX, al mismo tiempo que las ciencias sociales, concretamente sociología y antropología empiezan a tener importancia dentro del campo de la investigación; se puede decir que éstas constituyen la base que promueve y favorece el método cualitativo en donde el objeto o fenómeno que se investiga tiene que ver con el sujeto que investiga, ya no son dos realidades que han de tomarse por separado como se hacía en el método cuantitativo, con el surgimiento de la línea de pensamiento cualitativa, sujeto y fenómeno u objeto se encuentran en interacción y son vistos como partes dentro de un todo, hay ahora una relación inevitable entre ellos.

El método cualitativo tiene una larga tradición en psicología como en las ciencias sociales. En psicología, Wilhelm Wundt (1879-1920) utilizó métodos de descripción, al mismo tiempo surgió en la sociología alemana una disputa entre una discusión más monográfica de la ciencia, que orientaba más a la inducción y los estudios de caso, y un enfoque empírico y estadístico; mientras que la sociología norteamericana, los métodos biográficos, los estudios de caso y los métodos descriptivos fueron centrales durante un largo tiempo. Pero no fue hasta la década de 1960 cuando en la sociología norteamericana la crítica de la investigación social estandarizada cuantificadora, ganó relevancia de nuevo.

7.2 Debate entre cuantitativo y cualitativo

El método de toda investigación está condicionado por el objeto que investiga, es decir, de acuerdo al objeto de investigación y a su finalidad el investigador ha de elegir la técnica que le resulte de mayor pertinencia para lograr su objetivo. En el tema que nos compete, encontramos que en el transcurso de la historia y en el trabajo de la investigación ha surgido una oposición entre el método cualitativo y cuantitativo que va desde la incompatibilidad absoluta, hasta la indiscriminación total justificándose de la siguiente manera.

Quienes se consideran partidarios del análisis cuantitativo, desde su perspectiva, Dice Ruiz (1999) consideran que el análisis cualitativo carece de mecanismos internos que puedan garantizar su máximo de fiabilidad y validez, por otra parte, critican la falta de rigor en su metodología; mientras que los partidarios del enfoque cualitativo afirman que la neutralidad y precisión de medida de los datos cuantitativos, tienen poco valor explicativo, niegan el valor al uso de fórmulas para el logro de definiciones de los fenómenos sociales que están alejadas de la realidad; por otra parte, afirman que hay una incongruencia entre las formulas revertidas de sofisticación matemática apoyadas en escuálidos modelos substanciales de la realidad.

Son claros los elementos que han dado pie al debate entre los métodos cualitativo y cuantitativo, pese a ello, Ruiz (1999) considera que si bien existe una diferencia innegable esta misma puede ser tomada en cuenta para plantear una posible complementariedad, ya que su manera de proceder es un tanto similar: observación y evaluación de fenómenos; establecer suposiciones o ideas como consecuencia del paso 1; probar y demostrar el grado en que estas suposiciones tienen fundamento; revisar tales ideas sobre la base de pruebas o del análisis; proponer nuevas observaciones y evaluaciones para aclarar, modificar o fundamentar tales suposiciones o generar otras. El enfoque cuantitativo usa la recolección y el análisis de datos para contestar preguntas de investigación y probar hipótesis establecidas previamente, confía en la medición numérica, conteo y en el uso de estadísticas para establecer con exactitud patrones de comportamiento de una población; mientras que el enfoque cualitativo, comúnmente se usa para descubrir o refinar preguntas de investigación; a veces, no necesariamente, se prueban hipótesis, su método es la recolección de datos sin medición numérica, como descripciones y observaciones. Es común que las preguntas e hipótesis surjan como parte del proceso de investigación y éste es flexible, se mueve entre los eventos y su interpretación, entre las respuestas y el desarrollo de la teoría.

7.3 Investigación cualitativa

Según Ruiz (1999) a la investigación cualitativa se le ha denominado con diferentes términos como método etnográfico por la técnica de observación participativa, también como método observacional participante o estudios de caso, otros le llaman interaccionista simbólico, fenomenología, interpretativo o constructivista. Investigación cualitativa en el pensamiento de Le Compte (1995), quien es citado por Rodríguez (1999) es entendida como una categoría de diseños de investigación que extraen descripciones a partir de observaciones que adoptan la forma de entrevista, narraciones notas de campo, grabaciones, transcripciones de audio etc. La investigación cualitativa en educación es representada por Walcott (1992) como un árbol que hunde sus raíces en la vida cotidiana y parte de tres actividades básicas: experimentar/ vivir, preguntar y examinar. A partir de estas raíces brotarán las diferentes “ramas” y “hojas” de este tipo de investigación.

Como se puede observar, de alguna manera la metodología cualitativa es considerada como un modo de encarar el mundo empírico, en palabras de Kirk y Miller (1986) diríamos que la investigación cualitativa es un fenómeno empírico, localizado socialmente, definido por su propia historia, no simplemente una bolsa residual conteniendo todas las cosas que escapan a lo meramente cuantitativo; entre sus características principales encontramos las siguientes:

1. Es inductiva: el punto de partida para el desarrollo de conceptos y comprensiones lo constituyen las pautas de los datos; el diseño de investigación es flexible.
2. El escenario y la persona son vistas en una perspectiva holística; una persona por ejemplo, se estudia en el contexto de su pasado y en su situación presente.

3. El investigador es sensible a los efectos que generan en su objeto de estudio o persona.
4. Trata de comprender a las personas dentro del marco de referencia que les es propio; le es esencial experimentar la realidad tal como los otros la perciben.
5. Se trata de suspender las propias creencias, perspectivas y predisposiciones, todo es tema de investigación.
6. Tiene en cuenta todas las perspectivas, puesto que su finalidad es lograr una comprensión detallada de las perspectivas de otras personas.
7. Al estudiar a las personas cualitativamente, llegan a conocerlas en lo personal y a experimentar lo que ellas sienten en sus luchas cotidianas en la sociedad o en las organizaciones.
8. Todos los escenarios y las personas son dignos de estudio, nada es tomado por trivial.
9. El investigador ha de ser flexible en cuanto al método desde el que intenta conducir sus estudios.

Para poder justificar la pertinencia del uso de esta metodología en el trabajo de obtención de grado, es necesario, antes que nada tomar en cuenta, algunas de las características propias del método cualitativo que pueden ayudar a fortalecer dicha justificación.

El tema de las adicciones ha sido desarrollado en este trabajo y lo que nos proponemos no es hacer una investigación de este tema como fenómeno social ni encontrar o presentar tablas o formulas estadísticas; por el contrario, se pretende descubrir el significado que estas tiene para una persona con un tipo de adicción sea droga o alcohol, para lo cual, unas de las herramientas que podrían utilizarse

son observación de personas o grupos y entrevistas a profundidad que nos permiten obtener información no de manera estructurada sino flexible. El punto de partida de esta investigación no son teorías ni hipótesis, se trata de reconstruir un mundo en el que poder teorizar no resulta una empresa fácil y el proceso es de carácter inductivo.

Estas son algunas de las razones mediante las cuales queremos justificar la utilidad del método cualitativo, hay otras pero consideramos que estas son algunas de las más importantes, principalmente porque nuestra investigación parte de un sujeto a investigar muy concreto.

7.4 Estudio de caso

“El estudio de caso, es un método de investigación que tiene por objeto entender las conductas sociales por medio de la observación en profundidad ya sea de agrupaciones, de individuos concretos o de parte o partes de una organización, teniendo una gran importancia en el desarrollo de las ciencias sociales” (Moya, 2005 pág. 5). Partiendo de la definición presentada, podemos dar algunas razones por las cuales hemos creído pertinente usar para nuestra investigación el método estudio de caso, en primer lugar, nos proponemos concentraremos en 5 personas que hayan vivido un proceso de rehabilitación en algún centro de rehabilitación AA, en segundo lugar, la información que se obtenga de las personas implicadas u otras fuentes que acompañan el proceso quedará en el cuadro de la confidencialidad, en tercer lugar, trataremos, en la medida de nuestras posibilidades, de acercarnos a estas personas sin presupuestos, antes bien con el único propósito de escuchar y tomar los elementos que nos puedan acercar a la respuesta que tratamos de formular para la pregunta que ha dado pie a nuestro trabajo.

El método de estudio de caso usado como herramienta para la investigación ha sido entre otras cosas objeto de críticas que han puesto en cuestión los aportes mediante los cuales pretende enriquecer a la ciencia; la crítica se justifica porque desde la óptica de quienes han analizado al método en cuestión, los límites que este presenta quitan solidez a algunos elementos fundamentales de la investigación, a saber: la fiabilidad y la validez, los cuales, son piedras angulares en el trabajo científico, sin ellos como lo señalan algunos autores se trabaja bajo la sombra de la incertidumbre; sin embargo, pese a estas puntualizaciones también se han hecho importantes observaciones a tener en cuenta, hay quienes se han pronunciado en favor del método señalando las ventajas y las riquezas que pueden obtenerse mediante su puesta en práctica.

Las fortalezas que presenta el método de estudio de caso desde la perspectiva de Yin (1989) en Carazo (2006) son: en primer lugar, la posibilidad de medir y registrar la conducta de las personas involucradas en el fenómeno estudiado, esta constituye una de las primeras razones que justifica nuestra elección del método, puesto que reconociendo lo complejo y difícil que puede resultar el abordaje del problema de las adicciones, nos hemos limitado a abordar el problema de adicción al alcohol, el cual, constituye a su vez el escenario dentro del cual podremos entender la actitud de algunas personas quienes se vieron involucradas en el problema del alcohol y que ahora se encuentra en proceso de rehabilitación.

Consideramos, por otra parte, que nuestra investigación no puede limitarse a obtener información a través de encuestas como lo hacen los métodos cuantitativos, porque la misma estructura o formulación de preguntas limitaría la información que pudiera obtenerse, es decir, no se obtiene la información que la persona puede proporcionar, sino que se consigue lo que el investigador quiere obtener; y es que sabemos que las motivaciones que llevan a una persona a entrar en contacto con la adicción son diversas, de esta misma manera la

experiencia de cada uno es única de ahí que resulta enriquecedor escuchar la narración espontánea de la experiencia de cada persona.

Otra razón que puede justificar nuestra opción es que en el método de estudio de caso la información puede obtenerse a partir de una variedad de fuentes, no es sólo la persona quien puede proporcionar información, tenemos la posibilidad de investigar en su contexto; según Chetty (1996) citado por Carazo (2006), a partir de documentos, registros de archivos, entrevistas directas, observación directa, observación de los participantes e instalaciones u objetos físicos etc. En el centro de rehabilitación se cuenta con personal que va acompañando los casos de las personas internas, esto puede ser para nuestra investigación un elemento que nos permita la formulación de una teoría que vaya en función a la pregunta que guía esta investigación; la ayuda que se brinda a las personas es psicológica y espiritual principalmente, estas pueden ser para nosotros fuentes de información además de la que pueda proporcionarnos el paciente.

El método del estudio de caso, por otra parte, como lo presenta Yin (1989, 1998), en Carazo (2006) nos da la posibilidad de generalizar la teoría que se obtiene a partir de la observación-estudio de uno o algunos casos; se trata de una “generalización analítica” que consiste en (utilizar el estudio de caso único o múltiple para ilustrar, representar o generalizar a una teoría). Así, incluso los resultados del estudio de un caso pueden generalizarse a otros que representen condiciones teóricas similares. Nuestra investigación tiene la pretensión de ser un aporte, es por eso que consideramos que el trabajo que realicemos en este centro no sólo pueda ser de ayuda para las personas con quienes se trabajará, sino también para aquellas que se integrarán en un futuro.

Algunos elementos que Chetty (1996) adjudica al método que ha sido usado han sido también considerados, por nuestra parte, de utilidad para nuestra

investigación por mencionar algunos: es adecuado para investigar fenómenos en los que se busca dar respuesta a cómo y por qué ocurren, brinda la posibilidad, además de, estudiar un tema determinado, estudiar también los fenómenos desde múltiples perspectivas y no desde la influencia de una sola variable, permite explorar en forma más profunda y obtener un conocimiento más amplio sobre cada fenómeno, lo cual permite la aparición de nuevas señales sobre los temas que emergen.

7.5 Entrevista en profundidad

Siguiendo el pensamiento de Taylor (2008) entendemos por entrevista en profundidad a los encuentros entre el investigador y el investigado, mediante los cuales el primero trata de comprender las perspectivas que tienen las personas entrevistadas de su vida, experiencias o situaciones, tal como la expresan con sus propias palabras; en esta línea de pensamiento, consideramos que esta técnica puede favorecernos en el logro del objetivo que nos hemos propuesto: ¿Qué papel juega la dimensión **psicoespiritual** en un proceso de rehabilitación y de reconstrucción de la identidad frente al problema de las adicciones? La pregunta que se formula exige una respuesta descriptiva la cual se va formulando a partir de que el entrevistado pueda ir narrando su experiencia personal, con los elementos y medios que le sean propios, lenguaje, interpretación, significados etc.

La entrevista cualitativa en profundidad se caracteriza por ser flexible y dinámica, en general se dice que su particularidad radica en que no es directiva ni estructurada, antes bien, es abierta; por esta razón Taylor (2008) dirá que se utiliza la expresión “investigación en profundidad”, para hacer referencia a los encuentros interpersonales que se dan entre el entrevistador y el entrevistado. Lo que se pretende con este tipo de entrevista, como ya hemos mencionado, es que

la persona pueda expresarse en la libertad, espontaneidad y el hecho de que la entrevista sea flexible favorece la naturalidad del discurso.

En la entrevista en profundidad surge un diálogo “casi” espontáneo entre iguales en donde no hay la necesidad de completar un listado de preguntas previamente formulado, por esta razón se dice que en este tipo de trabajos quien investiga es un elemento más de su investigación ya que se lanza a la acción sabiendo que su material de trabajo lo va adquiriendo en la medida en que éste se va desarrollando, esto es así definitivamente puesto que “el rol no implica no sólo obtener respuestas, sino también aprender qué preguntas hacer y cómo hacerlas” (Taylor, 2008, págs. 194 - 195); esto permite que durante la entrevista, las respuestas den pie a las siguientes preguntas que completen la información que nos acerque al objetivo que se persigue.

Atendiendo a lo dicho hasta aquí podemos ya mencionar las motivaciones que nos llevaron a pensar que este tipo de técnica puede ser el conveniente para realizar el trabajo que nos hemos propuesto; en primer lugar, consideramos que el problema de las adicciones, presente en nuestra sociedad, es muy amplio y complejo, su complejidad representa una dificultad a enfrentar cuando tratamos de justificar o encontrar las razones de su existencia, esto porque damos por hecho que no existe una razón en la que esté su fundamente, por el contrario, las razones son diversas. Nuestro objetivo no es presentar la causa de las adicciones, porque no hay una sola causa que las justifique, hemos constatado en algunas experiencias que cada caso tiene su propia explicación, diversos factores, aunque pueda haber elementos comunes en personas adictas, diremos que hay diversas causas como hay diversidad de adicciones; lo que a nosotros nos interesa es poder entender cómo y por qué una persona pudo hacerse adicta al alcohol y/o drogas; por esta razón, nuestro campo de investigación es la persona implicada, es ella quien nos puede brindar la información que necesitamos para dicha comprensión; es importante tener en cuenta que tal información puede ser completada con otros elementos por ejemplo, su contexto y personas con las que

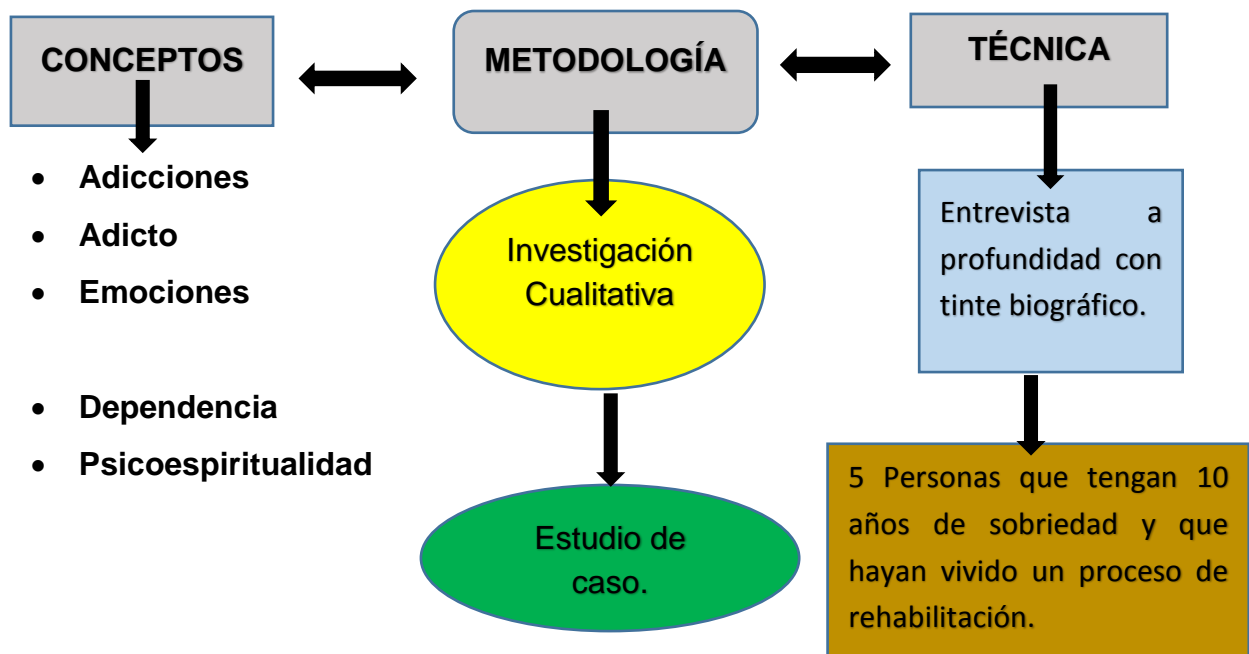
interactúa. Mediante la entrevista nos proponemos más allá de conocer, comprender el proceso mediante el cual se generó la adicción en persona.

Consideramos que mediante la entrevista en profundidad podemos indagar en la experiencia de la persona, que apoyados en la información que el entrevistado nos va proporcionando podremos ir enriqueciendo nuestra comprensión de su situación y de esta manera se nos brinda la posibilidad de construir una teoría de su caso, es por eso que resulta importante saber qué preguntas hacer y cómo formularlas. Una vez que tengamos información se pueden ir considerando los elementos que sean significativos para nuestra investigación.

Es importante tener una comprensión clara de lo que la persona dice a través del lenguaje, para esto resulta indispensable preocuparse por conocer de manera integral a la persona a quien se entrevista, esto permitirá no sólo tener una cercanía física con ella sino también de pensamiento o de comprensión de las cosas. El desafío en este tipo de trabajo es crear un ambiente agradable en el que la persona se sienta libre para expresar su experiencia. Lograr un carácter cercano y personal con el otro nos permitirán “construir vínculos estrechos, inmediatos y fieles; en este sentido, no es casual que en ocasiones estos contactos deriven en conexiones sólidas e intensas con los entrevistados; por lo que ser sensato, prudente e incondicional, forma parte fundamental para el desarrollo de esta técnica, no sólo en el desarrollo de la entrevista, también durante la construcción de los datos” (Robles, 2011, pág. 39). En este mismo sentido constatamos que hay elementos que tienen un rol capital en este tipo de entrevistas, entre ellos; la intimidad y la complicidad los cuales constituyen la base para que la persona pueda compartir con detalle y en profundidad, con espontaneidad y libertad su experiencia de vida; esto es lo que exige que la entrevista sea individual y donde la persona se sienta cómoda y segura.

En general, hemos tratado de dar razón de las motivaciones que nos han llevado a optar por esta técnica en el trabajo que nos ha ocupado, como se puede ver, por una parte, la manera de llevar la entrevista ha enriquecido nuestra investigación, y por otra hubo condiciones que no pudimos pasar por alto, en el intento de lograr nuestro objetivo.

7.6 Mapa Heurístico



La reconfiguración de la identidad de personas con problemas de adicciones: una perspectiva psicoespiritual.

7.7 Referente Empírico

Las adicciones son un fenómeno que ha tenido gran impacto no sólo en la vida del hombre concreto, sino, en el mundo entero; su existencia y proliferación se deben a que han encontrado un terreno que les brinda las condiciones necesarias para su fortalecimiento y crecimiento; en primer lugar encontramos a un ser humano herido/fragmentado por aquellas instituciones o sujetos que pudieron brindarle seguridad y protección: la familia, Iglesia, estado etc., por otro lado, la existencia de ambientes en los que el acceso a ellas no implica ninguna dificultad, por el contrario, favorecen su consumo; finalmente, las condiciones sociales en las que el hombre experimenta las injusticia y otras acciones que opacan sus sentido de vida.

“Se tuvo el registro de 48 378 personas que acudieron a 1 658 centros de tratamiento de las 32 entidades federativas del país. Las personas que acudieron a estos centros de tratamiento durante el 2012 fueron en mayor medida adultos jóvenes con una media de edad de 29.2 años, principalmente de sexo masculino (85.5%). Respecto a su escolaridad, el 67.9% mencionó tener una escolaridad entre primaria y bachillerato. El 15.7% fueron estudiantes de tiempo completo. Se encontró, después del alcohol (46.5%) y el tabaco (30.7%), a la marihuana como la tercera droga de inicio (12.7%), mientras que los inhalables ocuparon el cuarto lugar (5.4%), seguidos por la cocaína (2.1%). En el caso de los inhalables, como droga de inicio, se aprecian mayores porcentajes en las edades más tempranas, y es en el grupo de menores de 14 años donde se presentó el mayor porcentaje. Como droga de impacto después del alcohol, se situaron la marihuana con 16.4%, el cristal (13.4%), la cocaína (10.1%) y los inhalables (8.5%), aunque en estados como Sonora, Sinaloa, Durango, Baja California y Baja California Sur (propiamente la zona noroccidental) el cristal fue la principal droga de impacto.
http://www.conadic.salud.gob.mx/pdfs/investigacion/ENCODE_DROGAS_2014.pdf

Las adicciones en sus diferentes expresiones (drogadicción, alcoholismo, sexo, etc.,) han ido adquiriendo un valor importante (recompensa y/o alivio) en la vida de hombres y mujeres que viven consumiendo como consecuencia de un estado emocional vulnerable o experiencia de sin sentido, “el consumo de alcohol es el

problema de uso de sustancias más extendido en México. En 2002, se reportó que el uso de alcohol en el último año afectaba al 46.3% de la población mexicana entre 12 y 64 años, lo cual equivale a 32.3 millones de bebedores.” (Negrete, 2010, pág. 05); Información más reciente notifica que si bien el patrón de consumo es esporádico pero el consumo es en grandes cantidades, “Así, cerca de 27 millones refirieron beber en una misma ocasión más de lo que puede considerarse un consumo moderado (4 copas en el caso de los hombre y 3 en mujeres), siendo el grupo más afectado el de 18 a 29 años” (Negrete, 2010, pág. 06).

