

# **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 del 29 de noviembre de 1976.

Departamento de Psicología, Educación y Salud  
**Maestría en Desarrollo Humano**



## **EL PAPEL DEL PADRINO EN EL PROCESO DE RECUPERACIÓN DE SUS AHIJADOS ADICTOS QUE ASISTEN A GRUPOS DE AUTOAYUDA**

---

**TRABAJO RECEPTACIONAL** para obtener el **GRADO** de  
**MAESTRO EN DESARROLLO HUMANO**

Presenta: LIC. LORENA SOTA JIMÉNEZ  
Asesora: Dra. LAURA ELENA GARCÍA GARCÍA

Tlaquepaque, Jalisco. Septiembre de 2024

## **Agradecimiento y dedicatoria**

Antes que nada, deseo dar gracias a Dios, por hacer posible el encuentro con personalidades que dieron guía para lograr este trabajo: a cada una de mis profesoras que amorosamente y de manera firme y constante, estuvieron ahí para acompañarme y no soltarme; gracias a los Padrinos y Madrinas que abrieron su corazón y compartieron conmigo experiencias de vida.

Quisiera agradecer de forma particular a Alexander Z., SJ y a Gerardo V, SJ, quienes proporcionaron una luz a mi camino para ayudarme a tener más claridad sobre mi principio y fundamento, logrando así, cuidar significativamente la intención de mi praxis en cada uno de mis ámbitos personales; así como tener presente que cualquiera que sea la situación, siempre hay que tener prioridad por el cuidado de la persona.

Este trabajo va dedicado a personas que en algún momento de su vida se han sentido sin salida y solas, a aquellos que no han podido recibir apoyo; deseo profundamente que puedan ser capaces de escuchar su voz interior y así poder pedir ayuda.

Agradezco profundamente la fortaleza y la claridad que me han permitido discernir los aprendizajes presentes en cada acontecimiento de mi vida.

## Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo describir el papel del padrino en el proceso de recuperación de sus ahijados adictos que asisten a grupos de Alcohólicos Anónimos (AA). Este trabajo es de corte cualitativo. Se realizaron entrevistas fenomenológicas a cuatro padrinos, lo que permitió explorar en profundidad sus emociones, experiencias y significados. Se encontró que la metodología de acompañamiento del padrino es similar a la que se propone en Desarrollo Humano (DH). En particular, se destaca cómo las seis condiciones para el cambio del Enfoque Centrado en la Persona tienen lugar en la relación entre padrinos y ahijados, donde se promueve un ambiente de confianza y crecimiento personal. Además, se resalta la importancia del programa de 12 Pasos y de los grupos, como un componente central en el proceso de recuperación.

**Palabras clave:** Recuperación, facilitación, aceptación positiva incondicional, Padrino AA, ahijado.

# ÍNDICE

## Contenido

<b>CAPÍTULO 1 PROBLEMATIZACIÓN .....</b>	<b>8</b>
IMPLICACIÓN PERSONAL .....	8
PERTINENCIA DEL TEMA PARA EL DH.....	10
ÁRBOL PROBLEMA .....	12
JUSTIFICACIÓN Y DATOS DEMOGRÁFICOS.....	14
DEL SUFRIMIENTO DE UN ADICTO, HACIA LA BÚSQUEDA DE PERTENENCIA Y ENTENDIMIENTO.....	17
EL PADRINO COMO FACILITADOR DE RECUPERACIÓN EN EL ADICTO Y LA IMAGEN CONTROVERSIAL DEL MISMO.....	21
PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN .....	23
OBJETIVOS (GENERAL Y ESPECÍFICOS) .....	23
<b>CAPÍTULO 2 FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA .....</b>	<b>24</b>
ESTADO DEL ARTE .....	24
DEL SUFRIMIENTO DE UN ADICTO, HACIA LA BÚSQUEDA DE PERTENENCIA Y ENTENDIMIENTO .....	26
EL VALOR DE LA EXPERIENCIA DEL PADRINO DE AA EN EL PROCESO DE RECUPERACIÓN .....	29
PROCESO DE CAMBIO EN EL ENFOQUE CENTRADO EN LA PERSONA.....	32
EL VALOR DE LA EXPERIENCIA .....	36
APADRINAMIENTO FORMAL.....	38
LA IMPORTANCIA DE LAS EMOCIONES EN EL PROCESO DE APADRINAMIENTO .....	39
EL VÍNCULO QUE RELACIONA .....	41
EL PAPEL DEL PADRINO COMO LÍDER EN SU COMUNIDAD.....	44
LA ESPIRITUALIDAD, HERRAMIENTA DE CONTENCIÓN, VINCULARIDAD Y FORTALEZA.....	45
EL APADRINAMIENTO EN DIÁLOGO CON EL DESARROLLO HUMANO COMO METODOLOGÍA PARA LA RECUPERACIÓN.....	46
<b>CAPÍTULO 3 FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA .....</b>	<b>49</b>
METODOLOGÍA.....	49
MÉTODO INVESTIGACIÓN ACCIÓN PARTICIPATIVA .....	49
MÉTODO FENOMENOLÓGICO .....	50
TÉCNICA: ENTREVISTA FENOMENOLÓGICA .....	51
EL CONTACTO FENOMENOLÓGICO DURANTE LA INVESTIGACIÓN .....	52
DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO .....	53
POBLACIÓN.....	53
CONSIDERACIONES ÉTICAS.....	53
<b>CAPÍTULO 4 PRIMEROS HALLAZGOS .....</b>	<b>55</b>
DIFICULTADES .....	58
ERRORES .....	59
ACIERTOS .....	61
SUGERENCIAS.....	62
RELATO DESCRIPTIVO.....	63