Una adicción es definida como una enfermedad crónica que se caracteriza por la búsqueda patológica de llenar un vacío a través de una sustancia, de esto se deduce que una persona que presenta dificultades para controlar su consumo de alcohol, se encuentra en un proceso que pudiera llevarlo a determinarse como adicto. Por ejemplo, un adicto al alcohol “es un bebedor excesivo cuya dependencia del alcohol es suficiente para afectar su salud física y mental, así como sus relación con los demás... se dice que una persona es dependiente al alcohol cuando lo desea con energía porque se ha habituado a él y lo necesita”(Fernández, 1982, pág. 24). La situación del adicto, (en este caso al alcohol), es difícil y compleja porque siente la necesidad de consumir la sustancia y en la medida en que responde a sus impulsos de consumo se va destruyendo así mismo.

Con la presente investigación hemos tratado de acercarnos a la vida de una persona que haya sido adicta a las droga y/o alcohol, que haya vivido un proceso de rehabilitación, con la finalidad de entender, principalmente, las ventajas que se obtiene cuando el proceso de reconstrucción de la identidad del sujeto en cuestión se realiza en una colaboración recíproca de intervención terapéutica y espiritual. En los cetros o agrupaciones denominados AA un principio básico consiste en promover el contacto del adicto con un ser superior, esto se hace con la finalidad de las personas puedan contactar con lo más profundo de sí mismas, con su

verdad, es decir, con aquello que permita identificar las posibles causas de la adicción, esto, en algunos casos es apoyado cuando y enriquecido por el acompañamiento terapéutico; la parte espiritual, se vive en el grupo y la parte terapéutica es vivida de manera individual, aunque en algunos casos se vive la terapia grupal, la cual es guiada por un terapeuta.

Nuestro referente empírico fueron 5 personas adultas de ambos sexos que oscilaron entre 35 y 45 años, que hayan presentado problema agudo en el consumo de alcohol y/o alguna droga, que se encuentren en proceso de rehabilitación y que tengan como mínimo 10 años sin consumir. Entre las características que fueron tomadas en cuenta para el trabajo presentamos las siguientes: que tuvieran una condición sociocultural similar, así que su educación y economía, que pertenecieran a o hayan pertenecido a un grupo en el que vivan su proceso de rehabilitación. Los sujetos que no pudieron ser admitidos en esta investigación fueron aquellos que hayan seguido o estuvieran en tratamiento psiquiátrico, que hubieran superado la edad establecida o que su problema no cumpliera con las características básicas que describen a una persona adicta, por ejemplo la dependencia, pérdida de control en el consumo, etc. Los cuidados éticos fueron: se presentó y se les pidió que firmaran la carta de consentimiento para la grabación de la entrevista, la cual se realizó en un ambiente que garantizará la privacidad del diálogo; no hubo señalamientos o juicios que incomodarán a la persona, se respetó lo que la persona quisiera compartir, en ningún momento se le obligó a proporcionar información que pudiera ser dañina para su integridad etc.

Para lograr lo antes expuesto se realizó la entrevista en profundidad; siguiendo el pensamiento de Taylor (2008) entendemos por entrevista en profundidad a los encuentros entre el investigador y el investigado, mediante los cuales el primero trata de comprender las perspectivas que tienen las personas entrevistadas de su vida, experiencias o situaciones, tal como la expresan con sus propias palabras.

Algunas de las razones que nos lleva a elegir este tipo de entrevista son su flexibilidad, dinamicidad, su no directividad, la posibilidad que brinda para construirla en el diálogo con el entrevistado, es decir, no es necesario seguir un listado de preguntas, antes bien se favorece la espontaneidad.

Algunas de las características de la investigación cualitativa son la propuesta del encuentro cara a cara y el ambiente de confianza que favorezca el diálogo en profundidad, las cuales han de ser creadas por el entrevistador quien con “sus competencias comunicativas son el “instrumento” principal de recogida de datos y de cognición” (Flick, 2007, pág. 69). Podríamos decir que este acercamiento exige habilidades que han de ser adquiridas por el entrevistador pues éstas condicionan el tipo de respuesta que el entrevistado pueda brindar. No es fácil hablar de la intimidad personal ante algún conocido, aun, cuando exista una buena relación, en muchos casos, esta dificultad aumenta cuando se trata de hablar frente a un desconocido, de ahí la importancia de saber hacer un acercamiento para poder lograr aquello que constituye una dificultad según Flick (2007); teniendo en cuenta esta dificultad se redacta un documento (consentimiento informado) en el que se expresan los criterios éticos que se tendrán en cuenta y bajo los cuales se usará la información que cada persona proporcione, este documento se lee a la persona que será entrevistada para que tenga pleno conocimiento del uso que se hará de la información que comparta; también se busca que pueda sentirse en confianza para que pueda expresarse con libertad y se respeta lo que quiera compartir.

El trabajo de campo tiene una serie de exigencias que han sido tomadas en cuenta para el éxito de la investigación que se ha realizado; en este trabajo como ya se ha mencionado ha sido importante la claridad en el objetivo que nos propusimos lograr, esto nos dio las pautas para elegir y negociar con las personas candidatas a participar en el mismo, a saber sujeto e institución. “El acceso al campo se entiende como un proceso por el cual el investigador va accediendo a la información fundamental para su estudio” (Rodríguez, 1999, pág. 105); Para este

autor la dificultad mayor la constituye la misma problemática que se pretenda abarcar en la investigación o la forma de abordarla, esto porque en su opinión se encontrará con la resistencia del entrevistado para facilitar información que pone en riesgo, desde su comprensión, una parte o la integridad de su persona.

VIII. Resultados

Lo que se ha expuesto anteriormente sobre el tema de las adicciones ha querido ser la base teórica de nuestro trabajo, sin embargo, lo que a continuación se presenta es la información que nos han compartido algunas personas que vivieron la experiencia de la adicción y que mediante un proceso de rehabilitación trataron de combatirla para lograr una cierta estabilidad integral en sus vidas. De lo compartido articulado con una parte teórica fueron construidas tres categorías que fueron formuladas de la siguiente manera: 1) sentido de pertenencia: un alivio para la soledad, en este apartado se puso en evidencia cómo los vínculos que se crean entre las personas de un grupo en rehabilitación son fundamentales para mantenerse en la lucha contra la adicción; 2) La “enfermedad” emocional Vs la reconfiguración identitaria, con esta categoría se describe cómo una adicción es un síntoma que señala que algo sucede al interior de la persona quien al no saber o no poder manejar situaciones que le causan conflicto evade mediante la droga y llega un momento en el que aunque quiera no puede abandonarla con facilidad y 3) Espiritualidad: un proyecto de libertad y de trascendencia, el contacto en profundidad, que puede lograr una persona consigo misma, es esencial en el proceso de recuperación, le permite asumir su existencia y abrirse a una nueva manera de interpretar sus experiencias de vida, logrando, con esto, una mayor libertad.

8.1 Sentido de pertenencia: un alivio para la soledad

El sentido de pertenencia, como lo plantea la literatura que aborda el tema de las adicciones, puede entenderse como la satisfacción que experimenta una persona adicta al sentirse parte de un grupo mediante la identificación con sus integrantes, a quienes entiende como “iguales”. Pertenecer le implica al ser humano, entre otras cosas, darse cuenta de la presencia de las otras personas, en quienes se ve reflejado y con quien se identifica; cuando esto acontece, su sentimiento de soledad viene a ser sustituido por el sentirse acompañado, es decir, por la presencia del otro que a su vez le proporciona tranquilidad. Los entrevistados refieren que en su actividad de consumo, incluso antes de consumir por primera vez, se sentían diferentes de aquellos con quienes conviven, esta manera de sentirse, muchas veces, los hace aislarse, autoexcluirse y vivir en soledad. Bill W. en (Linn, 1992) dice: “Casi sin excepción los alcohólicos son torturados por la soledad. Incluso antes de que bebiéramos copiosamente y la gente empezara a hacernos a un lado, casi todos nosotros padecíamos la sensación de no pertenecer realmente” (pág. 126); la soledad y la falta de sentido de pertenencia no son necesariamente consecuencia del consumo de sustancias, droga o alcohol, hay antes de esto hay acontecimientos que han provocado la sanciones mencionadas.

La narrativa de los entrevistados nos hace suponer que es común entre los adictos encontrar ciertos patrones de comportamiento en relación a la integración a su entorno social. Se han sentido como personas frágiles, aisladas, con dificultad para sentirse integradas en los diferentes ámbitos de sus vidas e incapaces de hacerse cargo de sí mismas. Esto mismo les genera baja autoestima y los lleva a aislarse. Con tales antecedentes, nuestros entrevistados, se perciben como personas “extraños”, “diferentes” casi como espectadores de la humanidad. Esto no es nuevo para ellos, es decir, es una sensación que les ha acompañado probablemente desde etapas tempranas de su vida sin embargo, en muchos

casos, es hasta la juventud donde aparece la droga como alivio a esa sensación de no pertenencia y alivio a ese esfuerzo de “querer encajar”; a muchos, desde la primera vez que consumen les brinda aquello que creen necesario para sobrevivir: el sentido de pertenencia a algo.

Igualmente la experiencia de nuestros entrevistado nos da luz para pensar que al estar en proceso de rehabilitación dentro de una agrupación muchos adictos logran identificarse con quienes viven este mismo proceso mediante una especie de proyección o reflejo, es decir, desde el testimonio del otro pueden entenderse a sí mismos; así, se dan cuenta de que no están “solos”, que no son “diferentes”, que hay otro con quien encuentran cierta afinidad, que probablemente ha sentido, pensado o vivido experiencias similares a las propias, “dos personas que comparten la misma lucha pueden darse una a la otra esa sensación de pertenecer...” (Linn, 1992, pág. 28), se da entre “iguales” un sentir recíproco que les hace experimentar el sentido de pertenencia.

De lo dicho, podemos deducir que un adicto en su soledad se siente vulnerable e inseguro, muchas veces, amenazado, sin una referencia de apoyo, esta situación le irrita, y solamente cambia cuando toma conciencia de que hay otro con quien se siente identificado y desde el cual puede entenderse a sí mismo; la presencia del otro lo tranquiliza; en este orden de ideas, hablaremos del sentido de pertenencia como un alivio para su soledad. Con esta categoría queremos presentar en qué medida y de qué manera el sentido de pertenencia es un alivio para la soledad que experimenta un adicto. El abordaje de esta temática será realizado desde tres subcategorías: inestabilidad emocional, del sentimiento al sentido de pertenencia y hacia lo temido pero acompañado.

8.1.1 Inestabilidad emocional: el síntoma

Las personas adictas tienden a la inestabilidad emocional, la cual se concibe, dentro del tema de las adicciones como hipersensibilidad, es decir, como la tendencia que muestra un adicto a sentirse afectado en sus sentimientos por cosas que para otros pueden ser irrelevantes. Se dice que un adicto es hipersensible cuando se muestra “extremadamente sensible al estrés o tensión y a los conflictos de la vida ya que generalmente no encarar la realidad de sus problemas y en cambio desarrollan reacciones defensivas o evasivas” (Carreño, 1993, pág. 264), un adicto, llega a vivir en una constante vigilia al percibir que se pone en riesgo su integridad personal. Por esta razón, asume conductas como las que describe Carreño. Esta manera de comportarse, muchas veces, lo lleva a sentirse diferente a los demás y con regularidad a sentirse vulnerable, le cuesta confiarse a los otros y se angustia saberse envuelto en una situación de ese tipo catalogada socialmente como ignominiosa. En esta misma lógica de pensamiento, Tweski dice que la sensibilidad de un adicto puede ser similar a la piel hipersensible de una víctima de quemadura de sol (Pág. 78), es decir, que hecho que para un no adicto resulte algo sin importancia, para un adicto puede ser la causa de una experiencia fuerte de estrés.

Esta manera de sentirse diferente, “extraña”, Nancy la expresa de la siguiente manera: “observaba que yo era diferente, en mis pensamientos, que eran varios, a veces me enganchaba, asustaba, reía, veía a la gente y decía ¿pensarán lo mismo que yo?”, por su parte, Juan Pablo comenta: “sentía que era la única persona que era así, no me aceptaba en mi manera de ser” y Citlaly dice: “hay momentos en los que te sientes completamente solo y todo lo que con lleva esas emociones, de esa soledad, la tristeza, el desamor de los demás, el rechazo, y obviamente el miedo, el temor, la vergüenza y la angustia”. Estos testimonios, nos hacen pensar en el conflicto interno que vive un adicto al no sentirse identificado

con los otros y, sí, habitado por sentimientos como: soledad, tristeza, dolor, miedo etc., configurando su mundo interior.

La sensación de ser diferente no necesariamente es consecuencia del consumo de alguna droga o alcohol. Generalmente, el adicto presenta ya dichos rasgos en su personalidad previo al consumo de alcohol o drogas, aunque ellos no sean del todo conscientes de esto, pero precisamente, “muchas personas consumen alcohol y otras drogas, para alivianarse o levantarse; muchas otras lo hacen para sentirse normales...” (Twerski, 2007, pág. 78). La droga se presenta como “alivio” para aquellas personas que viven estados de ánimo o sentimientos de tristeza, sin sentido, sufrimientos, etc., pero, para quienes viven constantemente aturdidos por los efectos de su hipersensibilidad, mediante la droga, pueden “abandonar”, de manera esporádica, ese estado de vida que los hace sentirse extraños al resto; esta experiencia, es narrada por Carlos en estas palabras: “el alcohol te vuelve más agresivo porque te desinhibe, te quita miedos, te quita todo y entonces me atrevo a hacer lo que digan, lo que digan los demás amigos”. La droga o alcohol alteran la consciencia de quien la consume. En algunos casos, hasta hacer perder el control de sí mismo y expresar lo que en sobriedad ha sido reprimido, por esta razón, una persona se siente relajada bajo los efectos de estas sustancias.

Por otra parte, la experiencia de nuestros entrevistados nos hace suponer que la frustración es una de las características de la personalidad del adicto, dado que, su mundo interno, habitualmente, se configura de la siguiente manera: “deseo de perfeccionismo, búsqueda de aprobación, hipersensibilidad a las críticas, sentimientos de impotencia, desmedida necesidad de ejercer control, aislamiento y tendencia a vivir autoengañándose” (Washton, 1991, pág. 70); algunos expertos dirán que la frustración es una de las consecuencias de la lucha que experimenta el individuo entre lo que él es y aquello que cree que debería ser, o de su manera de percibir e interpretar; Citlaly, refiriendo a su experiencia, comparte que hubo momentos en los que pensaba : “nadie me quiere, nadie me entiende, nadie sabe

lo que yo sufro”. Y por otra parte, yo tengo razón, yo estoy bien, por qué no entienden, por qué no atienden lo que yo quiero, lo que yo siento”. Un adicto, al no tener el control de sus emociones va de un extremo a otro. Esto, nos hace pensar que su manera de entender la vida es dual, es decir, es “euforia” o “apatía”, pero, pareciera, no ser capaz de sentirse satisfecho en la vivencia de sus emociones.

La frustración, como lo dice Twerski (2007) puede ser también producto del pensamiento distorsionado del adicto, el cual generalmente se caracteriza por una estructura rígida que podemos sintetizar de la siguiente manera “esto o lo otro” (pág. 75), es la lógica de pensamiento que, comúnmente, caracteriza a muchos adictos, en ella se puede interpretar su tendencia a ir de un extremo a otro, como si estos dos polos fueran la única manera en la que pudiera vivirse; Nancy dice: “yo en mi caso pues me sentía muy desvalorada pero a la vez me sentía más que los demás o sea algo bien fuerte, bien contradictorio, porque somos extremistas así y o sea siempre estamos o de un lado muy marcado o del otro lado, nunca estamos en medio”; en esta línea de pensamiento Carlos comenta: “somos persona muy sensibles a cualquier tipo de circunstancia, llámese conflictos familiares, problemas de trabajo, todo lo que está relacionado a nuestro medio ambiente, a nuestro contacto con las personas. Situaciones que nos aíslan y nos hacen cobijarnos bajo la bebida”. La vida emocional de un adicto consiste en ir de un extremo a otro, esto pone de relieve el vacío existencial que vive internamente, del cual intenta escapar. Este límite viene a reforzar y aumentar su frustración.

Los pensamientos en el ser humano configuran su manera de actuar, es decir, una persona construye su estilo de vida desde el tipo de pensamientos que lo habiten. Desde la experiencia de las personas entrevistadas, un adicto, muchas veces, piensa de manera descoyuntada y extremista. Esto, nos hace pensar que vive estados emocionales de la misma índole; sin embargo, tiende a fijar su atención en los pensamientos de carácter negativo. Por ejemplo: “nadie me quiere”, “nadie me entiende”, etc., pensamiento autodestructivos que dejan ver al otro como el

sujeto de quien debe cuidarse. Esta manera de pensar, generalmente, configura su interioridad, lo cual nos hace suponer que desde ella se justifique su soledad y su sentirse diferente; es común que el sujeto al pensarse diferente del resto se sienta al mismo tiempo no perteneciente al grupo, sea por la falta de identificación que por la autoexclusión y tienda por ello a vivirse aislado del grupo sin verdaderamente desearlo como lo comentan algunos de nuestros entrevistados. Esto nos da a pensar que un adicto “no disfruta del aislamiento, en realidad, pero lo ve como el menor de los males... mezclarse con la gente lo expone a la posibilidad del rechazo...” (Twerski, 2007, pág. 79), La soledad vuelve a ser una salida para el adicto, la cual, al ponerlo a distancia de los otros lo salva del posible rechazo de los otros, pero que al mismo tiempo le genera insatisfacción.

En relación a los pensamientos, algunos de los entrevistados expresan que su manera de pensar es, generalmente, desordenada; así como pasan de una emoción a otra, de la misma manera acaece con los pensamientos; van de uno a otro y muchas veces se suceden sin coherencia, debido a que, comúnmente, los pensamientos están vinculados a experiencias dolorosas o porque construyen una catástrofe que, muchas veces, no acontece, que es sólo producto de su imaginación, esto; nos hace suponer, que un adicto encuentra dificultades cuando se trata de hacer una introspección con el objetivo de contactar con sus sentimientos, Álvaro lo refiere de la siguiente manera:

Entonces, todos los pensamientos que cruzan por nuestra cabeza siempre están ¿cómo te podría explicar? mezclados unos con otros. Por momentos piensas en una cosa y cuando apenas estás pensando en eso ya tienes otra cosa en la cabeza. Entonces, los pensamientos son muy confusos muchas veces, en la cabeza de un alcohólico.

Por esta razón, con cierta asiduidad “alberga creencias contradictorias que promueven conflictos interiores... creer que tendríamos que ser capaces de controlar todo pero sentirnos totalmente impotentes para manejar nuestras vidas” (Washton & Donna, 1991, pág. 68) Esto nos hace especular que el pensamiento y

sentimiento del adicto no siempre están en sintonía, es decir, puede pensarse omnipotente pero sentirse impotente dando lugar a la frustración.

En la persona del adicto, la inestabilidad emocional, el sentirse diferente, la soledad y su manera de pensar, a decir de Nancy “distorsionada” generan creencias que poco favorecen en la regulación y equilibrio de su autoestima debido a que “las creencias que sostenemos de nosotros mismos, de los demás y del mundo que nos rodea determinan en gran medida nuestros sentimientos, nuestra personalidad y nuestra conducta” (Washton & Donna, 1991, pág. 83), estas creencias comúnmente no corresponden a aquello que el sujeto es, él muchas veces es consciente de esto, pero, no es un asunto que pudiera ocupar de su tiempo para la reflexión, aunque este mismo lo haga sentir insatisfecho.

Otra realidad presente en la vida de los adictos, entre ellos nuestros entrevistados, es la constante búsqueda de satisfacción de sus deseos, es decir, de experiencias placenteras que puedan contrarrestar su sensación de vacío e insatisfacción que le ha provocado la ausencia de aquello que ha deseado: afecto, atención, cuidado, amor, etc., Citlaly lo explica de la manera siguiente:

Generalmente una adicción responde a una carencia. ¿Si? Es esa carencia de atención de afecto, de cariño, de cuidado... La falta de atención de los padres, la falta de cuidado, cuando, cuando hay violencia intrafamiliar es, por un lado, la carencia de amor y de cuidado de la persona que lastima... la mayor parte de las, de la situación de la adicción viene por la carencia del afecto, del cariño.

Todo ser humano tiene necesidades que deben ser satisfechas para el sano equilibrio de su persona; desde la perspectiva y experiencia de nuestros entrevistados, las necesidades afectivas que no han sido satisfechas pueden ser un elemento importante para el nacimiento de una adicción, puesto que, comúnmente “detrás de una adicción, encontramos una pérdida significativa real o simbólica que a veces ha sido negada y excluida de la conciencia y que se pretende recuperar mediante la droga que muchas veces representa es objeto

perdido” (Piedrabuena, 1996, pág. 80); Las carencias o pérdidas que se adolecen no siempre están presentes en la conciencia, es decir, no siempre son fáciles de identificar, esto dificulta elegir el tratamiento mediante el cual puedan ser sanadas, en el intento muchos encuentran la respuesta en la droga, el sustituto a lo deseado o perdido.

A modo de conclusión, pudiéramos decir que la inestabilidad emocional como característica de la mayoría de los adictos, constituye uno de los elementos que provocan en éste la sensación de ser diferente, extraño al resto del grupo. Esto lo hace sentirse vulnerable, pero, una vulnerabilidad extrema que repercute en la manera de percibir a los otros y a sí mismo. Este modo de percibir, casi siempre es alterado por sus pensamientos o interpretaciones del adicto quien al entender su mundo de vida como algo catastrófico puede justificar su aislamiento.

Al aislarse, muchas veces, el adicto, cree estar a salvo de la violencia o daño que puedan causarle los otros. Este mismo pensamiento los motiva al consumo de la droga. Esto se debe a que la droga les proporciona la sensación de estar vinculado con otros...sin las exigencias de una verdadera intimidad... o bien lo pueden anestesiar con respecto a su soledad,” (Washton & Donna, 1991, pág. 110), el adicto pudiera parecer una persona naturalmente sociable, pero por lo general sus relaciones se fundamentan en aspectos “superficiales”, que se traducen en el sentimiento de profunda soledad. De esto, se deduce que la inestabilidad emocional y la droga promueven el aislamiento y **frenan** la experiencia de sentido de pertenencia.