EMOCIONES EXPERIMENTADAS .....	66
REFLEXIVIDAD.....	69
<b>CAPÍTULO 5 RESULTADOS .....</b>	<b>73</b>
<b>CATEGORÍA 1 .....</b>	<b>74</b>
¿QUIÉN ES EL PADRINO? .....	74
SER PADRINO DE AA, UN REGALO .....	75
EL CAMINO ANDADO (EXPERIENCIAS Y VIVENCIAS).....	78
PIEL DE CEBOLLA (FONDO DE SUFRIMIENTO E HIPERSENSIBILIDAD).....	82
<b>CATEGORÍA 2 .....</b>	<b>85</b>
EL SENDERO POR RECORRER (PROCESO DE APADRINAMIENTO).....	85
TE ELIJO (¿QUÉ ES APADRINAR?) .....	86
CAMINANDO JUNTOS (PROCESO DE APADRINAMIENTO) .....	90
UN ROTO PARA UN DESCOSIDO (LA EXPERIENCIA RELACIONAL PADRINO- AHIJADO).....	97
UNIÓN DE VOLUNTADES (COMUNIDAD).....	103
LA PAUSA PARA EL DISCERNIMIENTO (TOMA DE DECISIONES Y EMOCIONALIDAD).....	106
<b>CATEGORÍA 3 .....</b>	<b>110</b>
CON AMOR Y FE (HERRAMIENTAS QUE PROPORCIONA UN PADRINO).....	110
LAS LUCES (IDENTIFICAR FORTALEZAS: CONOCIMIENTO PERSONAL).....	110
VOLVER AL ORIGEN (LO QUE VERDADERAMENTE EMPODERA Y MANTIENE) .....	115
PODER SUPERIOR Y RENDICIÓN.....	119
AMOR.....	121
SERVICIO .....	126
<b>CAPÍTULO 6 CONCLUSIONES .....</b>	<b>130</b>
<b>REFERENCIAS .....</b>	<b>135</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>140</b>
DISEÑO PARA LA PRIMERA ENTREVISTA: .....	140
DISEÑO PARA LA SEGUNDA ENTREVISTA: .....	141

## **Introducción**

Una de las grandes preocupaciones que hoy día se vive, es la fractura y desgaje de los vínculos sociales, un abatimiento emocional y una evasión a contactar, identificar y expresar los sentimientos; entre tantos mensajes externos, se busca evadir las emociones y sensaciones, o se experimentan de manera irreal, porque muchas veces lo que se encuentra al explorarlas no es agradable, así que el consumo de algún tipo de sustancias, bebidas, comidas o juegos ayudan a hacer más llevadera la realidad, da lugar al consumo desmedido de sustancias y en muchos casos extraviarse en el laberinto de la propia vida.