8.1.2 Del sentimiento al sentido de pertenencia

El sentido de pertenencia, de pertenencia es una categoría que ha sido abordada desde diferentes ámbitos. La antropología ha definido al hombre como un ser sociable, en relación, creador de vínculos etc., “los seres humanos por naturaleza buscan la compañía” (Twerski, 2007, pág. 79); desde esta perspectiva, vislumbramos la imagen de un ser humano quien desde la relación se configura, se conoce y se entiende. La sociología y la psicología, por su parte, coinciden en la importancia fundamental que tiene en la vida del hombre y la relación que guarda con el tema de las adicciones. La relación implica para él entrar en contacto no sólo con las personas que lo rodean, sino con todo aquello que configura su contexto; sin embargo, cuando este contacto con el ambiente social es limitado principalmente por experiencias negativas, en la edad temprana de la persona, muchas veces, le genera un conflicto, ya que, “si no tenemos manera de trabajar con nuestros sentimientos a cerca de esas heridas, nos desconectamos de nuestro verdadero yo” (Linn, 1992, pág. 34), de los otros, al grado de percibirlos como diferentes y experimentar la sensación de no formar parte de ellos, dicho de otra manera, el hombre se pierde a sí mismo cuando se siente desvinculado.

El sentido de pertenencia es una necesidad en la vida del ser humano, puesto que cuando este no se realiza, como es el caso de muchos adictos, viven en un cierto estado de “suspense”; que se manifiesta en la sensación de estar desorientado por la falta de referencias que le permita vislumbrar una pista que le indique hacia dónde tiene que dirigir su existencia; así lo describen nuestros entrevistados al compartir que perdieron el sentido de pertenencia con sus grupos de origen como es la familia y encontraron grupos de pertenencia alternos, tales como las bandas, los grupos de consumidores, etc., a decir de ellos, les fueron alejando cada vez más de sus familias. Así, pareciera que nuestro sujeto anda en una búsqueda incesante de algo que pueda devolverle el sentido a su vida, ya que muchas veces cuando se le pasa el efecto de la droga, hace conciencia que se siente

insatisfecho con su vida porque “el instinto de supervivencia es más débil que el de pertenecía al grupo” (Piedrabuena, 1996, pág. 23). Desde esta necesidad de pertenecer a algo, no se pone límites, se involucra muchas veces en situaciones que ponen en riesgo su vida, Juan Pablo lo dice así: “por eso los tatuajes para que pudiera aparentar una persona agresiva, fuerte, es decir, todo lo contrario; todo lo que uno siente trata de expresarlo con su contrario. En mi caso los tatuajes era de los que llamaba la atención y de esta manera me sentía aceptado en la pandilla en este ambiente es fácil entrar pero salir cuesta mucho”; Carlos refiere desde su experiencia: “hablaban de mí para mal, por violencia, golpeábamos gente, robábamos, era para mal, pero yo me sentía bien, como que ya soy alguien, me sentía bien, que ahí estaba, que existía, más que nada, en la casa como que no existía”. La necesidad de pertenencia se impone sobre la autodestrucción, la exclusión social y el desdibujamiento de la propia identidad.

La experiencia de identificación constituye un elemento sustancial en el método de los 12 pasos y esta es parte del proceso de pertenencia, Bill describe esta experiencia con estas palabras “la “salvación” consiste en Alcohólicos Anónimos en “salir del aislamiento” y llegar a experimentar “la sensación de ser uno con Dios, y con el hombre”, la sensación de pertenecer que nos llega...Ya no nos sentimos perdidos y asustados e inútiles” (Linn, 1992, pág. 27); en el proceso de identificación el adicto reconoce a otra persona como otro igual a él, dando lugar a lo que Jack McGinnis en Linn (1992) expresa de la siguiente manera logramos “conectarnos” cuando nos sentimos “desconectados” (pág. 33). Al experimentar el sentido de pertenencia el adicto por medio del otro hace conciencia de sí mismo y de su pertenecía al grupo.

En la narración de los entrevistados nos permite constatar que el sentido de pertenencia en un adicto se puede experimentar en dos momentos diversos, en primer lugar, pertenecer implica seguir los ritos y prácticas del grupo al que se desea integrar, “generalmente estos jóvenes no se agrupan con un objetivo

predeterminado, como puede ser un deporte, o actividad creativa. El pasar el tiempo es un fin y el estar juntos, un fin en sí mismo” (Puentes, 2005, pág. 104) en muchos casos, en esto se fundamenta la identificación; Carlos narra su experiencia de esta forma:

Me voy sintiendo como que más aceptado, porque hay que tomar para que te acepte el grupito; más tarde fuimos haciendo nuestro grupito y, en ese grupo, se fue formando cierta hermandad, sentía que el cariño que no recibo en casa de papá lo recibo de los amigos, entonces, me empiezo a identificar más en la calle que dentro de mí misma casa.

En segundo lugar, se realiza a partir de una especie de “reflejo”, es decir, que una persona, en nuestro caso un adicto, puede sentirse identificado, descrito en el discurso que otro adicto formula para describirse a sí mismo “en las reuniones de los Doce Pasos a menudo escuchamos testimonios como el mío acerca de lo que le ayudó a recobrar su sentido de pertenecer. La gente que está en recuperación repite el mismo testimonio, una junta tras otra” (Linn, 1992, págs. 50-51), muchas veces, es a través del discurso sobre uno mismo que el otro logra identificarse; Citlaly dice haberlo vivido de la siguiente manera:

De repente encuentras en los compañeros de adicción una cierta solidaridad, una cierta hermandad, un lugar donde todos se apoyan, porque, finalmente, es un grupo de carentes tratando de levantarse de alguna situación. Entonces en ese grupo yo me siento aceptada, me siento querida; siento que estoy encontrando un grupo de iguales, donde soy aceptada. Y entonces se forma un grupo de apoyo, dentro de los mismos alcohólicos.

En el primero caso, la identificación es entendida como “hacer lo mismo” aludiendo a las prácticas: “uso de la droga (alcohol, marihuana, cocaína etc.); esta aporta desinhibición, seguridad, un eje temático que compartir y principalmente mucho placer” (Puentes, 2005, pág. 104) a esto Álvaro dice: “yo me voy sintiendo como que más aceptado, porque hay que tomar para que te acepte el grupito... y para que puedas integrarte a un grupo debes de tomar... si no tomas no vas a pertenecer a ese grupo, a ese clan o a ese medio”, y Juan Pablo por su parte

comparte: “yo crecí en barrio de pandillas, nos agarrábamos pandilla con pandilla, era de defenderse y ponerse y me hice más violento y era más que nada para que vieran mis amigos que yo si me aventaba”, tal como ellos lo expresan, para formar parte del grupo es necesario identificarse en las prácticas y la filosofía del mismo. De lo compartido, se puede pensar que un adicto sufre su soledad, lo cual pone en evidencia la ausencia de algo que, muchas veces, no logra identificar, pero sabe que necesita; en estos casos “‘la banda’ se convierte en “lugar” de encuentro con Otro, en ella...Logra huir de la soledad, de la angustia. Encuentra ‘un espacio’” (Puentes, 2005, pág. 104), de esta manera logra ser parte de un grupo, crear vínculos, filosofías que de alguna manera tranquilizan las emociones en la persona; sin embargo, al integrarse a este tipo de grupos lo que logra un adicto es satisfacer su sentido de pertenencia, pero, el malestar con el que ha llegado al grupo se sigue haciendo presente, lo que aprende a hacer es “poner lo malo afuera, encontrar chivos expiatorios de lo que ven mal, de lo que lo que no les gusta” (Puentes, 2005, pág. 104); por esta razón, muchos después de un cierto tiempo recurren a las agrupaciones de alcohólicos anónimos con la finalidad de encontrar una cura a su malestar.

En los grupos, llamados también pandillas a los que se integran quienes buscan formar parte de algo y que, en la mayoría de los casos, son personas que sufren la soledad. Como hemos mencionado anteriormente, en estos grupos se siguen las normas que de manera formal o informal han sido estipuladas por los integrantes; esto puede causar conflicto en el interior de los individuos quienes con el deseo de pertenecer, muchas veces transgreden su propia ética o moral, es decir, hacen cosas que parecieran más una obligación que una opción, lo cual, pudiera crear una tensión que alimente el deseo de consumir para sentirse tranquilo, puesto que “las drogas alteradoras de la mente tienen la tendencia a reducir las inhibiciones, la ansiedad o el sentido de culpa, permitiendo a las personas sentirse más libres de hacer lo que, bajo otras circunstancias, no harían” (Fort, 1980, pág. 25), bajo el efecto de la droga muchos pierden el control, se vuelven capaces de hacer y

expresar lo que en sobriedad no harían, dice Juan Pablo: “las drogas y el alcohol, me dormían esa parte, esa parte que no me gustaba y ya se me bajaba el efecto de la droga y otra vez era lo mismo”. En estas circunstancias, la droga se presenta como el medio que permite a una persona integrarse a la pandilla, al mismo tiempo que ayuda a evadir los conflictos internos, pero sin que por ello le brinde lo que necesita para la armonía de su vida interior.

El sentido de pertenencia, que se crea en las pandillas puede ayudar a muchos adictos a “sobrevivir” de una manera más tranquila, porque, como lo refieren nuestros entrevistados, es un sentido que “calma” y, de alguna manera, “tranquiliza” las emociones de una persona al sentirse parte de un grupo, querido, aceptado y, en algunos casos reconocidos. Sin embargo, la pertenencia que brinda la pandilla puede estar condicionado por las prácticas o ideologías que se promueven entre sus integrantes “hay una pseudovivencia de unión, la cual se desmorona en el momento que el adicto quiere dejar de consumir. Todo está bien mientras se mantenga el supuesto de drogarse” (Puentes, 2005, pág. 107), consumir alguna droga llega a ser requisito para la integración y no hacerlo pudiera generar la exclusión, la sensación de ser diferente, “rara” en medio de la banda.

En el segundo caso, la identificación se da por lo que hemos llamado el “reflejo”, es decir, al momento de escuchar la narración de una persona con problemas de adicción el otro cae en la cuenta de que tienen prácticas de consumo, de carácter y maneras de reaccionar en común. A diferencia del primero caso, en este lo esencial es el proceso de “interiorización” con el que se pretende que el adicto pueda contactar con aquellas experiencias que han marcado su vida, muchas veces de manera “negativa” y que ha llevado cargando durante su vida, como Juan Pablo, quien haciendo alusión a la violación de la que fue víctima expone: “sí, porque yo siempre lo traje, lo traía cargando. Siempre yo decía esto nadie lo va a saber” y Carlos refiere: “pero me echaba mis vinos y como que sacaba ese

coraje que traía guardado contra no sé quién... bueno contra mi papá”. El adicto es consciente de que su historia no es única como, comúnmente, piensa, cuando se ve reflejado por el testimonio de otra persona, muchas veces, se siente motivado, adquiere confianza para realizar el trabajo de interiorización, el cual es necesario para el proceso de rehabilitación.

En las agrupaciones tipo AA el trabajo consiste además de evitar el consumo, en recuperar la historia, mediante una especie de autobiografía, con el objetivo de ubicar los momentos o acontecimientos que han influido en la inestabilidad emocional, aquellas experiencias y relaciones que, sobre todo, en la infancia y adolescencia marcaron nuestra persona “hicimos inventario honradamente Primero, buscamos las fallas de nuestro carácter que causaron nuestro fracaso... y en la mayoría de los casos se descubrió que nuestro amor propio y relaciones estaban lastimadas” (Anónimos, 1986, pág. 60). Muchos experimentan resistencia o encuentra dificultades para la interiorización, pero, muchas veces al sentirse identificados logran hacerlo y compartir sus experiencias de vida.

Una de las prácticas de los grupos que siguen el método de los doce pasos consiste en compartir, principalmente, las vivencias personales con los compañeros que se encuentra en el mismo proceso de rehabilitación; “al elegir la vía de la dicción, el individuo tomó el camino que creyó más fácil y se apartó de otro que lo obligaba a luchar con los sentimientos y los problemas que él deseaba eludir” (Washton, 1991, pág. 179). Es probable que el adicto, evada por miedo a ser expuesto en su vulnerabilidad sintiéndose solos, lo cual cambia cuando se identifica con otra historia. La identificación regularmente propicia el surgimiento de vínculos, es decir, la sensación de no estar solo, en este sentido Nancy comenta: “una vez que yo llegué a un programa de rehabilitación pidiendo ayuda que es el programa de los 12 pasos, a través de empezar a escuchar otras experiencias me pude ir enlazando decir yo no la única pienso así, que piensa diferente”, de manera implícita, en la experiencia de Nancy la presencia de otro

adicto le proporciona un poco de paz o esperanza. Libera de cierta tensión acumulada por años.

En el grupo donde vive su proceso de rehabilitación, un adicto puede aprender a interpretar la realidad o su problemática desde otra perspectiva que no sea la propia. Una problemática a la que puede enfrentarse es lo complicado que puede resultarle confiar o buscar apoyo en los demás, puesto que el narcisismo es una de las características propias de su personalidad, lo ideal es que considere “la posibilidad de que existe otra versión de la realidad para alguien en quien confían” (Twerski, 2007, pág. 135), así el cambio de pensamiento puede resultar, para muchos de ellos, menos violento al venir la invitación a la apertura de quienes son para ellos agentes de confianza tomemos como ejemplo el caso de Juan Pablo:

Los compañeros me fueron llevando, me decían Si no crees en Dios, Cree en algo, en algo superior a ti..., realmente, en qué creo, creo en una silla o en qué, me decían cree en algo. Y realmente empecé a creer en las personas que estaban ahí.

Lo que un adicto busca es satisfacer las carencias que le causan conflicto y dificultan su manera de relacionarse con otros, nuestros entrevistados dirán que esas carencias, comúnmente son afectivas y que regularmente se presentan cuando “el adicto ha crecido en un grupo familiar que no le brindó el medio adecuado de seguridad para un desarrollo armónico” (Astolfi, 1989, pág. 53); la familia como primer grupo de pertenencia tiene como labor principal enseñar al individuo la manera de conectar con el mundo, cuando esto no sucede se sufren daños. Una de estas carencias es la que ya hemos venido mencionando: el sentido de pertenencia y la falta de identificación con los demás. Cuando un adicto logra sentirse parte de una agrupación, puede conectarse de manera auténtica con los demás; el ambiente que le brinda el grupo es para muchos el lugar adecuado para hablar de sí mismo y empezar el proceso de rehabilitación que muchas veces termina en la reconfiguración misma de su identidad. Algunos centros de rehabilitación, de alguna manera brindan el cuidado maternal o paternal

a los pacientes, es decir, les brindan lo que necesitan al mismo tiempo que los preparan para que puedan salir con un proyecto de vida diferente a encontrarse con los demás y enfrentar con otra disposición las dificultades de la vida, de esta manera se satisfacen las carencias que habían sido motivo de conflicto. Esta de alguna manera ha sido la experiencia de nuestros entrevistados, en general afirman que al llegar a estos lugares encontraron comprensión, respeto, cuidado, en pocas palabras encontraron lo que necesitaban para mantenerse en el tratamiento para combatir su adicción. De lo compartido por algunos de ellos entendemos que sus experiencias más relevantes fueron la ausencia de juicios, de críticas o de todo aquello que los hiciera encerrarse en sí mismos y recibieron la confianza para poder compartir su experiencia de vida en su literalidad.

Una adicción, podemos pensar, se presenta como el sustituto de una relación interpersonal, es decir, la relación que un adicto pudiera crear con una persona la crea con la sustancia que consume, la cual le resulta menos confrontante y más placentera, pero una vez que en la relación interpersonal logra sentirse; como expresan los entrevistados, aceptado, amado, apoyado, la sustitución puede invertirse. La pertenencia, no sólo se realiza cuando un adicto se siente acogido e identificado con los integrantes del grupo, sino cuando él mismo hace conciencia que el grupo le pertenece, es decir, que no es un grupo sino su grupo.

La búsqueda del adicto que aquí hemos llamado sentido de pertenencia se constituye en una doble finalidad: entrar en contacto con otros, pero, al mismo tiempo entrar en contacto consigo mismo, con su mundo emocional, esto requiere, muchas veces, que el sujeto se sienta en confianza y la vez sienta confianza en quienes lo rodean, dicho de otra manera, siente la pertenencia recíproca entre él y los integrantes del grupo, para muchos es el grupo en el que viven su proceso de rehabilitación a esto Nancy expresa: “los compañeros con mucha honestidad me empezaron a compartir su vida, hombres y mujeres y eso me impactó muchísimo” y Citlaly comenta: “es un grupo de carentes tratando de levantarse de alguna

situación. Y entonces se forma un grupo de apoyo, dentro de los mismos alcohólicos. Me hace sentir bien, y como me conecta con las personas, me conecta con las personas adecuadas para mi propio mal, para mi propia carencia”.

Siguiendo el relato de un adicto que se siente “excluido”, el consumo de drogas, más allá de ser una decisión que asume como acto volitivo, es una decisión que, habitualmente, está motivada por emociones o sentimientos que conflictúan su vida y su bienestar “el hecho es que en la mayoría de los alcohólicos, por razones que todavía son oscuras, cuando se trata de beber, han perdido su capacidad de elegir. Nuestra llamada fuerza de voluntad se vuelve prácticamente inexistente” (Anónimos, 1986, pág. 23), en este sentido, podemos decir que consumir drogas “no es una decisión consciente, ni siquiera en los casos en que se declara conocer porqué se toman.” (Piedrabuena, 1996, pág. 28); Se puede decir que consumir droga no es una decisión consciente, porque si fuera así, el adicto lo evitaría sabiendo el daño que pudiera causarle; sin embargo, sí es la decisión que toma porque pudo haber elegido otras como trabajar su malestar mediante un proceso terapéutico, con la cual pudiera controlar o disminuir su necesidad de consumo pero, que quizá, no la elige por las implicaciones a su persona; decide por la solución que le brinda respuestas inmediatas pero esporádicas las cuales le van generando una necesidad cada vez mayor de consumo,

Se dice que el ser humano es sociable por naturaleza, esto explica porque puede resultarle difícil vivir “aislado”, sin embargo, este puede ser “aliviado” de manera diferente como lo hemos presentado, por una parte encontrar un grupo en el que la pertenencia normalmente se fundamenta en el cumplimiento de ritos, prácticas o maneras de pensar en común, sin necesidad de compartir la intimidad; por otra parte, puede integrarse a un agrupación y en ella encontrarse a sí mismo/a mediante el discurso que los demás hacen de sí, es como encontrarse desde el otro quien le brinda afecto, seguridad etc. Juan Pablo dice:

Ese afecto que por humanidad nos tiene que tocar, por el simple hecho de ser y de estar como personas, como seres humanos y entonces es como volver a confiar, que el alma pueda volver a confiar, el sentido de pertenencia hace experimentar a la persona que es un ser que puede ser amado y a su vez puede amar.

Es en la interrelación dónde el hombre tiene la posibilidad de colmar sus carencias, principalmente cuando estas surgen por falta de afecto, cuidado o atención, ya que lo que un humano le ha negado otro puede ofrecerle.

En conclusión diremos que el sentido de pertenencia tiene una doble función en la vida del ser humano, por una parte lo lleva al trato consigo mismo y por otra le permite contactar con los otros; en esta relación de reciprocidad, muchas veces se satisfacen las carencias que ha llevado cargando en su vida. Una manera de satisfacer sus carencias es mediante la integración a las pandillas o grupo de amigos, donde de alguna manera encuentra una orientación para su vida en las reglas que siguen los integrantes del grupo y que ellos mismos han estipulado; otra manera es la integración a grupos o centros de rehabilitación dónde, mediante los discurso del otro se encuentran o entienden a sí mismos, lo cual les devuelve confianza y seguridad para retomar su vida, Linn (1991) teniendo en cuenta la dinámica de los grupos afirma que la genialidad de la recuperación de un adicto que sigue el método de los doce pasos, radica en compartir su experiencia al compartir su historia. Lo que necesita una persona adicta al llegar a un grupo de rehabilitación es desarrollar un sentimiento de pertenencia Bill W. dirá “a medida que yo fui logrando hacer esto, ya no me sentí obligada a llegar tarde a clases y empecé a pedir directamente la atención que necesitaba” (Linn & Linn, 1992, pág. 127); la pertenencia, ambiente del grupo hace que la persona se sienta en medio de personas que pueden ser su red de apoyo.

8.1.3 Hacia lo temido pero acompañado

Los entrevistados desde su experiencia afirman que una adicción, en la mayoría de los adictos, es un síntoma que puede estar anclado en “males” más profundos como: carencias afectivas, abuso físico o sexual, violencia intrafamiliar etc., en sintonía con esta afirmación Washton (1991) dirá que el factor que motiva en el hombre el deseo de consumir drogas como forma de sobrellevar las tensiones puede ser cualquier crisis existencial, la sensación de soledad o cualquier otra situación que provoque sentimientos o estados de ánimo penosos (Pág. 57); el consumo de drogas aparece como una práctica subsiguiente en la experiencia de nuestros entrevistados y desde la perspectiva de Washton, un medio de evasión; de esto deducimos que la droga no es un problema en sí, pero, llega a serlo cuando se usa con la finalidad de evadir sentimientos que crean estados de ánimo poco agradables: temor, ansiedad, ira etc., en estas condiciones, “quien se acerca a la droga para liberarse de una angustia inmanejable, no se detendrá hasta que el dolor y la soledad sean insoportables” (Puentes, 2005, pág. 108), entendemos que llega un momento en la vida del consumidor de drogas donde estas no producen el efecto esperado. Para muchos adictos habiendo llegado a esta etapa que Puentes llama de “resquebrajamiento” es que empiezan a tener relevancia y surgen como otra alternativa los centros de rehabilitación de tipo AA.

Los sentimientos poco agradables, catalogados como negativos, que experimenta el adicto son señales que advierten la presencia de una situación interna que no ha sido resuelta, en la situación de Juan Pablo, quien fue víctima de una violación en la infancia, los sentimientos de inseguridad, miedo, desconfianza y aislamiento, son resultado precisamente de ese suceso tan dramático. A esa edad y en estas condiciones tan dramáticas: sin el apoyo y sin la confianza de sus padres, no contó con los elementos para asimilar y sanar tal acontecimiento, se decía a sí mismo “nadie lo va a saber” porque no tenía confianza en sus padres, incluso, dice cuando hice mi primera comunión ni al Padre se lo dije, por vergüenza o miedo al

rechazo; por su parte Carlos afirma que su baja autoestima fue el resultado del trato que recibió de su Padre; quien acostumbraba gritar y golpear por cualquier motivo; muchas veces, con la finalidad de lastimar. Carlos reconoce, también, que sentía rencor hacia su Padre, el cual, expresaba solamente cuando estaba ebrio. En ambos casos lo vivido ha dejado una herida que no fue trabajada, probablemente, por el dolor que ésta causó en la vida de las personas que nos han contado su historia desde su particular manera de percibir o como ellos la han interpretado.

Los entrevistados, como tantas otras personas, expresan haber crecido con esas experiencias generadoras de lo que Carlos llama “males más profundos”, haciendo referencia a los daños causados en la parte emocional de una persona y que Juan Pablo describe de la siguiente manera: traía mucho resentimiento de chico, odio, coraje contra la persona que me violó. Las experiencias que ellos vivieron son un ejemplo de las situaciones que causan, lo que se puede llamar, “males profundos” o “dolor emocional”, un dolor que, muchas veces no saben cómo expresar porque probablemente no es sencillo identificarlo como pudiera ubicarse el dolor de algún miembro del cuerpo. Este tipo de malestares requieren para ser aliviados un tipo de tratamiento particular en el que, comúnmente, no tiene que ver el consumo de algún tipo de medicina o consumo de drogas, en situaciones similares:

Contamos básicamente con dos opciones para encontrar alivio: podemos tomar alguna medida para modificar las circunstancias que están teniendo este efecto negativo en nosotros (resolviendo el problema, tratándolo, comunicándonos), o bien, si eso no es posible o deseable, podemos cambiar nosotros mismos, modificar nuestra relación con las circunstancias (Washton & Donna, 1991, pág. 57).