La adicción es un círculo vicioso que no termina: se experimenta abatimiento, se rompen vínculos, se evade el sentimiento y se inicia la adicción. Las adicciones contribuyen a la autodestrucción, a una constante pérdida de interés por el otro.

Para el presente documento se usará la palabra Padrino para referir a ambos géneros, es decir, Padrinos y Madrinas; del mismo modo la palabra ahijado para ahijados y ahijadas.

El propósito de este trabajo es describir el tipo de relación que establece el Padrino de grupos de autoayuda de Alcohólicos Anónimos, en los procesos de recuperación en adictos en rehabilitación y cómo su metodología relacional coincide con el Desarrollo Humano.

Los principales temas que se abordan en este documento están divididos en tres categorías que a su vez contienen subtemas; quién es un Padrino, su experiencia de vida y cuál es su servicio; qué significa apadrinamiento formal y la importancia de la experiencia relacional, de la comunidad de alcohólicos anónimos (AA) y la pertenencia; las herramientas que proporciona un Padrino, la contención emocional,

la escucha y guía de un Padrino para su ahijado; así como la importancia de los principios espirituales durante la práctica del programa.

Para llevar a cabo esta investigación se implementó el método cualitativo con la técnica de la entrevista fenomenológica, se entrevistaron a cuatro Padrinos de AA con una trayectoria de más de diez años de experiencia en su labor. Durante las entrevistas los Padrinos narraron los cambios logrados por adictos en recuperación a los que acompañaron, mismos que salieron adelante de su sufrimiento, identificaron y trabajaron en su enfermedad emocional y alcoholismo.

Se concluyó que es importante tener acceso a un espacio de escucha y de un acompañante, en este caso un Padrino que apoye el proceso de adictos en recuperación, así como fundamentar la aplicación del programa de 12 pasos de los grupos AA, que tiene resultados positivos en la recuperación de ahijados; para afrontar las situaciones complejas de la vida- programa que puede llevarse a cabo para cualquier persona que esté dispuesta a realizar cambios y que anhele una mejor calidad de vida - se ha comprobado que muchas veces logra salvar vidas.

## Capítulo 1 Problematización

### Implicación personal

Mi interés personal en este tema tiene que ver con ciertos acontecimientos en mi entorno familiar y conmigo misma, relacionados con el consumo de alcohol y de otras drogas y de los procesos de rehabilitación. En particular, deseaba conocer a profundidad cómo es que se llegan a crear lazos tan fuertes con los Padrinos, cómo es que logran un cambio tan notorio en el comportamiento y en el modo de ver la vida aquellos que ingresan a los centros de rehabilitación. En lo personal, he observado cambios en mis familiares y puedo dar testimonio de la entrega tan profunda en el servicio que ofrecen los Padrinos a sus Ahijados; no podía entender el cariño, respeto y admiración que pude observar de mis familiares con sus Padrinos, necesitaba saber cuál era la clave de esa fuerte relación, pero sobre todo del éxito en la rehabilitación de ambos. Cabe señalar que cada uno de mis familiares estuvieron en diferentes clínicas, sin embargo, lograron resultados satisfactorios.

Con respecto a mí, que no tuve una clínica ni un Padrino, no lograba entender cómo absorben esa responsabilidad, cómo contribuyen a la recuperación de otros cuando ellos mismos llevan su propio proceso. Yo tenía dificultades con el manejo de emociones, no imaginaba cómo acompañar las de otros. Por otro lado, tenía interés en reconocer la labor que realizan los Padrinos, dar a conocer las herramientas y la metodología que llevan a cabo. Durante el camino recorrido en la Maestría de Desarrollo Humano (MDH), puedo decir que su trabajo es equiparable al de un facilitador. Rogers (1993) afirma: "Si puedo crear un cierto tipo de relación, la otra persona descubrirá en sí misma su capacidad de utilizarla para su propia maduración y de esa manera se producirá el cambio y el desarrollo individual" (p.40). El impacto de la facilitación que proporciona el Padrino y que llega a tener en la sociedad es relevante y de vital importancia, pues, en este proceso se recuperan vidas.