Cualquiera de las propuestas anteriores remite a un trabajo que una persona adicta tendría que realizar, es decir, más allá de evadir aquello que le causa malestar o que la llevó a consumir drogas, es momento de atender el daño que de una u otra forma ha intentado evadir, dicho de otra manera, es tiempo de atender la herida o dolor emocional. Trabajar las emociones, desde la perspectiva de

nuestros entrevistados, constituye en un proceso de rehabilitación la condición “sine qua non” para que un adicto pueda recuperar su tranquilidad o estabilidad emocional que en algún momento perdió.

Asumir las emociones no es sencillo, más aun, cuando estas han sido dañadas o no se sabe cómo manejarlas; Nancy lo refiere de la siguiente manera: “cuando sentía mucho miedo, me decía no sientas y de inmediato recurría a un tequila. Decía yo necesito un tequila porque esto no me está gustando”, la experiencia primaria de dolor, muchas veces, ha causado un malestar que sigue vigente en la vida de las persona, principalmente en la vida de quienes “no hemos aprendido a comunicar directamente lo que queremos y sentimos (a menudo ni siquiera sabemos nosotros mismos) y tampoco hemos aprendido a usar técnicas como reflexionar, auto observarnos” (Washton & Donna, 1991, pág. 59); en la mayoría de las personas las heridas no han sido trabajadas y en algunos casos ni si quiera compartidas, debido, en muchos casos, a especulaciones que se hacen sobre las actitudes que los otros pueden tomar frente a su situación: rechazo, juicio etc., actitudes que pueden aumentar su dolor o agrandar la herida.

El primer paso para poder tratar la enfermedad emocional consiste en ubicar las emociones, esto no es sencillo para quienes “curarse, en el sentido de cambiar, es un pésimo negocio, pues significa enfrentar todo aquello de lo que huyó al acudir al mundo mágico-ilusorio de la droga” (Kalina, 2005, pág. 20). En la vida del hombre se hace presente “algo” de lo que se huye, que atemoriza, a esto nos referimos cuando decimos que la experiencia de dolor sigue vigente por que se sigue manifestando en las situaciones del presente y que muchos han combatido mediante la droga, la cual, “ha sido su solución”. Sin embargo, se trata en adelante de hacer un “cambio” en la actitud, a saber, de la “evasión” a la “responsabilidad”, una actitud en la que el individuo “decide” hacerse cargo de sus emociones, aunque haya quien “quiera curarse sin cambiar de vida y sin tener que hacerse cargo de las consecuencias, es decir, sin aceptar limitaciones que lo remiten a

esas insoportables vivencias de vacío” (Kalina, 2005, págs. 20-21); asumir tiene que ver con hacerse responsable de aquello a lo que constantemente se ha huido. Este proceso, muchas veces resulta complicado, principalmente, cuando la persona no tiene suficiente confianza ni seguridad en sí misma o se siente sola.

Este proceso puede ser menos complicado para los adictos, cuando se sienten acompañados, en estas condiciones toman conciencia de que no están solos, “los colectivos son un soporte de primera para, mediante la identificación recíproca, construir un superyó ideal y un ideal del YO común que le ayuda a mantener, de momento su salud mental.” (Piedrabuena, 1996, pág. 28), el grupo le brinda al adicto un ambiente en el que puede sentirse seguro para expresarse en su autenticidad, un ambiente en el que se sienta acogido, respetado y amado; “el grado de autoestima y confianza en sí mismo puede mejorar considerablemente recurriendo a la asistencia que los demás ofrecen. Así, los sentimientos, ideas y problemas pueden ventilarse de modo catártico” (Madden, 1986, pág. 150); en la medida que el adicto se siente en confianza y apoyado por un grupo de personas es capaz de hablar de sí y sus dificultades, Juan Pablo refiere: “entonces ahí empieza uno a sacar sus pinches complejos, fue en ese lugar donde me di cuenta que ese complejo me había hecho daño”. Una vez que ha escuchado que alguien más del grupo comparte experiencias similares se desvanece su sentirse solo, el miedo a la soledad disminuye, de esta manera, muchas veces, surge el deseo de compartir sus vivencias.

En los centros de rehabilitación bajo la premisa de que una adicción es una enfermedad emocional, se está convencido de que “las heridas se curan en la medida en que compartimos con los demás lo profundo que es nuestro dolor y recibimos amor” (Linn, 1992, pág. 162), por esta razón se pide a cada miembro del centro que realice de manera minuciosa y honesta un inventario de su vida que posteriormente se comparta, en la medida de las posibilidades de cada uno con los demás compañeros, a esto Nancy comenta: “honestamente mostraban sus

sufrimientos, eso fue algo para mi muy fuerte, impactante” cuando un adicto ve en otros la valentía para indagar aun en sus heridas más profundas no se siente más solo, es decir, se siente acompañado y por eso el a su vez, se va en busca de su propia herida, la diferencia es que ahora no se siente solo, encuentra un soporte en la relación con sus compañeros en proceso de rehabilitación.

La presencia y compañía de las otras personas que se encuentran en rehabilitación es fundamental en el proceso de recuperación de las experiencias de la vida, de manera particular, de aquellas que han lastimado a la persona adicta; podemos pensar que el daño causado y la percepción de ser diferente que experimenta un adicto son los elementos que hacen que tome “distancia” de sus sentimientos, que se aíse y se niegue a trabajar su parte lastimada. Es complicado hablar de la parte dañada cuando un adicto está empezando a vivir la abstinencia porque “la angustia que le genera la abstinencia (física y/o psicológica) se le vuelve insoportable y sólo le da un breve respiro una nueva ingesta” (Puentes, 2005, pág. 107), la abstinencia, deja al adicto sin aquello que le permite estar tranquilo cuando no lo tiene, pareciera que se siente una vez más perdido, tal vez porque ha hecho de esta práctica el hábito que le da sentido a su vida, Sin embargo, cuando en el grupo de rehabilitación se le pide abandonar el consumo, hay un sustituto de la droga “el individuo que asiste a tales grupos puede recibir aliento y esperanza a través del contacto personal con otros alcohólicos que están en vías de recuperación y rehabilitación” (Madden, 1986, pág. 151), en los grupos se da una sustitución que resulta significativa para los adictos, llegaron a sustituir la relación con la droga, en este trabajo emocional, la sustitución se invierte, es decir, se trata de abandonar la droga y sustituirla por la relación.

Concluimos diciendo que la droga es la evidencia de un daño que ha fracturado la vida del adicto, este daño ha causado en la mayoría de los casos un dolor emocional que puede acompañar y condicionar la vida de las personas en etapas sucesivas mientras no sea trabajado; Frente a este daño, muchas personas al no

saber cómo reaccionar encuentran una solución inmediata pero esporádica en la droga, la cual en muchos casos, viene a sustituir la relación interpersonal, debido al aislamiento en el que se refugia la persona al sentirse diferente del resto de las personas; sin embargo, llega un momento donde la angustia o la soledad le resultan insoportable y se ve “obligado” a buscar otra solución: un centro de rehabilitación. En este lugar se encuentra con personas con problemáticas similares y mediante el reflejo, es decir, mediante la identificación con la experiencia de otro logra identificarse con ellas; en algunos grupos cuando hay experiencias similares se usa la expresión “puente” para decir que hay una correspondencia entre lo vivido por uno y otro. El aporte afectivo/emocional que estás le brindan es un soporte y motivación para su trabajo emocional, al mismo tiempo que le permite soportar la angustia que le genera la abstinencia puesto que los vínculos afectivos vienen a sustituir a la droga que tanto tiempo usó para evadir su realidad, ahora sintiéndose amado, con capacidad de amar, pero principalmente acompañado se siente capaz de afrontar lo temido, es decir, su dolor, su fragilidad o sufrimiento.

8.2 La “enfermedad” emocional vs la reconfiguración identitaria

Las personas que fueron entrevistadas para este trabajo convergen en una misma opinión sobre la relación que existe entre las emociones y la adicción. Dentro de la literatura en torno a las adicciones define esta como “el uso excesivo de una droga hasta un grado que daña cuantificablemente la vida de una persona” Mientras que una emoción de manera general “designa cualquier estado mental agitado, vehemente o excitado del individuo” (Young, 1979, pág. 16), dicho de otra manera, son aquellos sentimientos o maneras de percibir, que surgen en el contacto con una realidad determinada y que se expresan mediante reacciones de conducta, tales como la agresividad, el llanto, la alegría, etc., sentimientos que en las personas adictas surgen principalmente de manera brusca y precipitada.

Las emociones como “procesos y estados afectivos tienen su origen en las situaciones diversas que una persona afronta en la vida. Se manifiestan en sentimientos subjetivos” (Young, 1979, pág. 12); decimos entonces que las emociones surgen cuando el individuo, envuelto en la dinámica de lo cotidiano, es “afectado” o se deja “afectar” por situaciones de su contexto, que expresa en reacciones como: el temor, la ira, la pena, la excitación, el disgusto, la aflicción, los celos, la vergüenza etc. Cada una de estas, puede tener diferentes manifestaciones, puesto que, tanto la sensibilidad como la manera de reaccionar, ante los estímulos, es distinta en cada persona.

Las emociones son valoradas por muchos psicólogos bajo las categorías “positivo” y “negativo” debido a los “fenómenos” viscerales que percibe el sujeto emocionado, algunos expertos en el tema afirman que “aunque cuando ordinariamente se supone que las perturbaciones son algo desagradables existen emociones positivas de gozo, de risa, de éxtasis etc., que son estados emocionales agudamente desorganizados” (Young, 1979, pág. 12), en esta dinámica, los adictos, se mueven, como ellos lo dicen se mueven muchas veces en extremos sin poderlo evitarlo. A esto hace referencia Citlaly cuando dice:

Las emociones están como... si te lo pudiera poner en algo gráfico: como una pelota de ping pong, o sea van, vienen, van, vienen,... hay momentos de mucha efusividad, mucha emoción, de “felicidad extrema”, y después, viene una depresión extrema, una tristeza extrema, una desolación, un sentido de abandono”; este movimiento emocional descontrolado agudiza la sensibilidad y vulnerabilidad de una persona haciéndola cada vez más insegura, hipersensible.

En relación al tema emocional, algunos de nuestros entrevistados, desde su experiencia, afirman que la mayoría de las veces, el uso excesivo de una droga se encuentra vinculado a aquellas emociones que han sido reprimidas causando daños en la persona, como el amor, la alegría, la seguridad, la felicidad etc. Esta experiencia deja en la persona una huella que comúnmente es valorada como “negativa” por los efectos que produce. A esto, Carlos dice:

Para mí las adicciones cualesquiera que sean, son un escape, una salida a todo aquello que me está aprisionando, a todas mis emociones que yo tengo reprimidas y que tengo acumuladas de toda mi vida”; la adicción es entonces el “escape” de los estados emocionales, principalmente de aquello que al ser reprimidos generan malestar.

Es lógico pensar que una persona que presenta distorsiones de la realidad pueda tener una imagen distorsionada de sí misma. La distorsión se manifiesta en las contradicciones en las que cae la persona sin percibirlo, por el hecho de que todo lo que dice y piensa es correcto desde sus criterios de razonamiento. Por esta razón, se dice que para entender a un adicto, muchas veces, es necesario invertir el sentido de nuestro pensamiento puesto que desde su lógica “en su búsqueda de placer se daña, en su afán de independencia *se vuelve esclavo...*, en su intento por ser, acepta vivir como un *no-ser*, y morir con la fantasía maníaco-omnipotente de vencer la finitud” (Kalina, 2010, pág. 17), el pensamiento del adicto, comúnmente, se manifiesta de manera invertida al objetivo que persigue. Esto mismo puede aplicarse en la percepción que tiene de sí mismo, es decir, cuanto más débil se sienta más poderoso deseará ser, y en consecuencia, su consumo de droga aumenta pues “la droga no representa, es de forma concreta *omnipotencia* y le permite vivir una ilusión transitoria de *ser otro*” (Kalina, 2010, pág. 25), bajo los efectos de la droga es común que no haya coherencia entre la realidad y la realidad que percibe el sujeto. “El correlato de esta postulación es la incapacidad y/o fracaso en su búsqueda de una identidad propia” (Kalina, 2010, pág. 17), ya que habitualmente se piensa de manera contraria a aquello que en realidad es, esto vuelve complicado que pueda entender el tipo de persona que es y las características que lo constituyen puesto que fija su atención más en el ideal de persona que quiere ser y no en aquello que él mismo es.

Por otra parte, hubo quienes, en las entrevistas afirmaron que la adicción es el resultado de una “enfermedad” emocional, entre ellos Álvaro, quien comparte de esta manera: “es una enfermedad emocional... somos personas emocionalmente

enfermas y muy sensibles a cualquier tipo de circunstancia”, por su parte Citlaly aludiendo a los adictos dice: “en el enfermo... las emociones son, precisamente, las que están enfermas” y desde la perspectiva de Carlos: “todas esas cosas yo creo que vienen a causa de una enfermedad emocional”. El término “enfermedad” comúnmente hace referencia a una alteración leve o grave del funcionamiento normal de un organismo, debido a una causa externa o interna; pudiéramos decir entonces que la vida emocional del individuo ha sufrido una alteración, que nosotros estamos llamando enfermedad emocional, la cual, repercute en el “bienestar” afectivo/emocional de una persona provocando un desorden o desequilibrio en la persona.

8.2.1 Del síntoma a la “enfermedad”

En los discursos que presentan las personas que participaron en nuestras entrevistas encontramos un denominador común que postula la doble función que puede tener una adicción en la vida de una persona. Por una parte, puede estar “sustituyendo” una carencia de carácter afectivo, y por otra, representa un medio de “escape” a las emociones que implican cierta dificultad cuando se trata de afrontarlas o asumirlas. Desde su experiencia, Carlos comenta: “es que en todos los casos, hubo o maltrato al niño o abuso físico, sexual o emocional, o carencias de amor o carencias materiales, pero, pero las más fuertes son las carencias de amor... yo me fui primero por el alcohol y luego por las drogas”. A su vez, Nancy dice: “se me complicó mucho siempre estar en mi realidad, la experiencia que, obviamente, más me encantó fue cuando empecé a consumir, que era lo que me hacía más fácil salir de mi realidad”. Cuando una persona es habitada por sentimientos que le causan dolor emocional y no sabe qué hacer, vive de alguna manera confundida. Esto puede provocar en ella mayor sensibilidad e inseguridad, llevándola a vivir, muchas veces, los acontecimientos cotidianos como una amenaza, ya que su grado de sensibilidad es mayor al del resto de los individuos; comúnmente trata de evadir esa hipersensibilidad que lo hace ver como una

persona frágil, sin saber cómo hacerlo. Como lo expresan nuestros entrevistados, quienes encontraron una salida alterna en la droga.

Sea cual fuere el rol que juegue una adicción en la vida de una persona, es entendida en la mayoría de las situaciones como un síntoma, el cual, a su vez puede ser “la consecuencia de uno o varios conflictos que no se han resuelto y permanecen reprimidos, o son negados, disociados y separados en parte, de la vivencia de su existencia” (Piedrabuena, 1996, pág. 39), por esta razón, consideramos que para encontrar a qué está respondiendo este síntoma, habría de indagar en la experiencia de vida de la persona en quien se manifiesta, puesto que, este como otros síntomas, solamente, se entienden dentro de su contexto. En este caso el contexto es la vida integral de la persona, es decir, en su dimensión individual y social, en la relación consigo mismo y con los demás.

Lo que hemos entendido es que la adicción como síntoma, pone en evidencia uno o los conflictos internos que puede estar padeciendo la persona que consume. Estos conflictos, regularmente surgen cuando hay una lucha entre la vivencia emocional/afectiva del adicto y su deseo de eliminarla para poder lograr el ideal de vida al que aspira, es decir, una vida de mayor libertad y tranquilidad. No es sencillo, puesto que, muchas veces, no se sabe desde que trinchera pueda abordarse este problema, que al mismo tiempo es complejo por los diferentes elementos que se encuentran implicados: sentimientos, emociones, representaciones, razonamientos, interpretaciones, aspiraciones etc.; por ejemplo, en muchos adictos un conflicto común “es el buscar la satisfacción de deseos que, en sí mismos, no pueden ser satisfechos” (Piedrabuena, 1996, págs. 39-40), no pueden ser satisfechos porque regularmente su origen está en el pasado, en esta situación, la psicoterapia encuentra un amplio campo de acción, puesto al indagar en las vivencias de la persona, se van entretejiendo las diversas experiencias y se puede ir encontrando los elementos dentro de los cuales se encuentra inmersa la herida o conflicto, como lo refiere Carlos quien comenta que en la infancia fue

maltratado física y emocionalmente por su padre, de quien nunca recibió un abrazo o un detalle que le permita conservar una experiencia agradable él:

Una vez que estábamos tomando él y yo, le pedí un abrazo. Me dijo: “si eso es lo que quieres, pues toma”, y ya me dio un abrazo...!!!, Al día siguiente dije, chin, no valió, me sentí bien en el momento, pero después dije, bueno como que no vale porque borracho él y borracho yo, así no, porque no le di mucha importancia como que también fue así de, sí eso es lo que quieres, pues órale!!!

La carencia de afecto y las consecuencias que pudo haber desencadenado en la vida de Carlos, han sido, de alguna manera, los elementos que han colaborado en el desarrollo de su conducta adictiva que como él lo dice, “en un momento se convirtió en un acto compulsivo” debido a la presencia del rencor que sentía hacia su padre, la inseguridad que le había creado y el complejo de inferioridad que le había provocado, dando lugar a lo que Young (1979) llama “el malestar” (pág.12), el cual se manifiesta como inquietud y tormento que se activa, cuando en lo sucesivo se presentan experiencias análogas dentro o fuera del ambiente familiar; desde la perspectiva de Citlaly, muchas veces, el primer daño que influye en el desarrollo integral de nuestra persona lo vivimos dentro del ambiente familiar, ella lo refiere de esta manera “esa carencia de atención, de afecto, de cariño, de cuidado generalmente se origina en la familia”; esto representa para muchos un serio problema, una paradoja, puesto que dentro del ambiente familiar se espera tener la experiencia del amor, atención, cuidado etc., y en algunos casos no es así, es la experiencia de Carlos quien adjudica su baja autoestima al trato que recibió de su Padre.

Una adicción para ser tratada exige ser vista de manera holística, es decir, desde una postura abierta, que tenga en cuenta los diferentes elementos que se encuentra a la base de ésta, ya que, habitualmente, un estímulo puede generar una conducta adictiva, pero en su desarrollo se van agregando otros u otra experiencias que la van fortaleciendo. Por esta razón, en el proceso de rehabilitación es necesario ubicar los elementos que han generado necesidades

en el individuo para quien “el objeto de su anhelo no es la droga sino la satisfacción de las fantasías/envolturas creadas acerca de la misma, y estas fantasías tienen por finalidad la sutura de la distancia entre el deseo de la droga y la causa de ese afán compulsivo” (Piedrabuena, 1996, pág. 40). De esta manera, el adicto se vive en una constante frustración puesto que en el intento de satisfacer su necesidad “consumiendo droga”, se enfrenta a un constante fracaso, ya que el “goce” dura el tiempo que se está bajo los efectos de la ésta.

Con lo dicho hasta aquí, podemos decir que la adicción es un síntoma entre otros, el cual, al ser analizado puede brindarnos pistas que nos indiquen aquello que lo ha originado. El síntoma, desde lo que se ha presentado se fundamenta en conflictos internos que vive una persona, principalmente en el ámbito de lo afectivo/emocional. El trabajo a realizar consiste, entonces, en entender cómo este se ha ido desarrollando en la vida del adicto, es decir, entender la estructura del fundamento, una tarea no siempre sencilla, pero indispensable en un proceso de rehabilitación. En algunos procesos, la causa del afán “compulsivo” que manifiesta el adicto por la droga es desconocida por él mismo. Esto, en principio, para muchos, es motivo de ansiedad o descontento emociones que los impulsan a buscar soluciones acorto plazo, pues lo que, generalmente ellos desean es disminuir o eliminar esas sensaciones de su vida; sin embargo, en el intento se da cuenta que es una solución con resultados efímeros que duran el tiempo que los efectos de la sustancia en su organismo. Así se puede explicar “por qué” en un proceso de rehabilitación, no se trata específicamente que la persona deje de consumir, sino de ubicar las posibles razones que lo llevan a realizar esta práctica.

Las emociones, siendo uno de los fenómenos naturales y espontáneos en la vida del hombre, pueden surgir motivadas por un estímulo interno o externo que las configura, pero una vez “activadas” adquieren cierta “autonomía”, en relación a la voluntad, es decir, una emoción no surge por el hecho de querer, siempre responderán a un estímulo. Por ejemplo, no se puede estar triste, alegre, enojado,

deprimido como algo volitivo, sino que se entra en estos estados a causa de la manera como el sujeto percibe o interpreta los hechos. Esto, de algún modo, hace que las emociones adquieran determinada intensidad. Lo ideal es que pudieran vivirse de manera ecuánime, pero esto no siempre es así, debido que los hechos son susceptibles a una gran variedad de interpretaciones.

La experiencia de las personas que fueron entrevistadas nos muestra que en la situación de un adicto, las emociones habitualmente carecen de estabilidad. Dirá Citlaly: “si te lo pudiera poner en algo gráfico, es como una pelota de ping pong, o sea, las emociones van, vienen, van, vienen”; esto trae como consecuencia una “desviación” que repercute en el comportamiento del individuo, es decir, en “aquel comportamiento que la mayoría de la gente manifiesta en su esfuerzo por mantenerse *equilibrado*” (Young, 1979, pág. 19), este equilibrio en general, es procurado por los individuos: Cuando se logra, se dice que su estado emocional es sano, pero, cuando esto no es posible, entonces se habla de una “enfermedad emocional” o “enfermedad de las emociones” a la que hace referencia los discursos de nuestros/as entrevistados.