Los Padrinos facilitan el proceso para que muchas personas se integren nuevamente a su comunidad, encuentren su sentido de vida y, algunas veces, los ahijados retomen sus asuntos pendientes, sobre todo con aquellas personas que lastimaron, ya que la humildad y el reconocimiento de las faltas cometidas son actitudes que logran trabajar en el grupo. Me doy cuenta de que un programa de este nivel y un acompañamiento en el proceso les ha ayudado a sobreponerse de situaciones difíciles. He visto a unos miembros de mi familia recuperarse, a otros recaer, pero creo firmemente que es una esperanza de vida contar con espacios así y con una comunidad que cuida de las personas las 24 horas los 365 días del año. El aprendizaje a nivel personal que he logrado me da la oportunidad de ver la vida desde otro lente.

## **Pertinencia del tema para el DH**

En relación con el contenido de este documento se tuvo la oportunidad de discutir el tema de la tesis con académicos expertos en la materia, incluyendo una valiosa perspectiva. Durante estas conversaciones, se exploró en detalle la relevancia y pertinencia del tema elegido; hubo un interés en el tema propuesto y han reconocido la oportunidad que ofrece para abordar cuestiones importantes dentro del campo de estudio. Las opiniones y comentarios han sido invaluable para refinar el enfoque y comprender mejor el impacto potencial de la investigación. Se agradece sinceramente la orientación y apoyo en este proceso, sus conocimientos y experiencia fueron fundamentales para validar la pertinencia y viabilidad de la investigación.

Hoy en día todo va de prisa, hay una necesidad de la inmediatez, de sentir emociones intensas; por otro lado, en el núcleo de muchas familias se ha roto la comunicación entre padres e hijos y muchas veces con la misma pareja no se cuenta con un espacio de escucha; sobre todo se experimenta dificultad para encontrar lugares donde las personas se puedan sentir seguras, en confianza; en el propio hogar, pocos encuentran comprensión. Estos espacios son necesarios para expresar lo que sucede internamente, al no contar con eso, entonces se puede pensar que se está solo, hay evasión y en algunas ocasiones se presentan adicciones. Hay adictos a celulares, a juegos, a personas, a sustancias, al alcohol etc.

Las adicciones desvinculan de los otros y se pierde pertenencia, crece la inseguridad en las personas y algunas veces aparecen miedos aparentemente irracionales; así mismo, se enfrenta el rechazo de una sociedad que juzga duramente algunas de estas adicciones y comportamientos.

Dar a conocer la labor de los Padrinos y los grupos de ayuda resulta necesario para aquellas personas que se sienten solas y sin respuestas lo que genera esperanza

para una mejor manera de vivir, e incluso, en casos muy extremos se recupere una vida.

Muchas veces un adicto sabe que necesita ayuda, pero no siempre sabe cómo o a quién pedir, o bien, no quiere hacerlo porque la sustancia a lo que se es adicto le proporciona una sensación agradable y una aparente estabilidad emocional que le permite funcionar en el mundo.

Muñoz (2012) señala: “en general, los humanistas afirmamos que entre más sensible se es, más posibilidades de desarrollo se tiene” (p.12). Y es precisamente lo que el adicto es, un ser hipersensible, por lo tanto, capaz de salir de la adversidad con la ayuda adecuada.

El Padrino, en palabras del fundador de AA Grapevine (1961): “...es un miembro de AA que el recién llegado elige para que le guíe por el programa de Alcohólicos Anónimos” juega un papel muy importante, desempeña una labor fundamental para la recuperación del individuo que se acerca a pedir ayuda. Cabe aclarar que el Padrino también es un adicto en recuperación que ha pasado por un proceso que se detalla más adelante. Ante esto surge el cuestionamiento: ¿cómo es que un adicto ayuda a otro?; ¿cómo logra facilitar procesos de recuperación a un adicto que llega a un centro para un tratamiento? y al mismo tiempo ¿cómo facilita su propia rehabilitación? Es un personaje poco reconocido en textos académicos; ya que parece ser que, si no se es un experto de la salud, entonces no se está capacitado y mucho menos se es reconocido como un facilitador de la salud, fuera de los propios Centros en los que dan su servicio.

El autoconocimiento que pueda desarrollar el Padrino y la forma de relacionarse con sus ahijados es lo necesario para lograr un impacto en aquellos que facilita, lo que a su vez se suma a una gran red de apoyo (el grupo de Alcohólicos Anónimos) que se verá reflejado en la reconstrucción de nuestro tejido social. El presente trabajo es pertinente para el DH toda vez que se mostrará como la figura el Padrino se equipara al facilitador de DH pues establece un clima de confianza en el que el

ahijado puede desarrollarse al punto de lograr la sobriedad, construir una vida satisfactoria e impulsar su recuperación.