De lo dicho anteriormente, podemos vislumbrar la importancia de entrar en contacto con las emociones, las cuales, determinan en el individuo la manera desde la cual se percibe a sí mismo y a la realidad que lo circunda. El problema que pudiera presentarse en la vida de un adicto, dentro de esta dinámica, es que a partir de su lectura o valoración, habitualmente, hará la interpretación que generalmente terminará en la configuración de ideas, pensamientos y sentimientos que lo habita, es decir, si el sujeto está habitado por un sentimiento de tristeza, se aprecia triste e invadido por este sentimiento realizará la interpretación de sí. En muchos casos, la interpretación desde sentimientos como la tristeza tiende a ser pesimista y el pesimismo es una característica de una personalidad adictiva, desde la cual justifica su conducta. Por esta razón, entre otras, se considera importante e indispensable entrar en contacto con las emociones, en todo proceso

de rehabilitación puesto que gran parte del trabajo consistirá en identificarlas, nombrarlas y hacer una valoración “adecuada” de ello es consciente Nancy:

Ha sido importante contactar con mis emociones y expresarlas, ponerlas en su lugar, nombrarlas etc., es decir, reconocer ¿qué siento?, porque no haberlo hecho me llevó a una vida ingobernable, a una vida de mucho riesgo, de soledad etc. Al no decir lo que realmente siento, pienso, quiero, qué me gusta, y qué no, perdí el control de mis emociones. Por esta razón puedo decir que para mí es indispensable hablar de ellas.

Cuando un adicto logra nombrar sus emociones, de alguna manera, significa que ha podido contactar con ellas. Este contacto lo pone frente a la posibilidad de aprender a ejercer cierto control sobre ellas, dicho de otra manera, hacerse responsable de sí mismo y de buscar su “sanación” teniendo en cuenta que las emociones “son fuerzas motivadoras; por definición, son lo que nos mueve, como el motor del auto, que lo impulsa” (Twerski, 2007, pág. 115). En lo cotidiano nuestras acciones responden a un estímulo emocional. Podemos decir que en cada acción que realizamos se expresa el mundo emocional que nos habita y que determina el propio estilo de vida de cada persona. El ser humano, muchas veces realiza acciones que le procuran satisfacción, una especie de plenitud, pero, contrario a esto, realiza actos que fracturan su estado emocional, dejándole sentimientos de insatisfacción, culpa, remordimiento etc., respondiendo a esto Nancy dice: “un ser humano no va a poder integrarse a él mismo si no trabaja todas sus áreas importantes, la física, emocional y espiritual”. La integración de la persona, entonces, inicia cuando esta puede pensarse como una totalidad, es decir, un conjunto de dimensiones que se interrelacionan entre sí; aunque, en un proceso de rehabilitación una de estas áreas sea el punto de partida.

En gran medida, la estabilidad emocional puede evitar una recaída en la adicción, Álvaro dice: “si emocionalmente no estoy bien, difícilmente voy a estar bien o podré fortalecer la sobriedad. Él mismo añade “mientras no estemos emocionalmente bien, vamos a caer”; por esta razón, “recuperarse de una adicción demanda mucho más que simplemente interrumpir la conducta habitual.

Tiene relación con cambiar de estilo de vida y de actitud” (Arnold, 1991, pág. 67), es decir, en la medida que el adicto, ayudado por un trabajo de su persona, va logrando cambiar su estilo de vida, en esa misma medida podrá, si así lo desea, abandonar el consumo de droga. Este cambio de vida está íntimamente relacionado con el manejo de sus emociones, ya que como se ha mencionado, son éstas las que de alguna manera determinan el estilo de vida de cada persona. Por tal motivo, es importante que un adicto, como todo ser humano, aprenda a vivir o saber qué hacer con sus emociones para poder mantener el estilo de vida en la abstinencia.

Dejar de consumir, sin tratar las emociones, metafóricamente hablando, es como cubrir una herida sin verdaderamente curarla, esto hará que tarde o temprano vuelva a lastimar, a manifestarse en sus síntomas. Así, en una persona adicta, lo que ha de ser sanado es aquello que ha sido dañado, que causa malestar emocional al individuo Álvaro, en esta línea de pensamiento comparte que:

La enfermedad radica en las emociones, el alcoholismo radica en las emociones. La enfermedad empieza, sí, pero si no estamos bien con las emociones, si no trabajamos con las emociones, no vamos a avanzar muy lejos. Podemos caminar diez, quince pasos, pero si tu proceso de hoy no voy a beber no lo llevas de la mano con un trabajo emocional no va a servir de nada.

La adicción, desde lo que se ha presentado, la mayoría de las veces, se fundamenta en emociones mal manejadas, “enfermas”. En este orden de ideas entendamos enfermedad como la alteración del estado natural de una emoción, cuyas repercusiones se manifiestan en un cambio de actitud o conducta de la persona. Desde la experiencia de nuestros entrevistados, estos cambios son extremos; De la alegría a la tristeza, del llanto a la felicidad, así sucesivamente. El paso de una emoción a otra, expresa un descontrol de las emociones, como si hubieran adquirido una autonomía que supera a la voluntad, pues el control de estas, para muchos adictos, ya no es un acto de la voluntad, sino un permitir que

alguien “superior” pueda controlar lo que para él es incontrolable, usando su lenguaje, “ingobernable”, este “alguien” no es otro que el poder superior.

Por otra parte, identificar los hechos que ha dañado la vida emocional de una persona permite, en el trabajo terapéutico, centrar la atención en lo que la psicoterapia llama la “reinterpretación” de los hechos, como en la vivencia de Carlos:

Todas la veces que me hizo sentir culpable, me doy cuenta que yo no era el de la culpa, digo, chin, entonces ya no estoy enojado o tan enojado conmigo, porque el sentimiento de culpa me hacía sentirme menos y mi autoestima estaba hasta el suelo también, que soy culpable, que soy un tonto, que soy un esto y lo otro y luego, eso por parte de la culpa.

El ejercicio de revisar la historia de vida, es también una oportunidad para reinterpretar las experiencias vividas; habitualmente, tendemos a hacer juicios inmediatos subjetivos de los hechos, fijando nuestra atención en el acto y dejando de lado otros factores desde los cuales se explica el hecho. Por esta razón, cuando se revisa la experiencia, nuestra manera de entender o interpretar el acontecimiento cambia, su impacto disminuye y con ello, muchas veces, se logra el alivio de nuestras emociones.

8.2.2 Una salida alterna

Las emociones son aquellos fenómenos humanos que, mediante la información que proporcionan al individuo sobre su propio cuerpo, alteran su atención frente a determinados estímulos; su expresión va acompañada de una descarga afectiva/emocional generadora de placer que permite a las personas conservar, lo que comúnmente llamamos, “el equilibrio emocional”, el cual es alterado por el grado de tensión que se puede generarse cuando se manifiestan “sentimientos penosos, que buscamos automáticamente evitar... tomando un trago... o de algún otro modo” (Arnold, 1991, pág. 87). Es el caso de mayoría de los seres humanos,

pero de manera particular, los adictos, quienes debido a su hipersensibilidad tienen menos tolerancia a la frustración.

En esta línea de pensamiento, podemos decir que el hombre puede vivir en un anhelo constante difícil de realizar. Por una parte, puede querer permanecer o eternizar sus momentos placenteros, y por otra huir u olvidar sus experiencias de dolor, dado que, “por nacimiento estamos organizados de tal manera que reaccionamos normalmente a ciertas situaciones de estímulos como para incrementarlas, conservarlas, repetirlas incluso. Otras situaciones provocan un comportamiento negativo de adaptación” (Young, 1979, pág. 45), y son estas las que tendemos a evadir o erradicar de nuestras vidas. Sin embargo, cualquiera de los dos intentos, antes mencionados, resultan imposibles debido al dinamismo “temporal” en el que se encuentra inmersa la existencia, que pone al hombre en situaciones o circunstancias diversas, haciendo que sus emociones adquieran matices distintos.

Las emociones, sean del carácter que fueren, positivas o negativas fluyen en su cauce natural, es decir, son vividas y sentidas como tales, cuando no aparece ningún intento de bloqueo; un error a evitar, que sucede comúnmente entre los humanos, es la represión o evasión de sentimientos, principalmente los catalogados como negativos. Esto, pudiera tener repercusiones en el mundo emocional del individuo, ya que “cuando bloqueamos el temor y otras aflicciones, limitamos al mismo tiempo nuestra capacidad de experimentar placer, puesto que todos nuestros sentimientos quedan bloqueados; y no únicamente los negativos” (Arnold, 1991, pág. 87), en este sentido, lo ideal es que las emociones fluyan de manera natural o espontánea ya que cuando son manifestadas de esta manera, se realiza una descarga afectivo/emocional placentera en el individuo. Esta experiencia de placer puede ser bloqueada al reprimir las emociones; esto nos hace pensar que las actitudes represivas pueden generar en las personas que

buscan experimentar el placer en una adicción, ya que ésta, no implica directamente sus emociones.

Placer y dolor son elementos constitutivos del ser humano. Éste difícilmente podrá ignorar los efectos mediante los que estos se manifiestan; el hombre tarde o temprano experimentará en su vida placer o dolor. Haciendo referencia a la experiencia “dolor” que viven muchos adictos, quisiéramos hacer una precisión que puede ayudarnos a comprender la lógica de la acción de un adicto referente al dolor; el uso de la droga, principalmente, cuando es en exceso, es dañino, hace “mal” a la salud de quien la consume, esto lo saben muchos drogadictos, pero muchas veces, este daño o “mal” *“es preferible al mal que está dentro, que no tiene nombre, atemorizando por fantasmagórico, y es por lo que defensivamente se externaliza y se inocular dentro del objeto de la adicción”* (Piedrabuena, 1996, pág. 53), mediante la droga, el adicto vive con la creencia que ha podido sacar de sí aquello que le duele, que puede controlarlo como puede controlar su manera de consumir lo cual le lleva a pensar que consumiendo puede liberarse de él.

Las entrevistas realizadas evidencian que muchas veces una persona se hace adicta a causa de las experiencias que le han provocado una herida, la cual, trae consigo emociones como: angustia, odio, miedo, desconfianza, rechazo, etc. Tal es la experiencia de Juan Pablo: “esa violación me da mucha inseguridad, miedo, trauma, estar callado, no tener confianza, desde ahí, por eso empecé a temprana edad a probar el alcohol, a drogarme”; Por su parte Citlaly dice: “La falta de atención de los padres, la falta de cuidado, cuando, cuando hay violencia intrafamiliar” y Carlos nos comenta: “Mi papá era puro gritarnos y golpearnos por cualquier motivo,... nos golpeaba con el cinturón, con cuartas del caballo o con varas de membrillo con las que se les pega a los caballos o con una soga o con lo que hubiera en la mano”. Son experiencias de este tipo las que en la mayoría de los casos provocan en la persona un constante y muchas veces “insoportable mal estar” al interior. Nancy lo explica de la siguiente manera:

Cuando era algo muy fuerte que no podía contener empezaba a consumir, obviamente para no sentir, esa emoción, por ejemplo, cuando sentía mucho miedo, me decía: no sientas así, y rápido recurría a un tequila, esto evitaba que sintiera, muchas veces, no sé si de manera consciente yo decía necesito un tequila porque esto no me está gustando o esto ya lo estoy sintiendo de más, era como según yo me podía mediar.

En casos como este, la droga constituye un calmante, pero al mismo tiempo un peligro, puesto que si la primera vez que se consume resulta placentera, es seguro que el acto se vuelva a repetir, en este sentido, es sabido que muchas adicciones se dan como placebos. Esto demuestra que el factor de sobrevaloración psicológica que se le atribuye a una droga la hace pensar como algo curativo, aunque en realidad no lo sea. Juan Pablo lo refiere de la siguiente manera: “pero lo busqué en el alcohol y las drogas, me dormían esa parte, esa parte que no me gustaba, andaba en las fiestas y todo eso, ya se me bajaba y otra vez... era lo mismo... Por eso ya no podía, ya no paré de drogarme ni alcoholizarme, por eso mismo que no me gustaba mi realidad, mi manera de ser, no me gustaba mi vida”, por su parte Citlaly dice: “esto por supuesto que de alguna manera lleva a mis emociones al límite, por supuesto que lleva a refugiarme en todo lo que yo había visto en mi casa: alcohol, cigarros y ya con los amigos me lleva a las drogas” y Carlos comparte que: “el alcohol te vuelve más agresivo porque te desinhibe, te quita miedos, te quita todo y entonces me atrevo a hacer lo que digan, lo que digan los demás amigos”.

El “mal estar” que se arraiga en el interior de la persona, en muchos casos, configura la manera de entender la vida o leer los acontecimientos. Esto, hace que para un adicto resulte difícil vivir su propia realidad. En la mayoría de los casos, llega un momento en el que el “mal estar” alcanza su paroxismo y el individuo es “obligado” a buscar una solución que le permita soportar o en dado caso, escapar de los efectos de este. La solución muchos la encuentran en la droga, la cual se les presenta como solución inmediata como nos lo narra Nancy: se me complicó

mucho siempre estar en mi realidad,... entonces me encantó cuando empecé a consumir que era lo que me hacía más fácil salir de mi realidad”.

Se ha mencionado que el mundo emocional del ser humano puede configurarse de maneras distintas. En realidad, las emociones no pueden evaluarse desde las categorías “buenas” o “malas”, son simplemente emociones. Dejándolas surgir de manera natural pudieran provocar un crecimiento en la persona; el conflicto surge cuando generan caos, cuando se pierde el control sobre ellas o se juzgan desde las categorías antes mencionadas. Referente a esto Nancy comenta:

No son buenas o malas, son emociones, pero obviamente cuando es difícil externarlas, distinguirlas o discernirlas son reprimidas. En mi caso, fue impactante reprimirlas y de manera gradual iba acumulando más y más; entonces llega un punto en que exploté porque ya no sabía qué estaba pasando conmigo, qué sentía..., simplemente sentía que traía una carga horrible que necesitaba liberar y yo como busqué una salida alterna a través del sexo, comida, mentiras, manipulación, alcohol, drogas, robar, engañar etc.

Como comenta Nancy, cuando las emociones son “tragadas”, no son expresadas, estimulan un estado de tensión interno, el cual puede ir en aumento hasta que llega el momento que la persona no puede más y explota, se libera por el medio que sea, en el caso de nuestro entrevistados la salida “inmediata” fue la droga. La persona con alguna adicción, está en una búsqueda constante de “sentirse bien”, lo cual no es posible en sobriedad, porque la realidad es que no está a gusto consigo mismo, sólo la droga le brinda esta sensación aunque de manera esporádica, pero es la solución inmediata, esta fue la experiencia de Juan Pablo:

Pruebo el alcohol y me transformo, el que era callado se siente seguro. Me siento seguro, empiezo a hacer cosas que no hacía, desde que lo probé sentí que era lo que buscaba, sentirme así, me sentía bien, seguro; pero eso fue al principio, luego se agrava y se vuelve peor... Traje esas emociones, esos miedos, resentimientos ahí guardados, hasta que con la droga y el alcohol como que me los suavizaban, me los calmaban un ratito, me sacaban de mi realidad, por eso brinco a las drogas, porque no me gustaba esa persona, sentir eso.

Con lo dicho hasta aquí, entendemos que hay situaciones en las que una persona habiendo sido dañada en su dignidad, queda marcada por una herida interna que puede a su vez ser el origen de otros conflictos. Hay situaciones internas que complican la existencia misma, que hace desear el ser humano estar fuera de sí. No pudiendo eliminarlas, busca maneras de evadir. Una de ellas es la droga. Así lo refiere Juan Pablo: “Desde que pruebo el alcohol, traía muchas cosas desde niño. Traía cosas desde niño, muchas cosas arrastrando. Me preguntaban ¿por qué tomas, por qué te drogas? Yo decía porque me gusta la fiesta, me gusta el cotorreo” y Carlos dice: “porque con el alcohol me siento feliz, me da ánimo para conocer después muchachas y que me hagan sentir amado, pues, entonces yo estoy buscando amor con mujeres”.

En esta misma temática y de manera sintética, Álvaro nos narra como las drogas fueron para él una salida alternativa, un escape y huida de sí mismo.

Para mí las adicciones cualesquiera que sean, son un escape, una salida a todo aquello que me está aprisionando, a todas mis emociones que yo tengo reprimidas y que tengo acumuladas de toda mi vida, todas esas emociones no sé cómo expresarlas, no sé cómo soltarlas, no sé cómo tratarlas y cómo acomodarlas, son emociones que no tengo yo el control de ellas, entonces de alguna forma es cómo una olla exprés, dónde está a punto de explotar y debe de tener una valvulita de escape porque si no explota y esa valvulita de escape para mí fue el alcohol, bueno, para mí fue el alcohol y después fueron las drogas y las mujeres, pues, yo creo que esas tres escapes eran mi forma de desahogarme.

Una adicción puede ser, para muchos, principalmente para quienes viven en tensión con sus emociones, una válvula de escape; esto no sólo se refiere a las personas adictas puesto que de una u otra manera todo ser humano se ve en dificultades cuando tiene que asumir estados emocionales que lo superan. La diferencia es que a algunas personas les resulta menos complicado expresarse en sus estados emocionales que a otras. En el caso de nuestros entrevistados, encontramos que la mayoría vivió reprimiendo, por diferentes circunstancias aquello que sentía por no saber cómo poder expresarlo.

8.2.3 Querer y no poder

Cuando las drogas han sido utilizadas como “medios” evasivos o sustitutos de alguna carencia, pueden llegar a instalarse en la vida de una persona como algo que la constituye, es decir, llegan a formar parte de su personalidad. Por esta razón, cuando se deja de consumir, se manifiesta un malestar, que pone en evidencia el “acostumbramiento” del cuerpo a la sustancia; esto no sólo sucede en personas que consumen cantidades excesivas sino que ocurre también en aquellos que son considerados como “bebedores sociales”, es decir, aquellos que consumen en dosis moderadas y con cierta frecuencia, la diferencia es que en los primeros se puede hablar de la dependencia, mientras que en los segundos no necesariamente.

La dependencia, en la literatura que existe al respecto, se entiende como un estado mental o físico “patológico” en que una persona puede necesitar un determinado estímulo para sentir la sensación de bienestar. A esto, Álvaro comenta: “No tenía cara para ver a mi esposa, no tenía cara para ver a mis hijos, para venir muchas veces aquí a la oficina a trabajar. Entonces, me sentía el ser más vil que podía existir, pero al estar en la “actividad” uno no está pensando que tiene un problema”. Esto es común en las personas, quienes, tratando de escapar de la experiencia de vacío, disconformidad y frustración, recurren a las drogas, las cuales, “se transforman en aquello que le brinda reacciones vitales a un interior destruido, vacío, desorganizado. Le permite fundamentalmente resguardarlo de la depresión, evacuar la pena, autoreproches y mitigar el dolor” (Astolfi, 1989, pág. 54). Desde la experiencia de los entrevistados, la mayor parte de ellos, viven sus experiencia “en el interior”, como una experiencia que es suya y no debe saberse por alguien más. En la experiencia de Juan Pablo lo leemos de esta manera: “Siempre yo decía esto nadie lo va a saber, porque no había confianza con mis padres” y por su parte Carlos comparte “todas mis emociones que yo tengo

reprimidas y que tengo acumuladas de toda mi vida, todas esas emociones no sé cómo expresarlas”.

La actitud “pasiva”: callar, sufrir en silencio, replegarse sobre sí etc., que manifiesta una persona, en muchos casos acelera el deseo de encontrar “aquello” que llene definitivamente el vacío que por sí misma no puede colmar, en estos casos “el hecho de haber transformado en placentero lo desagradable, además de su disposición a recibir más una negativa que obtener realmente del otro, lo llevan a reestablecer la situación básica de la que trató de evadir” (Astolfi, 1989, pág. 54), en este sentido el sujeto más allá de buscar una solución, trata de encontrar una justificación para seguir consumiendo y en esta dinámica se va reforzando la dependencia. Nancy, hablando de los sentimientos lo refiere de la siguiente manera: “cuando un sentimiento como el miedo se manifestaba con fuerte intensidad y sentía que no podía contenerlo entonces empezaba a consumir droga para soportar”, y Álvaro dice: “los pensamientos que vienen son de desprecio, auto-desprecio. No siento ninguna autoestima, me siento la peor persona. Siente que no vale nada. Muchas veces se piensa en la muerte, como una solución a esto: “Entonces yo me sentía lo peor, lo peor que le podía haberle pasado a este mundo”.

Rastreando la información que fue recopilada mediante las entrevistas, constatamos que hay una relación estrecha entre lo que el adicto siente y su práctica de consumo, principalmente, cuando ese “sentir” tiene que ver con algo “desagradable” para la persona; de esto podemos deducir la siguiente hipótesis: la dependencia puede surgir y probablemente desarrollarse en la dinámica: “siento algo desagradable, entonces consumo droga”, ya que esta, “transforma” lo desagradable en agradable, provocando un cambio en su estado de ánimo, el cual, en la mayoría de los casos se manifiesta a nivel visceral, en los adictos este cambio se adjudica a una alteración de la química cerebral. Los expertos en el

tema afirman que las drogas que provocan “exaltación”, son las que con mayor facilidad crean dependencia.

En la dinámica del “sentir”, “consumir” el organismo logra acostumbrarse a las sustancias, de tal forma que transcurrido el tiempo serán necesarias cantidades mayores para lograr el mismo efecto que esta produjo, principalmente, en las primeras experiencias de consumo, en este sentido se habla del fenómeno de la tolerancia; “la tolerancia, es un fenómeno de adaptación del organismo a la droga, de tal manera que este ya no responde a la cantidad recibida, y exige volúmenes cada vez mayores para obtener el efecto deseado” (Puentes, 2005, pág. 217), a saber la experiencia del placer que representa el contrario de su sentir habitual.

Una vez creada la “relación” entre la droga y el organismo, este, “presenta modificaciones del comportamiento y otras reacciones, que comprenden siempre un impulso irreprímible a la droga, en forma continua o periódica” (Puentes, 2005, pág. 217), de esta manera, podemos decir que la droga se ha “convertido” no sólo en un elemento que ayuda a la estabilidad psíquica y emocional del adicto sino, una necesidad para el organismo sin la cual puede haber repercusiones tales como, ansiedad, estrés, violencia etc., que constituyen algunas de las razones por las cuales no se puede dejar de consumir aunque se quisiera, dado que lo que se trata es de evitar todo tipo de malestar, esto se puede entender desde la experiencia de Álvaro: “lo que me pasaba a mí es que me tomaba dos, tres, cuatro copitas y me sentía muy bien” o Nancy: “a mí me gustaba, me encantaba, cómo era yo, me encantaba la personalidad que salía” ,y Juan Pablo: “El que era callado se siente seguro. Empiezo a probar el alcohol, las drogas y cambia mi actitud, de ser alguien callado, tranquilo me empiezo a meter en pleitos, agresivo, o sea, me da valor, con las drogas”. El cambio que se genera con la droga, por una parte es positivo, en el sentido de que ayuda a la persona a liberar aquello que ha reprimido, pero, por otra parte, le va generando conflictos en sus

relaciones con sus seres queridos, su entorno y así se va hundiendo más en el problema adictivo.

Cuando la droga se ha convertido en una necesidad casi “indispensable” para que el adicto logre “sentirse bien” y experimente una sensación de bienestar como si se hubiera satisfecho un impulso básico, se ha instaurado una problemática difícil de resolver porque esto implica necesariamente renunciar a la droga, lo cual, despierta todo aquello que el adicto muchas veces no tolera: tensión, dolor o frustración. La trampa de una adicción radica en el aparente beneficio que proporciona, “nos sentimos más atractivos, cómodos, más poderosos, alejados de nuestros problemas o cualquier otra cosa que estemos buscando” (Washton, 1991, pág. 59), dicho de otra manera, la droga, aparentemente, brinda la “medicina” inmediata y apropiado para los malestares como la soledad, el vacío, los complejos, carencia etc., pero no es más que una ilusión/fantasía, puesto que la droga no puede proporcionar estos resultados. Desde la perspectiva de Washton (1991), cuando se ha forjado la relación entre una persona y su adicción, esta es reforzada por tres procesos: el deseo de evitar la abstinencia, la cual se manifiesta en síntomas físicos o psíquicos; el condicionamiento, se revela en un sentimiento de exaltación asociada a ciertos estímulos que se activan cada vez que se encuentre con ella y la alteración cerebral, es posible que al cerebro se le agoten los neurotransmisores, que descargaban cada vez que el adicto utilizaba la droga.

Son muchos los adictos que viven en esta ilusión, por lo fácil que resulta resolver de esta manera, ya que pensar una solución a largo plazo le resulta más complicado, por lo mismo, su necesidad de consumo puede aumentar al mismo tiempo que su deseo de gratificación. Las repercusiones del aumento de consumo se van manifestando en el deterioro de su rendimiento personal o laboral, en sus relaciones e incluso en su salud

Llega un momento en la vida del adicto en el que se siente perdido en la práctica de su consumo, en muchos casos, se da cuenta de la manera como su propia vida se va deteriorando, sus relaciones fracturando y cada vez sintiendo más solo, pero, se ve frente a la imposibilidad de dejar de consumir, lo cual representa para él una exigencia casi “vital” esto le hace pensar que su supervivencia depende de la droga por lo que puede llegar a no tener motivos reales para dejarla y muchas veces aunque quisiera no se siente capaz. Álvaro comparte desde su experiencia que cuando decide dejarla experimenta la impotencia de no poder detenerse, dice “porque a pesar de ser consciente de lo que estamos haciendo o nos está pasando, de aquello que nos hace daño, no nos podemos detener y esto nos lleva a sentirnos por los suelos”, por su parte Juan Pablo, comenta: estaba resentido, pensaba que en los encuentros religiosos me iban a alivianar, me iba a quitar mi obsesión por beber, y no lograba la abstinencia por quince o veintidós días, y volvía a caer en las drogas. Pensaba, esa chingadera (refiriéndose a los encuentros religiosos) no sirve. No sirve el templo. “Le echaba la culpa porque no podía dejar de beber, toqué más fondo”. Frente a la impotencia de no poder detenerse, buscan soluciones, que no están en sintonía con el objetivo que buscan. Es la experiencia de Juan Pablo quien al acudir a los encuentros religiosos pretende curar su adicción; en esta situación, la solución es buscada fuera de sí mismo.

Los retos que un adicto afronta en el intento de abandonar el consumo de droga son: el proceso de la abstinencia que no siempre resulta sencillo, principalmente cuando el organismo se ha acostumbrado a la droga; y afrontar el mundo real, lo cual requiere tiempo, paciencia, y esto a veces provoca mucho malestar. El adicto muchas veces no cree “que pueda afrontar esto de manera satisfactoria, la perspectiva de intentarlo le provoca terror y mantiene el ciclo en marcha” (Washton, 1991, pág. 64), en este sentido se pone en la dinámica de querer y no poder.

8.3 Espiritualidad: un proyecto de libertad y trascendencia

El tema de la espiritualidad ha despertado gran interés en los últimos años por su influencia en la salud humana. Un tema vasto y complejo, como la espiritualidad, exige de quienes lo abordan claridad y precisión en cuanto al contenido o la connotación que se le adjudica, es decir, una delimitación que evite caer en errores o ambigüedades de carácter epistemológico. La espiritualidad ha sido abordada por disciplinas como: la psiquiatría, la psicología, la antropología, la filosofía etc., esto ha hecho difícil que pretendamos situarla dentro de una definición universal ya que cada una de las disciplinas, desde su postura, aporta elementos que no sólo enriquecen sino que complejizan al tema en cuestión. Por esta razón, consideramos importante señalar que el significado de espiritualidad estará siempre subordinado a una doctrina, disciplina o ideología concreta que constituirá el contexto para su correcta comprensión.

La palabra espiritualidad deriva de “espíritu”, el cual, en el lenguaje común es aquello que se opone a la materia; en este sentido, “espíritu” hace referencia a aquello que no es material, que no tiene cuerpo. El acercamiento a perspectivas como filosofía y/o la religión, nos muestra cómo el término espiritualidad adquiere matices distintos cuando se intenta formular una definición desde estos enfoques. En el ámbito de la filosofía, concretamente, en el pensamiento de los griegos espíritu hace referencia a aquello que se contrapone a la materia, a aquello que la inhabita y le da vida; mientras que desde la perspectiva religiosa, espíritu o espiritualidad hace referencia al vínculo que se crea entre el hombre y la divinidad; de manera concreta, “en la Biblia, espíritu no se opone a materia, ni a cuerpo, sino a maldad (destrucción); se opone a carne, a muerte (la fragilidad de lo que está destinado a la muerte), y se opone a la ley (la imposición, el miedo, el castigo)” (Casaldaliga & Vigil, 1993, págs. 22-23); en este orden de ideas, espíritu significa vida, construcción, bondad y libertad, es decir, una fuerza que surge del interior, que transforma y cualifica el estilo de vida de una persona.

Teniendo en cuenta el objetivo que nos proponemos en este trabajo, dejaremos de lado, sin quitarle importancia, el sentido griego del término espíritu para ceñirnos al significado que se le adjudica a éste dentro del contexto religioso, el cual, nos sitúa en la experiencia interna de la persona, ahí donde se encuentra la experiencia que configuran el estilo de vida de una persona, ahí donde surge un proyecto de vida o de muerte. Hemos constatado que en los centros de rehabilitación AA mediante el contacto con el poder superior se busca la reconstrucción o sentido de la vida de los adictos, además de su libertad, tantas veces, fracturada por el problema de las adicciones, dicho de otra manera, se pretende que el adicto salga de su proyecto de muerte y adquiera herramientas que le permitan construir, desde su propia espiritualidad, un proyecto de vida. Respecto a este planteamiento diremos con Casaldaliga & Vigil (2003) que “el espíritu de una persona es lo más hondo de su propio ser: sus motivaciones últimas, su ideal, su utopía, su pasión, la mística por la que vive y lucha y con la cual contagia a los demás” (págs. 23 - 24); el testimonio de nuestros adictos nos hace pensar en lo decisivo que puede resultar esta experiencia espiritual en la vida de estos frente a la fractura emocional que viven la cual, pareciera, puede ser superada cuando contacta con lo más profundo de sí mismo, con los otros y lo OTRO. Esto puede explicar por qué algunos adictos son capaces de salir de su adicción en poco tiempo y, en algunos casos, de manera definitiva.

Siguiendo el discurso de José María Vigil citado en (Pérez, 2013, pág. 107) encontramos que:

El espíritu de una persona es lo más íntimo y esencial de su ser, allí donde reposa la llama de sus sueños, motivaciones, ideales y pasiones, lo que una persona hace que luce, persiga sus utopías, eso ya en una espiritualidad... a la que se hace referencia cuando se habla de aquella fuerza motivadora que lo impulsa y lo lanza a conseguir sus proyectos y compromisos, ello es una motivación del Espíritu o en otros términos se estará hablando de mística, de espiritualidad. En la lógica de pensamiento del mismo autor, Espíritu es el sustantivo concreto y espiritualidad el sustantivo abstracto (pág. 24).

La antropología confirma que la espiritualidad es un fenómeno vivido por los seres humanos, desde sus orígenes evolutivos, a esto Clottes y Lewis, en Rodríguez (2011) añaden que la manifestación más concreta de la vivencia espiritual ha sido, por una parte “la creencia de que todas las cosas poseen un espíritu sobrenatural que las anima o habita” y por otra, la creación de “lugares sagrados, decorados adecuadamente para realizar rituales con personas selectas o elegidas, bien sea de tipo iniciático o curativo” (pág. 29); el hombre, de alguna manera, ha tenido consciencia de una divinidad, de un poder superior que, por ser tal, puede proporcionarle, entre otras cosas, cuidado o protección.

En los centro de rehabilitación AA se propone a los adictos entrar en contacto con un poder superior que pueda ayudar a superar aquello que se manifiesta o experimentan superior a su capacidad de control. El contacto es promovido mediante la realización de prácticas o ritos como: la oración, la reflexión o meditación que, muchas veces, ayudan a la persona experimentar un nivel de existencia más profundo donde viven experiencias o transformaciones de carácter ontológico que se manifiestan, por ejemplo, en un cambio de estilo de vida o superación de su adicción. En este sentido, “espiritualidad es una herramienta para el ser humano y siendo un elemento esencial para cada persona, es desde ahí donde puede tomar decisiones más certeras y fundamentales con márgenes de error a muy bajo por ciento” (Aguilar, 2016, pág. 72); la parte espiritual es una herramienta cuando a través de las prácticas que promueven esta experiencia, el adicto puede pensar, meditar o reflexionar sobre su propia vida, encontrando con esto nuevas formas de responder a sus impulsos de consumo. El contacto consigo mismo, de alguna manera, cualifica el contacto con el otro y el OTRO, que él llama poder superior. Tonigan en Chipana (2017) afirma que los miembros que ponen en práctica la espiritualidad desarrollan herramientas adecuadas que les sirven para afrontar situaciones que puedan provocarles un alto nivel de estrés (págs. 24-25); el contacto consigo mismo de un adicto, podemos pensar, le permite ver su

experiencia de vida desde otro ángulo, esto cambia la manera de percibirse a sí mismos, al mismo tiempo que, cambia su manera de afrontar las problemas.

La experiencia de los entrevistados nos enseña que la práctica de los elementos de los que se vale un adicto para el contacto con el poder superior cambia su visión de mundo y de sí mismos; pareciera que estas prácticas despiertan el sentido de responsabilidad en ellos, puesto que las acciones que manifiestan hacen ver al adicto implicado en la resolución de conflictos. “Las prácticas como la oración y la meditación ayudan a que los miembros puedan darse un espacio para reflexionar acerca de las estrategias que emplearán y el plan de acción que seguirán en una situación estresante” (Chipana, 2017, pág. 25); la meditación les permite evaluar la situación y escoger el momento más adecuado para actuar. Con esto queda claro que en el centro de rehabilitación AA un adicto aprende a responder de manera diferente a sus impulsos de consumo ya que en este espacio encuentra la oportunidad para la abstinencia, la reflexión y se amplía el abanico de respuestas frente a la necesidad de consumir. A este planteamiento Borrás en (Chipana, 2017 pág. 5) afirma que “la espiritualidad favorece a que el adicto pueda cambiar su comportamiento y adopte nuevas conductas alternativas al consumo de drogas, así como también, puede ayudar a modificar estrategias de afrontamiento relacionadas a la adicción y por su parte Navas y Villegas (2006) señalan que la espiritualidad puede convertirse en una fuente de fortaleza que capacita al individuo a hacer cambios positivos en su estilo de vida y a tomar conciencia de cómo las creencias, actitudes y comportamientos pueden influir en la salud.

De lo dicho podemos concluir que el espíritu es la fuerza interna que ánima, da vida y mediante la espiritualidad se trata de recuperar la parte dañada del adicto que permitirá mejorar su calidad de vida. Siguiendo el pensamiento de Chopra, citado en (Aguilera, 2017) diremos que la espiritualidad se relaciona con la capacidad, que adquiere el adicto en proceso de rehabilitación, de ampliar su

horizonte de respuestas y elecciones frente a sus conductas adictivas (pág. 72). El diálogo con las personas que hemos entrevistado nos ha permitido constatar el impacto que puede tener la vivencia de la espiritualidad en sus vidas, la mayoría de ellos adjudica a esta experiencia su capacidad de abstinencia, la resolución de sus conflictos y la mejora de su calidad de vida. Mediante la espiritualidad cambia la percepción que tienen del mundo, de los otros y de sí mismos, aun cuando hayan experimentado acontecimientos, dolorosos o traumáticos. La espiritualidad, por una parte, es una experiencia interna que afecta al hombre en lo más íntimo de su existencia y por otra, un medio que se elige para un determinado fin.

Por otra parte, la espiritualidad es un tema recurrente en nuestra cultura no sólo en el ámbito de las religiones, sino en las búsquedas humanas de bienestar que muchos creen lograr mediante los diferentes tipos de prácticas o meditaciones que prometen experiencias de equilibrio emocional o estados de vida “libres” de preocupación o estrés. A esto Lenoir (Rodríguez, 2011) dice:

Desde finales del siglo XIX hasta nuestros días, se ha evidenciado un boom en la búsqueda de espiritualidad, entendiéndose ésta como una experiencia esencialmente personal y subjetiva, que incluye tanto elementos de la religión, como de lo mágico y lo secular o no sagrado, para lograr la armonización con uno mismo, con los demás, con la naturaleza y el cosmos, desde posiciones amplias y abiertas que respetan la autonomía individual y permiten un vasto sincretismo filosófico y teológico (pág. 29).

Esto pone en evidencia, que inmersos en la civilización de la tecnología y la sociedad del consumo, cada vez más personas se interesan en la vivencia de una experiencia espiritual que se traduce, en algunos casos, en la búsqueda de paz, de bienestar, de armonía interior etc.; este interés, en la opinión de Grof (2002) se manifiesta incluso en la práctica de técnicas como las prácticas de meditación orientales como la meditación budista zen, el yoga, poderosas psicoterapias vivenciales etc., que “alterando” la conciencia facilitan la experiencia espiritual. En relación al tema en cuestión Rodríguez (2011) encuentra que la creencia en un cosmos habitado por entidades y fluidos espirituales con el que podemos estar

siempre en contacto para evitar el caos existencial generado una proliferación de tendencias, entre las cuales:

Se destacan por su popularidad y difusión ampliamente globalizada: la astrología, la medicina alternativa (Lenoir, 2005), la santería (Rivero, 2010), la brujería o hechicería (Kemp, 1993), el espiritismo (Skrzypczak, 1991), la Nueva Era (Merlo, 2007) y, recientemente, la llamada espiritualidad ecológica (Mahony, 2010).

El ser humano, muchas veces, busca sentirse bien en la dinámica del consumo y la práctica de rituales como los antes mencionados, así, se enfrenta a un constante fracaso porque ha puesto fuera de sí la razón de su malestar y la cura, es decir, vive insatisfecho porque se da cuenta de que aquello que consume o practica le brinda placer o bienestar efímero, cuando esperaríamos encontrar en ello una satisfacción a la medida de sus necesidades; en esta lógica de pensamiento, es decir, atento a lo exterior, fuera de sí, se aleja de la posibilidad de vivir la experiencia espiritual, la cual es propia de la vida interior, esto se manifiesta “individualmente en un empobrecimiento que caracteriza a nuestra sociedad postmoderna, en una alienación del ser humano y en un descontento por la forma de vida, así como por un aumento de trastornos emocionales y psicosomáticos” (Grof, 2002, pág. 192), esto nos permite entender que cuando el hombre vive preocupado más por lo exterior que por aquello que sucede en su interior disminuyen sus posibilidades tanto de desarrollo personal así como la vivencia de una espiritualidad fructífera. Algo similar le sucede al ser humano cuando mediante las propuestas de meditación pretende superar sus malestares, se da cuenta que éstas le ofrecen un estado de bienestar momentáneo, por lo cual, muchas veces, esto más que una solución se convierte en problema.

Para que el hombre pueda encontrar aquello que busca o necesita y que, muchas veces, es una experiencia interior positiva el trabajo a realizar es aquel, que se hace teniendo en cuenta la experiencia interior donde tiene su fundamento u origen la experiencia espiritual, ahí donde se encuentra la fuerza que lo revitaliza,

fortalece y da sentido a su vida, Grof (2002) dirá que “una verdadera espiritualidad, que se fundamenta en las experiencias personales con un fuerte grado de profundidad constituye una parte de vital importancia en la existencia o vida del hombre” (pág. 192). Por esta razón, es necesario encontrar los medios, a través de los cuales, se pueda centrar la atención del hombre en su vida psíquica, emocional, espiritual individual y colectiva.

En nuestro trabajo, el tema de la espiritualidad se sitúa en el contexto dramático y peligroso, a la vez esperanzador, en que actualmente se encuentran un número considerable de personas, que después de haber vivido la experiencia adictiva, actualmente se encuentran en un proceso de rehabilitación tratando de liberarse de aquello que las ha dañado y que muchas veces los ha llevado a plantearse preguntas como ¿qué estoy haciendo en este mundo?, ¿cuál es mi lugar en medio de la humanidad?, ¿cuál es el sentido de mi vida? Nuestra investigación pretende hacer palpable la influencia y pertinencia del trabajo espiritual en el proceso de rehabilitación de una persona adicta. Para esto, veremos como la persona necesita ir hacia sí misma, hacia su interioridad para poder recuperarse, esto mediante un proceso de interiorización que le permita recuperar aquellas partes de su historia que han fragmentado su existencia y han dejado huellas difíciles de sobrellevar, muchas veces frente a esta dificultad, el adicto se sentirá impotente, puede llegar a creer que no puede, sin embargo, al sentirse acompañado por otros se da cuenta que es posible, más aún, cuando logra contactar con el poder superior se vuelve una tarea menos complicada por lo que la presencia de esta realidad aporta a la persona en recuperación.

8.3.1 Un encuentro de fecundidad

El reconocimiento de la adicción como problema es el punto de partida para la rehabilitación, pero, no siempre sucede que una persona adicta pueda reconocerlo. Es sabido que muchas personas llegan a los centros de rehabilitación para ser ayudadas a pesar de ellas mismas cuando lo ideal sería que cada una llegará por sí misma, aceptando que se encuentra inmersa en una situación que la supera, que no puede controlar y que está destruyendo su vida. Los centros de rehabilitación AA que siguen el método de doce pasos proponen a los adictos con quienes trabajan, ceñirse a este programa como medio para salir de la adicción; entre las prácticas que se proponen mediante los doce pasos se encuentran inscritas: el inventario moral de sí mismo y el contacto con un poder superior, a través de estos se pretende que el adicto pueda entrar en contacto consigo mismo y con un poder superior; el ambiente que se crea en estos lugares favorece, mediante la abstinencia de consumo, el compartir con los demás las experiencias de vida, el acompañamiento terapéutico así como algunas prácticas de carácter religioso, la posibilidad a cada, no sólo de contactar con el poder superior, sino, de elegir la imagen de este que cada uno decida; así sucedió en la experiencia de Citlaly:

Te dicen si tú no tienes un poder superior, si no crees en Dios, no importa, cree en el grupo, cree en el padrino, cree en alguien, confía en que hay alguien que está junto a ti, que te puede tomar, que te puede cuidar, que te puede proteger y es esa parte emocional que el enfermo necesita, porque como su carencia es precisamente de afecto, de cariño, de amor, de cuidado, de protección, necesita creer que hay alguien que llega, lo toma, lo protege y se preocupa por él.

Un elemento importante a rescatar desde este compartir, es la necesidad de creer que hay un ser con un poder superior al del adicto, que puede proporcionarle aquello que necesita, por tal motivo, la relación entre el individuo y el poder superior se vuelve sólida puesto que lo que este poder superior brinda al adicto, a diferencia de las drogas es duradero, es definitivo, permanente. El objetivo que se

pretende lograr con esta práctica es que cada uno de los adictos pueda creer que ese poder superior puede controlar lo que en el lenguaje de los centros AA se llama la ingobernabilidad, es decir, sus impulsos de beber o lo que llaman “defectos de carácter”; Citlaly desde su experiencia refiere:

Por eso se habla, de poner mi vida y mi voluntad, en manos de un ser superior, porque es algo que yo no puedo controlar, mis emociones están locas, están enfermas y entonces necesito poner todo esto en manos de Dios para que él lo controle, para que él lo maneje, para que él me diga por dónde porque yo no sé por dónde ir, y es algo que yo no puedo controlar.

De esta manera se entiende que el papel que juega el poder superior en la vida de un adicto consiste en que sólo él puede ayudarlo a controlar aquello que supera sus fuerzas humanas. Por su parte, Hernández, Salerno y Bottoms en Chipana (2017) encontraron “en un estudio realizado con 429 estudiantes de una Universidad en Chicago, encontraron que los participantes que sentían la presencia de Dios en sus vidas bebieron menos alcohol que aquellos que estaban alejados de éste (pág. 5); esto nos hace pensar que la presencia del poder superior que cada uno elige, independientemente de la identidad que cada uno le adjudique, genera sentimientos de seguridad, confianza, fortaleza etc., que lo llevan a un trabajo de mayor profundidad. A esto Nancy dice, “esa parte oscura me daba mucho miedo entonces era cuando empezaba a pedir ayuda, yo no sé si eres él, ella, ello, no sé quién seas pero ayúdame, en un cierto momento, el individuo se reconoce limitado en su capacidad de control y entonces recurre a ese poder que cree puede ayudarlo.

Muchas veces, hay resistencias para emprender el trabajo de contacto con el ser superior, esto, desde la experiencia de algunos de nuestros entrevistados, se debe a la imagen que se ha construido de Dios, así lo refiere Nancy: “a mí no me gustó la idea de Dios que me inculcaron porque me confundió mucho, me decían que castigaba por lo que hacía, yo dije para qué quiero alguien que me esté vigilando que me esté diciendo si estoy bien o no, aparte a mí me convenía no creer en él para hacer lo que yo quería” una Divinidad con estas características, parece

representar para un adicto una figura de autoridad que como aquellos con los que convive, familia o amigos lo limitan, juzgan, no aceptan como es, etc., por razones como éstas, muchas veces, les resulta complicado contactar con él. En este orden de ideas, Jones citado en Chipana (2017), en un estudio realizado en Estados Unidos con 113 personas acerca de la relación entre espiritualidad, estrés y recuperación del alcoholismo:

Encontró que cuando los participantes veían a Dios como inalcanzable o no estaban seguros de su presencia, sus niveles de estrés percibidos eran más altos; mientras que aquellos que consideraban a Dios como cercano en sus vidas, presentaban menos niveles de estrés percibido (pág. 5).

Esto pone en evidencia que la experiencia y práctica de la espiritualidad desde el contacto con el poder superior permite al adicto controlar la emociones que han sido reprimidas de tal manera que disminuye el malestar que estas le provocan llevándolo a una experiencia de mayor tranquilidad emocional, que le permitirá afrontar de manera diferente su adicción.