Como se puede observar, la relación entre Padrino y el Ahijado en Alcohólicos Anónimos (AA) guarda una similitud con la relación terapéutica propuesta por el Enfoque Centrado en la Persona (ECP) de Carl Rogers. Ambas relaciones se fundamentan en principios de empatía, autenticidad y aceptación incondicional. Sin embargo, existe un elemento distintivo que diferencia al rol de Padrino en AA del terapeuta en el ECP: mientras que en el ECP es crucial que la persona descubra sus propias respuestas a través de un proceso de autoexploración guiada, en la relación Padrino-Ahijado, el Padrino sí ofrece sugerencias, orientaciones y modos de proceder. Estas sugerencias se basan tanto en su propia experiencia personal con la adicción y la recuperación, como en la metodología específica de los Doce Pasos de AA. Este enfoque más directivo del Padrino, aunque sigue siendo empático y basado en la comprensión, introduce una dimensión práctica que busca guiar al Ahijado a través de las etapas de recuperación, proporcionando herramientas y estrategias concretas que han demostrado ser efectivas dentro del marco de AA. Así, aunque ambas relaciones comparten un núcleo humanista y centrado en el individuo, la relación Padrino-Ahijado se distingue por su carácter más orientado hacia la guía directa y el apoyo basado en la experiencia personal.

### **Problematización justificación**

#### **Árbol problema**

El ejercicio del árbol problema se presenta como una metodología visual que ayudó a tener un poco de más claridad y de alguna forma desmenuzar e identificar las principales causas del tema a tratar, ayudando a profundizar en aquellos puntos que resultaban fundamentales en el trabajo presentado.

El tema de investigación del Papel del Padrino en Grupos de Autoayuda de Alcohólicos Anónimos como Facilitador de Procesos de recuperación en Adictos en rehabilitación, pone el foco en el adicto como un ser humano emocionalmente vulnerable, el árbol apoyó a visualizar los nodos críticos, del mismo modo, este paso inicial permitió visualizar de manera clara y concisa el alcance de la investigación, así como también las diferentes categorías y subtemas a trabajar.

El problema central identificado es el adicto, un ser humano emocionalmente vulnerable, que se desarrolla debido a diversas causas como la ausencia de un espacio seguro, su hipersensibilidad y el entorno disfuncional donde se relacionan. La ausencia de un espacio seguro se manifiesta en la falta de escucha activa, atención y validación, lo que lleva a la desvinculación, codependencia y a sentirse incomprendidos. La hipersensibilidad se relaciona con la falta de límites, la confusión existencial y la depresión. Por otro lado, un entorno disfuncional se caracteriza por el rechazo, la violencia estructural, el juicio constante y la presión social.

Estos factores causales conducen a efectos devastadores. La destrucción se refleja en la falta de identidad y el sentimiento de no pertenecer. Vivir en contradicción se manifiesta a través de la violencia intrafamiliar y el aislamiento. La ausencia de sentido de vida deja a las personas desorientadas, perdidas, propensas a la autodestrucción, al maltrato y al quebranto espiritual.

La consecuencia final de este problema es la orientación a la muerte, evidenciando la gravedad y el impacto profundo de las causas y efectos mencionados. El análisis de este árbol del problema resalta la importancia y diferencia que hace contar con espacios de escucha y un guía que aborden tanto las causas subyacentes como los efectos devastadores para ayudar a las personas adictas a encontrar un camino hacia la recuperación y la vida plena.

En la siguiente página se muestra el árbol del problema de acuerdo con la clave que a continuación se presenta.



## Justificación y datos demográficos

La adicción a las drogas es una problemática que se ha incrementado en las últimas décadas. El Informe Mundial sobre las Drogas señala que, en el 2021 cerca de 296 millones de sujetos usaron drogas (Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (UNDOC), 2023). En el caso de México, la Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco (ENCODAT, 2017) reporta que en el periodo 2011-2016 ha aumentado el consumo de drogas entre la población, al pasar del 7.2% al 9.9%, muchos de ellos se hacen adictos a sustancias; para 2023 la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito en México informó en junio de ese año, lo que ahora es una realidad, se ha elevado el acceso de sustancias ilícitas; hay más posibilidades de adquirir las sustancias por los bajos costos que elevan las cifras de consumo a nivel mundial.