En el centro de rehabilitación AA, se brinda al adicto la posibilidad de construir su propia imagen de poder superior, “debía, me dijeron, buscar ese Dios a través de mis actos. Un Dios bondadoso, sereno, reflexivo, considerado y tolerante; no un Dios (como yo lo había hecho, de mí) hipócrita, irresponsable, falso, inútil y convenenciero, egoísta e intransigente” esto es lo que afirma Héctor O. una persona adicta que fue entrevistada y posteriormente en el año 2007 se publica su compartir en la revista que lleva por título “Plenitud AA” la imagen del poder superior, muchas veces, es construida, por una parte, desde lo que las doctrinas religiosas enseñan, en muchos ambientes, se predica el dios que castiga y juzga por los errores; y por otra, desde la experiencia de vida de cada persona, si la experiencia de vida es buena entonces todo está bien, pero si no es así entonces ese Dios del que se nos ha hablado, no es bueno, ha estado lejos en los momentos difíciles, no se ha preocupado por sus creaturas, esto desde la experiencia de Citlaly, muchas ocasiones te lleva a pensar a: “No creer que Dios

esté ahí para ti, no creer que Dios es el poder que te puede ayudar y que te puede sacar adelante, pierde uno la fe, la esperanza”, el hombre en general, debido a aquellas experiencias que lo dañan adjudica a Dios una responsabilidad que no le es propia, es decir, el hombre debe también aprender a hacer una lectura de los acontecimientos como consecuencia de sus actos o de actos humanos y tratar de entender a este dios como un ser que crea y da la libertad. Nancy comparte que al tener frente a esta invitación decide creer en un Dios amoroso que la quiere como es porque él así me hizo, no cree que este pueda equivocarse; dice “él así me hizo porque él así decidió hacerme y viví todo lo que tuve que vivir para volver a él, quitó lo que tuvo que quitarme, perdí lo que tuve que perder para que través del programa de los 12 pasos volviera a recuperar, mi libertad.

Algunos adictos al ser invitados a contactar con su ser superior pueden sentirse confrontados puesto que en su vida no han aceptado la presencia de alguna divinidad, por poner un ejemplo, nos referimos a aquellos que se denominan agnósticos o ateos y se ven en la necesidad de buscar una imagen o figura que represente para ellos el poder superior en quien puedan apoyarse y sostener su proceso de rehabilitación, Antonio, quien es citado en la revista “Plenitud AA” (2007) afirma “El libro decía: Dios como cada quien lo entienda”... y grité en silencio: ¿cuál es el Dios que a mí me va a salvar? ¡Si yo no creo!”: entendemos que no hay un prototipo del poder superior, cada uno, en libertad construye la imagen del poder superior que desee, quizá sea este el primer acto libre que realiza desde sí el adicto que busca su rehabilitación; Nancy nos habla de su experiencia de la siguiente manera: “cuando llegué al programa y me dijeron que es un programa espiritual, dudé quedarme, hablaban de un poder superior, yo me preguntaba, quién es el poder superior yo no tengo un Dios no tengo a nadie, quién puede ser un poder superior para mí”, este ejercicio resulta significativo, se puede decir, porque es una construcción personal que responde, de alguna manera, a las necesidades de cada uno; siendo una construcción personal, podemos pensar que está fuertemente relacionada con la necesidad de la persona

que lo configura; quizá en eso radica el valor y la pertinencia de que cada uno pueda tener como referencia a un poder superior personal, puesto que este ha de brindarle aquello que necesita.

Contactar con el ser superior es una tarea indispensable en los centros de rehabilitación debido a que esto mismo constituye la tarea que se propone en el segundo y tercer paso de los doce que propone el programa. El contacto con el poder superior, resulta difícil de explicar Bill, en (Linn & Linn, 1992) comenta que aunque Dios es un poder superior, es posible descubrir que ese poder está más disponible cuando se escucha la voz de Dios en nuestro interior, esto nos hace pensar que la persona necesita una cierta disposición para identificar en su interior la voz que le llama, desde la perspectiva de Juan Pablo, reconocer la derrota, es decir, aceptar que uno no puede solo, que necesita ayuda y sentirse humillado requieren cierto grado de humildad dónde se logra contactar con el poder superior, es cuando se da esa magia, que uno no sabe explicar pero que se adjudica a Dios. Thomsen R. (1992) escribe que “Bill W. no dudaba en referirse a una voz interna, pero al hablar con los demás utilizaba el término poder superior, fuerza vital o cualquier lo importante era que la expresión elegida tuviera sentido para la persona con quien dialogaba.

Las personas que fueron entrevistadas reconocen que no es fácil explicar tal experiencia, sin embargo, pueden constatar que algo sucede al interior de su persona, así lo dice Citlaly:

Es algo que no se puede explicar, yo creo profundamente que es la mano de Dios literal la que te saca del fondo de donde estás y es una nueva oportunidad que él te brinda”, por su parte Carlos expresa: no sé ni cómo explicarlo, pero llega un momento en el que se hace ese contacto con él y llega la paz, yo encontré el perdón en ese momento, encontré tranquilidad y tuve la certeza de que todo iba a estar bien; como si él me hubiera cobijado, abrazado y me hubiera dicho: tranquilo, ya todo está bien, no te preocupes, no fue tu culpa y añade yo tuve un encuentro con él, nosotros le llamamos aquí un despertar espiritual, pero para mí fue un encuentro perfecto con él y

maravilloso, que es difícil expresarlo con palabras, muy muy difícil, simplemente lo sabes.

Esta experiencia, podemos suponer, se identifica en la medida que se realizan el inventario moral de sus vidas y con ello un proceso de autoconocimiento que provoca un cambio en la persona, ahí en lo profundo; en referencia a este tema Bill se expresa de la siguiente manera “encontramos esa gran realidad en lo más profundo de nuestro interior. En el último análisis es únicamente ahí donde se puede encontrar a Dios” (Linn & Linn, 1992, pág. 95), por esta razón, es indispensable que una persona tenga que ir al interior a lo profundo ya que ahí dónde puede estar su herida puede manifestarse también la voz del ser superior; en esta línea de pensamiento Álvaro comenta:

Primero tenemos que ver desde adentro, desde muy adentro de uno, de dónde viene el problema. No sé, de maltrato infantil o tus padres eran alcohólicos o se murió tu abuelito que tanto querías, en fin. Tenemos que entrarle profundamente para saber dónde está el origen del problema. Cuando llegamos a este punto del proceso y aflora todo, entramos entonces con la parte espiritual; Carlos a su vez dice: era meterme en lo más profundo de mí ser y escavar en los rincones más escondidos de mi persona, cualquier cosa que me haya hecho sentir mal y que me haya hecho sufrir, me haya lastimado, buscarla, sacarla, traerla para vivirla nuevamente y Citlaly comenta: cuando estás hasta el fondo en ese momento donde llega Dios, te toma con sus manos, te rescata; eso es lo que hace el cambio y generalmente este cambio lo tiene siempre dentro de un grupo.

Teniendo en cuenta lo que comparten los entrevistados, contactar con el ser superior implica un proceso de interiorización, mediante el cual se pueda realizar una especie de reconciliación con aquello que en un momento fue rechazado, temido y tal vez el motivo de la adicción la cual “proviene de partes aisladas de nosotros mismos, de lugares en nuestro interior con los que estamos en guerra. Así, primero tengo que preguntarle a la parte más profunda de mi ser si está lista para dejar de luchar contra la parte aislada de mi ser y abrazarla” (Linn & Linn, 1992, pág. 96), hay en el adicto una parte de sí mismo que es evitada de la cual

se escapa al no poder convivir con ella, provocando una fragmentación interna, la cual termina cuando la parte profunda está dispuesta a abrazar a aquello que Linn & Linn Fabricant, (1992) llaman parte aislada y que regularmente son aquellas que causan el malestar.

Un elemento importante a señalar es que si en algún momento de la vida los acontecimientos pudieron fracturar la vida emocional del adicto, provocando que este se alejara de sí mismo mediante la negación o evasión de sus sentimientos y emociones, este distanciamiento, que muchas veces, es el resultado de la interpretación que hace de sus experiencias, puede generarle la sensación de haber sido abandonado por el poder superior, es decir, en su soledad y sufrimiento no logra percibir la presencia de éste, en las palabras de Citlaly lo leemos de esta manera: “cuando las circunstancias de nuestra vida cotidiana, han sido tan frustrantes debido a diversos tipos de carencias, te das cuenta de que llega un momento en que ya no crees en ese Dios bueno”; podemos entender entonces que no es que este Dios se aleje, sino que las dificultades obstaculizan la percepción del mismo en la vida.

Se ha dicho que la adicción es uno de los síntomas de males más profundos, y que por tal motivo, el objetivo de los centros de rehabilitación no se limita a lograr que una persona se abstenga de consumir, aunque de cierta manera si se trata de abandonar la práctica de las conductas adictivas y liberarse de ellas, esto “resulta más fácil lograrlo cuando abrazamos nuestras adicciones” (Linn & Linn, 1992, pág. 95), no se trata de rechazarlas, al contrario, se trata de integrar, o como hemos dicho anteriormente abrazarlas, de esta manera,

Quando abrazo mi impotente conducta escucho en lo profundo de mí la voz casi imperceptible de un poder superior al mío que me invita a la recuperación y a experimentar un sentimiento más hondo de pertenencia a través del hecho de reconectarme con la energía de Dios que me llena de poder y que encuentro en mi interior, en los demás y en el universo (Linn & Linn, 1992, pág. 85), cuando se llega a la profundidad de la que hablan

algunos de nuestros entrevistados no sólo se abraza aquello que ha sido motivo de tensión de lucha en la vida, sino, que es ahí donde se escucha la voz del poder superior o se puede conocer a Dios que invita a ir más allá, es decir, a mejorar la calidad de vida.

Además de conocer al Dios interior, Bill W. afirma “empleamos el término “abrazar” porque lo que más cura una adicción es la sensación de pertenecer” (Linn & Linn, 1992, pág. 95), el abrazo en los grupos AA, desde nuestra perspectiva es entendido como la acogida que sin juicio recibe el adicto, después de su confesión en la tribuna, por parte de otros adictos miembros del grupo, Citlaly nos narra esta experiencia de la siguiente forma:

De alguna manera lo que hacen los grupos es rescatarte, tomarte de igual a igual, es decir, de ser humano a ser humano, viéndonos así como tales, dicho de otra manera, yo te doy la mano, te ayudo a salir del hoyo donde estás, pero como ser humano de manera gradual te voy empujando hacia ese ser superior, para que de ahí te tomes realmente.

El mismo Bill W. afirma que son los abrazos los que pueden curar los sentimientos negativos que un adicto dirige hacia su persona y hacia los demás, al sentirse aceptado, acogido, sin la garantía de que haya en su persona un cambio definitivo en su vida, se da una especie de aceptación y valoración incondicional en el grupo; haciendo referencia a su experiencia de pecado el mismo Bill W., comparte que después de haber confesado muchas veces sus pecados de odio a sí mismo, sin haber logrado ningún cambio, vivió una experiencia que lo marcó de manera especial cuando fue abrazado por su confesor, lo dice con estas palabras: “esta fue la primera vez que supe que era amado incondicionalmente, cambiara o no. Solamente el amor y una bienvenida hacen sanar permanentemente” (Linn & Linn, 1992, pág. 96), al hablar de sus propios defectos de carácter frente a los demás y no sentirse juzgado, la perspectiva de su propia vida cambia, en especial de aquellas heridas emocionales, de aquellas partes con las que no se ha podido reconciliar el hombre y vive en constante tensión o lucha. Un adicto, tiene que aprender a conciliarse con su parte dañada, usando el lenguaje de Bill W., tiene

que ser capaz de abrazarla, para que pueda cesar todo tipo de hostilidad contra la adicción dando lugar a la experiencia de paz y el gozo de una nueva vida.

La vida nueva surge cuando se realiza la integración, de la parte dañada o aislada, a la vida de la persona, pues de esta manera, muchas veces, “se rompe el ciclo adictivo, cuando nuestras heridas emocionales son curadas por un amor tan profundo, que puede penetrar en la vergüenza que provoca la adicción y drenarla. El amor que nos llama a pertenecer a nuestro verdadero yo, a los demás, a Dios y al universo” (Linn & Linn, 1992, pág. 76), la experiencia del amor, es un elemento importante en la vida del ser humano, esta experiencia la viven de manera especial algunos de nuestros entrevistados quienes nos cuentan cómo ha sido su experiencia al sentirse amados por el poder superior o Dios Nancy nos relata su experiencia de la siguiente manera:

Ha sido para mí algo muy fuerte, impactante, porque un alcohólico es bien desconfiado como yo, pero, he podido experimentar muchas pruebas de amor verdad, de qué hay algo más fuerte que yo que no lo puedo ver, si lo siento, pero es esta parte de la fe de creer en algo más aunque no lo veas; entonces ha habido muchas muestras de amor, yo lo siento en sus conductos, en los seres humanos que él se manifiesta a través de los seres humanos”, por su parte, Juan Pablo hablando de su experiencia dice: empecé a creer en las personas, después, empecé a creer en Dios y empecé a darme cuenta que Dios siempre me protegió, siempre estuvo conmigo, siempre en mi vida.

La manifestación del poder superior, pudiera resultar un tanto abstracta siendo una realidad, meramente espiritual, sin embargo, resulta interesante la forma como las personas que fueron entrevistadas para este trabajo logran interpretar su experiencia haciendo la relación entre el ser humano y el poder superior, como lo señala Nancy: el ser humano es uno de los medios a través del cual, Dios puede manifestarse, así se entiende porque Juan Pablo dice haber creído primero en las personas y después en Dios, una vez que puede hacer la experiencia del amor humano, pudiéramos pensar, se crean las condiciones necesarias en el interior de la persona para percibir o escuchar la voz del dios que siempre ha estado ahí.

La presencia del ser humano en la vida del otro es un factor que influye en la vida de otros, como lo muestran algunas de nuestras entrevistas; muchas veces son quienes provocan con sus actos o actitudes la ruptura, la fragmentación o división interna, pero, otras tantas, también es un factor que colabora en la integración de la persona al orientarlo hacia el poder superior, al respecto Citlaly explica: “si hubo seres humanos en mi infancia que me hicieron perder esa fe, que me hicieron perder ese amor, ese sentido de vida, porque no me dieron en algún momento lo necesario para la vida y entonces, más tarde también encuentro seres humanos que de repente me toman de la mano y me acercan a ese poder superior”.

La experiencia de las personas en recuperación que entrevistamos muestra que la presencia del poder superior en su vida es indispensable para la sobriedad, como lo dice Carlos: “yo creo que lo es todo, yo creo que para mí, sin esa parte, sin la mano de Dios, por así decirlo, difícilmente pudiéramos encontrar la sobriedad muchos de nosotros. Sin su ayuda yo jamás hubiera podido dejar de tomar, yo dejé de tomar de un día para otro cosa que ya había intentado durante mi vida, muchas veces, pero nunca pude”, entendemos esto, teniendo en cuenta que la droga, en muchos casos, es el sustituto de una carencia, esta droga en un proceso de rehabilitación ha de ser abandonada, sustituida por lo que brinda el poder superior, esto puede crear una dinámica de sustitución por eso, probablemente, cuando se deja al poder superior de lado hay más riesgos de recaer en el consumo de droga. Así lo encontramos en el compartir de Carlos:

El me da esa esperanza, la confianza que nunca tuve con mi familia en mi niñez, esa confianza que estuve buscando para platicar con mi papás: mis penas, mis alegrías etc., y lo logro solamente con él, con Dios, además de experimentar muchas cosas: paz, tranquilidad, confianza y amor. Entonces, lo que no sentía en mi casa, lo encuentro en él: me siento amado, entonces, cuando siento que me quiere ganar la conmiseración y decir es que no me quieren en mi casa u otras cosas, volteo a ver a Dios y digo: con él realmente siento el amor que no tengo en otro lado.

Citlaly, concluye su compartir sobre la importancia del poder superior en la vida de las personas, concretamente en la vida de los adictos diciendo: “la gente necesita fe, la gente necesita esperanza y necesita saberse amado, saber cuidado, protegido y contenido por alguien que tiene un amor inmenso, un amor incondicional y un amor que no se va a quebrantar de ninguna manera. El comentario hace evidente, lo que la mayoría de nuestros entrevistados señalaron, la mayoría de las personas, vive necesitada de amor, de cuidado, de aceptación etc., y esto de alguna manera lo encuentran en los grupos donde realizan su proceso de recuperación pero principalmente en el poder superior. Juan Pablo en esta misma lógica comparte: “me ha ayudado a seguir, a tener fe, dicho de otra manera, me ha impulsado a compartir lo que a mí se me ha regalado, lo que yo he aprendido, es decir, mis experiencias, dónde la honestidad ha sido la base, pues, si uno no es honesto, tarde o temprano nos jalen el alcohol o las drogas”.

La experiencia espiritual, dice Juan Pablo, me ha ayudado a ser yo mismo, entiendo que se trata de que uno sea auténtico, que te quieras; me decían quienes acompañaban mi proceso cómo quieres que la otra persona te quiera si no te quieres tú principalmente, esto me hizo pensar que me tengo que aceptar como soy, para poder aceptar a otros y con ello, ubicarme en mi realidad para quitarme las máscaras que siempre me estoy poniendo una tras otra; en esto el proceso me ha ayudado a identificar quien si soy y quien no soy, es mucho trabajo pero el resultado es la aceptación. Un adicto, muchas veces, logra sentirse bien o el equilibrio emocional cuando ha podido abrazar su persona en su integralidad, es decir, cuando y la fragmentación se desvanece, en esta situación, puede ver con mayor claridad, desde una valoración subjetiva, quien es él, al mismo tiempo que puede experimentar con mayor nitidez la voz o la presencia del poder superior en su vida.

La experiencia de amor, de libertad que se vive de manera personal no se limita a una relación “interpersonal”, es decir, que aquel que ha hecho la experiencia del

poder superior en su vida y ha hecho conciencia de lo que éste le aporta, no puede quedarse esto para sí, por el contrario, tiene que compartirla con aquellos quienes la necesiten. Esto también se usa como medio para sacar al sujeto de sí mismo, ya que una de las características del individuo es un anarquismo y lo que menos quiere es servir, para Nancy no fue sencillo servir, lo dice con las siguientes palabras, “no creo en la parte del servicio y un ser humano como yo alcohólico con esta personalidad tan difícil de lo que menos quiere es servir, le gusta servirse de los demás o que le sirvan, pero servir a otra persona ni le interesa, pero después de reflexionarlo empecé a hacer servicio por otra persona que ni siquiera conocía. En esta experiencia ella misma dice “si descuido el servicio me vuelvo a meter en mí y no me importa la demás gente y me va a valer hacer servicio o no, pero es parte de mi recuperación y esta parte de hacer un diario, una sugerencia que a mí me dio mi padrino fue hacer un autoanálisis y checar cómo es mi día, cómo fue mi día, sin evaluarlo, castigarme, lacerarme, pero tampoco sin alabarme y ponerme en un pedestal simplemente hacer un análisis y hacer una oración una meditación en base a la gratitud a un poder superior como se manifestó en mi vida.

La espiritualidad entendida como el contacto con el poder superior, desde una actitud humilde, es decir, desde lo más auténtico y profundo que habita al adicto llega a ser un proyecto de libertad, cuando es abrazada la adicción con todo aquello que ella desencadena: los defectos de carácter; y de trascendencia, porque esta experiencia no es algo que se viva en lo interior como algo agradable, esto tiene que manifestarse en obras, es decir, en el servicio hacia los demás; esta realidad se sostiene desde la experiencia del encuentro/contacto con el poder superior y con el yo auténtico de cada persona.

IX. Conclusiones

9.1 Uno destruye y otro repara

El sentido de pertenencia es un elemento indispensable para la recuperación de las personas que luchan por salir de la situación adictiva en la que se encuentran inmersas. Pertenecer, para el ser humano en general y de manera particular para los adictos, va más allá de un estar rodeado de personas, dentro de un grupo o al lado de otro. En el intento de escapar de su soledad y frente a la necesidad de encajar, las personas, se adhieren a grupos dentro de los cuales se crean vínculos que, regularmente, están condicionados por las prácticas o filosofías que son aceptadas por cada uno de sus miembros; las implicaciones o consecuencias que esto pudiera traer, aparentemente, no tienen mayor relevancia cuando lo que se busca es contrarrestar el sentimiento de soledad, la aceptación, o simplemente estar con otro; en mundo de la adicción encontramos que en los grupos (bandas) los adictos se encuentran con otros iguales, que también tienen un vacío emocional y muchas veces la autodestrucción es el encuentro, pero en estos grupos también existe afecto, vínculos emocionales, por esta razón las personas aceptan las reglas aunque en ello se juegue su autodestrucción o la fractura de sus relaciones con sus seres queridos. En este tipo de grupos lo importante es la convivencia, entendida como el estar juntos.

El sentido de pertenencia es fundamental en la vida de todo ser humano y la vinculación con los otros es el medio a través del cual esta necesidad puede saciarse. La experiencia de pertenencia en general se vive cuando el individuo encuentra a otro con el cual se identifica. En la situación de muchos adictos experimentan la pertenencia cuando reconocen que las causas de la adicción del otro son similares a las propias, es decir, aquellas que han causado un deterioro, pero también encuentro e identificación con el otro.

En la experiencia de nuestros entrevistados, encontramos que el primer vínculo que se fractura es con la familia al no sentirse en confianza ni querido y vive situaciones que lo hacen sentirse rechazado; en estas condiciones sale del círculo familiar buscando aquello que ahí no encuentra; así se integra a las bandas dónde de alguna manera se siente aceptado y a pesar de ser esta una aceptación condicionada logra crear vínculos afectivos que le permiten sentirse identificado, es decir, parte de un grupo; finalmente llega al grupo de adictos como él donde vive la identificación y pertenencia de carácter ontológico, esta experiencia es fundamental e impactante por lo que ella misma desencadena al interior de la persona: lleva al adicto, de manera indirecta, a un primer contacto consigo mismo, es decir, el discurso del otro pone al adicto frente a su propia experiencia de vida, lo cual le resulta menos violento si esto tuviera que hacerse de manera directa mediante la introspección. Este primer contacto consigo mismo, de manera gradual elimina del adicto, aunque no totalmente, la sensación de ser diferente al resto, por la conciencia que hace de la existencia de otro que es como él, es decir, que comparte una experiencia de vida similar, esto le crea las condiciones para la confianza y le habilita para que sea capaz de asumirse a sí mismo.

La vida del hombre está marcada por una serie de acontecimientos que van configurando su estado de vida integral, de ahí que, la manera de resolver los problemas así como la manera de afrontarlos determinará los efectos de estos en su persona. Con esto, constatamos que una adicción encuentra en algunas personas condiciones que favorecen su desarrollo, por esta razón, muchas aun consumiendo no llegan a culminar en la adicción. En la experiencia de nuestros entrevistados, ha sido la carencia de afecto, la violencia vivida al seno de la familia nuclear, los complejos, el rechazo de los seres queridos, abusos físicos y sexuales, por mencionar algunos, lo que ha propiciado las condiciones para el surgimiento de sus conductas adictivas, pues en el consumo de drogas, buscaron, una salida a la falta de cariño, de placer, de vínculos, de amor, de protección etc., que pudo haber propiciado la experiencia del vacío que los acompaña.

En tales circunstancias, surge una dinámica de sustitución que podemos explicar de la siguiente manera, dado que las personas de quienes se esperaba cubrieran las necesidades, principalmente afectivas de nuestros entrevistados, se separan del ambiente familiar para integrarse a un grupo de consumidores, quienes usan la droga como medio evasivo, en este sentido la droga, sustituye la relación interpersonal, ya que al consumirse con frecuencia, llega a convertirse en una necesidad que supera la necesidad de relación con el otro en quien ha perdido la confianza; sin embargo, al llegar al centro de rehabilitación, donde encuentra personas que le devuelven la confianza, no basta detener la compulsión al consumo, esto no resuelve totalmente el problema del adicto, es indispensable el trabajo de las emociones, del vacío y de todo aquello que lo hace sentirse vulnerable que puede sostenerlo en su proceso de rehabilitación.

9.2 Detrás de lo oscuro

Los estados emocionales en la vida de los adictos entrevistados se manifiestan en la dinámica extremista, es decir, pasan, de manera descontrolada y sin posibilidad de contención de un extremo a otro, de un sentimiento hacia su contrario; en esta dinámica, pareciera no haber lugar para un posible equilibrio emocional en la persona, por el hecho de que las emociones, usando la metáfora que Citlaly utiliza para describirlas, son como una pelota de ping pon en movimiento. En esta situación las emociones, parecieran haber quedado fuera del control de la voluntad, haciendo del hombre y la mujer un títere que se limita a seguir sus movimientos, generando la sensación de haber perdido el suelo y de haber entrado en una esfera flotante que no puede controlar. El hombre y la mujer dejándose llevar por el movimiento de las emociones se vive confundido, al grado de no saber quién es él mismo, es decir, sin una sólida identidad que le permita construir un proyecto de vida, ya que la identidad con la que vive está ligada a su consumo de drogas y esta se fundamenta inestabilidad emocional que le dificulta entenderse a sí mismo desde lo que es.

Recuperar el control de las emociones, así como recuperarse a sí mismo implica para muchos tener el valor de vencer sus propios miedos, superar sus propias resistencias, dicho de otra manera tener el valor de entrar o acercarse a aquella parte oscura y dolorosa de su vida de la que han tratado de alejarse por diferentes medios. El rechazo o negación de esa parte que causa temor, el haber roto con los vínculos familiares, al no haber encontrado seguridad, confianza, apoyo ha creado, a su vez, una fractura desde la cual se pueda explicar porque un adicto es emocionalmente extremista, es decir, porque pasa de la tristeza a la alegría sin más; quizá, porque en medio de éstas no hay más que un espacio habitado por el dolor; este vacío de manera simbólica, representa su herida o sus heridas en las que sigue anclado, aquellas que no han sido sanadas, que causan conflicto en su vida y le siguen dañando.

La experiencia del dolor, cuando no se sabe manejar, desgarrar la vida de quien lo experimenta. Para un adicto, este fenómeno, entendido desde su hipersensibilidad representa un obstáculo casi imposible de afrontar, lo percibe como algo superior a su capacidad de resistencia, pudiéramos decir, como aquello que puede acabar con su propia vida, por eso, la persona se paraliza frente a él; un adicto vive su primera impotencia frente al dolor y posteriormente frente a las drogas. Esta manera de reaccionar presente en la vida de algunos de nuestros entrevistados, responde a la experiencia que vivieron cuando buscando amor se encontraron con el dolor, el cual, se convierte en algo temido, un fenómeno del que hay que alejarse por la sensación que genera: irritación, fragilidad, angustia; así, el dolor que el hombre siente en su interior, siendo una realidad que no se puede borrar o curar de manera inmediata, lleva a buscar otras alternativas que le ayuden a evitarlo, las personas que fueron entrevistadas, tomaron como medio evasivo la droga. El dolor para muchos adictos representa la experiencia desde la cual entienden su vida, es decir, se les ha oscurecido su mundo y no pueden ver que puede haber más allá del dolor, esto lo descubren cuando son capaces de afrontarlo.

La perspectiva de sí mismo, de su entorno y de su mundo emocional cambia cuando aparece en su vida otro individuo que ha vivido o vive una experiencia similar a la suya, mediante esta experiencia se da cuenta que el dolor no es la única emoción ni el límite de la vida, que es posible acercarse a él y liberarse del mismo, que lo temido no es tan terrible como parece, así, una vez que esto sucede, empieza a surgir un aliento de esperanza en la vida de la persona que tiene frente a sí la posibilidad de retomar el control de sus emociones, de decidir el rumbo que quiere dar a su vida, de construir su identidad propia, es decir, aquella que se edifica, a partir de un autoconocimiento y de responsabilizarse de su vida, aunque haya sido víctima involuntaria de violencia en su infancia , en el que puede reconocer sus límites y capacidades

9.3 De la destrucción a la espiritualidad

El adicto vive temeroso, huyendo de su realidad hasta el día que frente a otro escucha una historia en la que se siente descrito, es decir, hasta el día que logra conectarse con otro, a partir, de la narración de las experiencias de vida que le comparte; esto lo asombra al mismo tiempo que le brinda una sensación de alivio que le permite no sólo hacer conciencia de sí, sino de sentirse a sí mismo. La presencia de una historia que le suena familiar, logra hacer lo que pudiera tomar un tiempo más prolongado en un proceso terapéutico que de por sí tiene una metodología particular; en terapia el que el paciente habla de sí y en la medida en que va narrando su experiencia el terapeuta mediante preguntas le ayuda a profundizar o a tomar en cuenta elementos o aspectos que han sido dejado de lado, en ocasiones el terapeuta retroalimenta al paciente de tal forma que este pueda tener una comprensión más completa de su historia. La importancia de un trabajo psicoespiritual radica entonces en que el acompañamiento espiritual que parte desde compartir con los otros y el contacto con el poder superior ayuda a que el adicto profundice en su historia y adquiera la confianza para compartirla, en el acompañamiento terapéutico va adquiriendo herramientas que le permitan

comprender los acontecimientos de su historia de maneras alternativas, al mismo tiempo que va aprendiendo a afrontarlas con otra actitud. Dicho de otra manera, el diálogo o compartir recíproco entre personas que tienen en común, aunque no necesariamente, una cierta problemática, la confianza, la honestidad, la capacidad de introspección y el compartir surgen de manera más espontánea, ya que en la mayoría de los casos el compartir del otro motiva a ir a la profundidad de la propia vida llegando a tocar las experiencias que ha sido negadas y que ha generado daños en la persona y en la terapia el paciente asume su historia desde sí con la ayuda del terapeuta. El contacto consigo mismo, en la mayoría de los casos, es el principio de la reconstrucción de la propia vida o la reconfiguración de la propia identidad.

La identificación con otro que lleva al contacto consigo mismo es el primer paso, como hemos dicho, para la reconstrucción de la vida e identidad de la persona; sin embargo, para que esto suceda son necesarias algunas condiciones que le motiven su compartir, por ejemplo, cuando se siente dentro de un ambiente de confianza, de respeto, cuando se siente aceptado y no juzgado, dentro de este ambiente en el que comparte, aumenta su capacidad para compartir con honestidad sus experiencias de vida, aun aquellas que le parecían más dolorosas o vergonzosas y que por lo mismo había callado. Con esto comprendemos que los juicios o prejuicios pueden bloquear la necesidad que las personas tienen de compartir.

Compartir las experiencias de vida no es sencillo, implica valor para desafiar los propios miedos ya que se trata de compartir las heridas que originan los defectos de carácter, por esta razón, para muchos, no es suficiente el encuentro con el otro. En los centros de rehabilitación de tipo AA se pide a los adictos entrar en contacto con un poder superior, el cual, no está necesariamente asociado a ningún tipo de religión, puesto que parte de su identidad es ser espirituales y no religiosos. Esta característica brinda a cada miembro la oportunidad de crear su propio poder

superior. En la libertad de dicha creación cada uno puede otorgarle los rasgos que considere propias para éste. En la experiencia de nuestros entrevistados, en su mayoría católicos, encontramos que las características que adjudican a su poder superior, que en su caso es Dios, tiene relación estrecha con las necesidades que los han acompañado en sus vidas: amor, compasión, misericordia, aceptación etc., esto nos hace pensar que en esta dinámica cada uno crea un poder superior a su medida y por eso no hay resistencias para contactar con él. Algunos de nuestros entrevistados se mostraron reticentes frente a la invitación de contactar con un poder superior, debido a la experiencia, del Dios que se les había presentado anteriormente, dice Nancy: “Un Dios que castiga, que vigila, que se enoja...”. El Dios que cada uno de ellos se construye es el resultado de la experiencia interior no de un discurso construido por otro.

Otro aspecto importante a señalar es que una persona al sufrir algún daño afectivo, emocional etc., que se siente incapaz de asumir usa el mecanismo de defensa de la evasión, con esto una parte de ella misma queda reprimida y su persona fracturada, en esta situación, dicen los entrevistados, vivieron la experiencia de alejarse de sí mismos al mismo tiempo que experimentan la ausencia de Dios o de su ser superior, es decir, experimentan una soledad radical. En el proceso de rehabilitación, nuestros entrevistados, dicen haber constatado que en la medida en que se reconfigura su persona o identidad, de manera simultánea se va haciendo latente la presencia de Dios o del ser superior; la mayoría de ellos dicen, darse cuenta de que ese Dios siempre estuvo allí, pero como dice Nancy cuando deciden fugarse de su realidad, también deciden hacerlo aún lado, pudiéramos decir que, su atención queda fija en la experiencia y se olvidan de esta realidad. Una vez que se hace conciencia de ella impacta la vida de la persona el grado de que les da la fuerza para abandonar su compulsión de consumo, de manera inmediata, algunos de ellos dicen, cuando tantas veces habían fracasado en el intento.

El tema/problema de las adicciones es vasto y complejo, sería pretencioso de nuestra parte tratar de reducirlo al contenido de la investigación que presentamos; siendo conscientes de esto diremos que nuestro trabajo se ha limitado a dar respuesta a la pregunta que presenta la siguiente formulación: ¿Qué papel juega la dimensión psicoespiritual en un proceso de rehabilitación y de reconstrucción identitaria frente al problema de las adicciones?; Con esto reafirmamos que nos hemos introducido en una pequeña parte del tema en cuestión, reconocemos que no está dicho todo sobre el tema de las adicciones como no está dicho todo sobre la experiencia de los adictos. Frente a la complejidad del tema, nos hemos acercado a 5 personas, que más allá de la teoría nos puedan decir desde su experiencia humana cual puede ser el posible origen de una personalidad adictiva, cuáles pueden ser las repercusiones de ésta en la vida del hombre y cuáles pueden ser las herramientas que ayudarían a una persona a salir de este problema.

Introducimos al tema/problema de las adicciones ha implicado dejar de lado los juicios y prejuicios que nos acompañaban para adoptar una actitud similar a aquella que pide la fenomenología “dejar que el fenómeno se nos revele o describa a sí mismo”; esta actitud nos ha permitido entender que siendo cada persona diferente de los otros, cada experiencia es distinta, en esto radica la complejidad del tema, ya que cada persona lo vive y asume de manera distinta. Son muchos los aprendizajes o conocimientos que se pueden obtener sobre las adicciones desde su parte teórica, pero mucho más a partir de la experiencia que pueden narrar las personas que lo viven.

Psicoterapia y espiritualidad, cada una desde su aporte específico, otorgan un sentido a la vida e influyen en el bienestar integral de la persona. El psicoterapeuta, para este fin, trata de brindar a las personas herramientas que les permitan mejorar su calidad de vida, les ayuda a sanar el vacío que viven, a entender el porqué y el cómo de los mismos, a ubicar las “ganancias secundarias

que han experimentado con este tipo de problemáticas, a buscar una reconciliación con su contexto y con ellos mismos etc.; puede pensarse entonces que la espiritualidad pueda ser una de estas herramientas ya que ella misma se asocia con una mejor salud y calidad de vida. En relación a la espiritualidad se puede decir que es un constructo poco estudiado en este contexto; sin embargo, teniendo en cuenta la experiencia de las personas adictas que entrevistamos, puede resultar sumamente útil para entender a las personas en proceso de rehabilitación. Los grupos AA, con base en los resultados que han obtenido, promueven el vínculo entre espiritualidad y rehabilitación esto nos hace pensar que la espiritualidad puede ser un camino alternativo que puede ser usado cuando se afronta un problema de adicción; puesto que ella misma busca la trascendencia, la esperanza, el sentido de vida de la persona.

Por otra parte, la psicoterapia promueve el contacto de la persona consigo misma y con los demás como medio indispensable en los avances del proceso de cada persona; sin embargo, algunos terapeutas saben que hay pacientes que entienden los cambios que pueden darse en su persona como el resultado de la presencia de algo mayor en sus vidas; en este sentido, muchos terapeutas, convergen en la afirmación de que no son las técnicas las que provocan los cambios en la persona sino la relación, es decir, la interacción entre personas; esto puede aplicarse para la situación de los adictos quienes consideran que el contacto con su poder superior es indispensable una conducta adictiva; por esto la espiritualidad además de promover el contacto consigo mismo y con los otros, invita al adicto al contacto con el OTRO. Concluimos diciendo que la Psicoespiritualidad es un acompañamiento que busca la transformación integral de las personas.

Consideramos que la importancia de un acompañamiento psicoespiritual en colaboración con la psicoterapia, radica en el impacto que tiene la experiencia espiritual en la vida de muchos adictos para quienes la superación de su adicción así como la capacidad de mantenerse en abstinencia adquiere sentido cuando se

adjudica a un poder superior quien, desde la perspectiva de las personas que entrevistamos, les brinda lo que necesitan: amor, protección, aceptación incondicional, confianza etc., para ser capaces de afrontar aquello frente a lo cual se siente impotentes. Por otra parte, en las sesiones terapéuticas algunos pacientes manifiestan que son capaces de abordar los temas de mayor dificultad cuando se saben o sienten acompañados por alguna divinidad, esto nos hace pensar que el trabajo de la parte espiritual puede ayudar en su proceso terapéutico si para la persona tiene sentido.

X. Anexos

Guía para una entrevista

1. ¿Cuál es la personalidad del adicto: características, pensamientos, actitudes etc.?

2. ¿Cuál es papel de las emociones en una persona con problema de adicciones?

3. ¿Cuál es el papel de lo espiritual en un proceso de rehabilitación?

4. ¿Por qué hay que trabajar en las emociones en un proceso de rehabilitación?

5. ¿Por qué hay que trabajar en el ámbito de lo espiritual en un proceso de rehabilitación?

6. ¿A qué le suena el término psico/espiritual?

- 7.- ¿El terapeuta hace un trabajo psico/espiritual?

Carta de consentimiento

Guadalajara, Jal. a 18 de noviembre de 2016

Por medio del presente documento; expreso mi acuerdo para participar en una entrevista que forma parte del proyecto de investigación que realiza el Lic. Álvaro Nieto Romero y que tiene como propósito conocer el impacto del acompañamiento psicoespiritual en proceso de rehabilitación de una persona que tuvo problemas con las drogas.

Expreso también mi consentimiento para que esta entrevista sea audio grabada y posteriormente transcrita por la persona que la realiza. Estoy enterada/o de que tanto la transcripción como el audio-grabación constituyen material de la investigación y que será conocido sólo por el investigador. También tengo conocimiento de que la información que yo proporcione aparecerá impresa de manera segmentada y anónima en el proyecto de investigación del Lic. Álvaro Nieto Romero. Estoy enterado de que el proyecto de investigación podrá ser proporcionado a grupos o personas que pasen o hayan pasado por problemáticas similares a la mía, con la finalidad de mejorar el tratamiento ofrecen a las personas que sufren algún de adicción, principalmente, a las drogas; así se cree conveniente.

Sobre la información que yo proporcione, he sido informado/a que todos los datos serán manejados de manera confidencial y que el investigador tomará medidas necesarias, para que al comunicar los resultados no sea identificado personalmente respecto a lo que expresé en la entrevista. Entiendo que siendo importante que yo exprese mi sentir y pensamientos respecto a lo abordado en la entrevista, tengo también la posibilidad de expresar sólo lo que yo esté de acuerdo en comunicar. Así pues, doy mi autorización para que el material de las entrevistas en las que participe sea utilizado en la investigación arriba mencionada, dentro de las condiciones de confidencialidad y respeto a mi persona.

Atentamente: _____

XI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilar, J. T. (2016). Bienestar espiritual y agresividad en internos con adicciones a sustancias psicoactivas en centros de rehabilitación de Lima, Perú. *Informes psicológicos, 16(2)*, 69 - 86.
- Anastacio, O. B. (2007). Adicciones y contexto soico cultural: perspectivas psicológicas críticas. *Originales, 292-308*.
- Anonimos, A. (1986). *Texto básico de alcohólicos anónimos*. México D. F.: Central mexicana de servicios generales de A. A, A.c.
- Antonio, T. (2007). Espíritus vs. Spiritum. *Plenitud AA*, 35-43.
- Arnold M., D. B. (1991). *Querer no es puede, cómo comprender y superar las adicciones*. México: Paidós Ibérica.
- Astolfi, G. K. (1989). *Toxicomanías*. Buenos Aires: Universidad.
- Bernal, A. O. (2000). La adicción como búsqueda de identidad: Una base teorica psicosocial para una intervención eficaz. *Psychology Intervention, 199* 216.
- Boff, I. (2002). *espiritualidad: un camino de transformación*. Brasil: Sal Terrae.
- Carazo, P. C. (2006). El método de estudio de caso Estrategia metodológica de la investigación científica. *pensamiento y gestión, 165-193*.
- Carreño, A. (1993). Evasión del cuarto paso. *Plenitud, 264-266*.
- Casaldaliga, P., & Vigil, J. M. (1993). *Espiritualidad de la liberación*. México D. F.: centro de estudios ecuménicos.
- Chipana Flores, M. (2017). *Afrontamiento y espiritualidad en adultos varones pertenecientes a Alcohólicos Anónimos (AA)*. (tesis). Lima, Perú.
- Conyer, R. T. (2001). *Las adicciones: dimensión, impacto y perspectiva*. México: El manual moderno.
- Dennis Linn, S. F. (1991). *Pertenecer, lazos entre la sanación y la recuperación*. México: Patria.
- Fernández, R. V. (1982). *Esa enfermedad llamada alcoholismo*. México: Trillas.
- Flick, U. (2007). *Introducción a la investigación cualitativa*. Madrid: Morata.
- Fort, D. J. (1980). *ALCOHOL: nuestro máximo problema de drogas y nuestra mayor industria de drogas*. México: Extemporaneos S. A.
- Francesc, F. (1996). *La enfermedad alcohólica*. Barcelona: Herder.
- Freixa, F. (1996). *La enfermedad alcohólica*. Barcelona: Herder.

- García, Ó. P. (2013). *Las adicciones*. México: Publicaciones y fomento.
- Gómez, E. N. (2013). La interdisciplinariedad. Hacia nuevos derroteros en la formación de psicoterapeutas. *Psicoterapia contemporánea: dilemas y perspectivas*, 21-44.
- González, L. J. (2000). *Terapia del estrés, fobias y adicciones*. Roma: Teresianum.
- Gregorio Rodríguez Gómez, J. G. (1999). *Metodología de la investigación cualitativa*. Málaga: aljibe.
- Grof, S. (2002). *La psicología del futuro, lecciones de la investigación moderna de la consciencia*. Barcelona: La liebre de marzo S. L.
- Guardia J., S. S. (2010). Neuribología de la adicción. *Manual de Adicciones para médicos especialistas en formación.*, 37-130.
- Habach, D. E. (s.f.). La personalidad del alcoholico. *Plenitud AA*, 169-176.
- Héctor, O. (2007). Experiencia espirituales. *Plenitud AA*, 32-34.
- James, G. (1997). *Historia secreta del alcoholismo*. México D.F: Grijalbo.
- Jay, J. J. (2001). *Intervención*. México : Promexa.
- Kalina, E. (2010). *Adicciones, aportes para la clínica y la terapeutica*. Buenos Aires: Paidós.
- Leijssen, M. (2014). La psicoterapia como búsqueda y cuidado del alma. *Consultorias y psicoterapias centradas en la persona y experienciales; fundamentos, perspectivas y aplicaciones.*, 353-370.
- León, R. C. (2010). Abuso del alcohol y alcoholismo daños y consecuencias. En *Los Jovenes y el alcohol en México* (pág. 21). México D.F: Centro de integración juvenil, A.C.
- Linn, D., & Linn Fabricant, s. y. (1992). *Pertenecer, lazos entre la sanación y la recuperación*. México D. F.: Patria, S. A de C. V.
- López, M. A. (1983). *Alcohol y Alcoholismo*. Mexico: Mezaquita S. A pág 33.
- Madden, J. S. (1986). *Alcoholismo y farmacodependencia*. México D. F.: El manual moderno, S. A. de C. V.
- Muldoon, S. M. (2013). Diálogo interdisciplinario. Implicaciones para la formación y la práctica. *Psicoterapia contemporánea, dilemas y perspectivas*, 85-113.
- Negrete, D. B. (2010). Magnitud y consecuencias del abuso del alcohol. *Los jóvenes y el alcohol en México*, 5-18.
- Piedrabuena, J. A. (1996). *¿Por qué nos drogamos? Del poder y otras adicciones. Estudio psicoanalítico*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Pintos, C. G. (2007). *Frankl por definición. Consultor temático de logoterapia y análisis existencial*. Buenos Aires: San Pablo.

- Puentes, M. (2005). *Detrás de la droga*. Buenos Aires: Lugar Editorial.
- Robles, B. (2011). La entrevista en profundidad: una técnica útil dentro del campo antropológico. *Cuicuilco*, 39-49.
- Rodríguez, M. F. (2011). Espiritualidad variable asociada a la resiliencia. *Cuadernos Hispanoamericanos de psicología*, 11(2), 24 - 49.
- Rubia, F. J. (2015). *El cerebro espiritual*. Barcelona: Fragmenta.
- Sanjuán, P. I. (1983). *Alcohol y alcoholismo*. México: Mezquita S. A.
- Solveig E. Kuri, S. (2010). Formas de representación del consumo del alcohol en mujeres jóvenes. En K. moreno, *Los jóvenes y el alcohol en México* (págs. 77-95). México: Centro de integración juvenil.
- Strauss, A. L. (1977). *Espejos y mascarar, la búsqueda de la identidad*. Argentina: Marymar.
- Taylor, S. J. (2008). La entrevista en profundidad. *Métodos cuantitativos aplicados 2*, 194 - 216.
- Twerski, A. J. (2007). *El pensamiento distorsionado del adicto, cómo entender el autoengaño*. México D. F.: Panorama.
- Washton, A. M., & Donna, B. (1991). *Querer no es poder, cómo comprender y superar las adicciones*. México: Paídos Ibérica, S.A.
- Young, P. T. (1979). *Cómo comprender mejor nuestros sentimientos y emociones*. México: El manual moderno.