Es importante mencionar y cito textual el aumento de los números en relación con los últimos años:

Nuevos datos sitúan la estimación mundial de personas que se inyectaron drogas en 2021 en 13.2 millones, 18% más de lo estimado anteriormente. A escala mundial, más de 296 millones de personas consumieron drogas en 2012, lo que supone un aumento de 23% con respecto a la década anterior. Por su parte, el número de personas que padecen trastornos por consumo de drogas se ha disparado hasta los 39.5 millones, lo que supone un aumento de 45% en 10 años (UNODC, 2023).

El informe de 2021 reporta que “una de cada cinco personas que padecía trastornos relacionados con el consumo de drogas sigue un tratamiento” (UNODC,23).

Una alternativa para estos casos sería un Centro de internamiento para trabajar la enfermedad, no solo enfocado en el consumo si no en la persona de forma integral, aquellos que han podido acercarse a estas clínicas les ha permitido iniciar con un programa y poco a poco ir recuperando su salud física y mental gracias al acompañamiento de los Padrinos.

Los grupos de recuperación de AA son una gran hermandad, en la Convención Internacional de Alcohólicos Anónimos de 2015 en Atlanta, Georgia se tuvo una asistencia estimada de 57,000 miembros de diferentes estados y países; se espera la siguiente Convención en Vancouver para julio 2025 donde se festejará el 90 aniversario de la comunidad. (aa.org)

Es importante señalar que los familiares de las personas que ingresan a tratamiento, se les sugiere asistir a grupos de recuperación ALANON que es una red de apoyo, grupos diseñados para ayudar a personas afectadas por el alcoholismo de un familiar o amigo; en los que a su vez hay Padrinos que los acompañan en el proceso, la problemática se da a nivel familiar, codependencia, depresión, entre otras enfermedades emocionales.

El problema de las adicciones se ha agudizado de manera alarmante en nuestro país. Lorenzo (2012) la define adicción como “una enfermedad física, mental y espiritual que afecta a todos los aspectos de nuestra vida” (p.4). Según el Instituto Nacional sobre el Abuso de drogas (NIDA), la adicción “es una enfermedad crónica caracterizada por la búsqueda y el uso compulsivo de drogas, a pesar de sus consecuencias nocivas” (NIDA, 2020, pag.4). Cuando una persona es adicta podemos ver afectadas diferentes áreas de su vida: entorno familiar, laboral y las fuertes fracturas en sus interacciones y por supuesto su propia fractura.

Se dice que el adicto es un ser *hipersensible*, esta condición, de acuerdo con Saveri Tomasella en Flores, et al. (2020) es “...una intensa receptividad, una fuerte emotividad y una gran expresividad” (p. 11). Las personas hipersensibles viven e interactúan con el mundo sin ser comprendidas, sin entender qué les sucede con respecto a sus emociones.

La adicción es una enfermedad que afecta a la persona en todas sus dimensiones, por lo que un adicto necesita atención, un tratamiento basado en un proceso terapéutico en el cual la relación y el valor de la experiencia serán claves para la recuperación. El valor de la experiencia tiene matices: crea vínculos, significado y emocionalidad que encuentra en el centro de rehabilitación. El papel del Padrino y el servicio que vive le ayuda al Ahijado a resignificar su vida, le permite sanar y sentirse útil para la sociedad y para sí mismo.

Se realizaron entrevistas con el objetivo de conocer la labor que tiene el Padrino y el impacto que tiene en adictos en recuperación, ver cuál es la realidad que viven internamente, cómo facilitan a sus ahijados y a su propia persona; por otro lado, saber si además de las herramientas y recursos con los que cuentan, les es necesario un espacio de escucha, donde la persona detrás de la imagen del Padrino pueda ser atendida, similar a lo que ocurre con los facilitadores desde el enfoque centrado en la persona.



Como resultado preliminar se puede decir que, en la mayoría de los casos, el Padrino antes de ser una persona que acompaña a otros, pasó por situaciones difíciles, su juventud estuvo marcada por acontecimientos que le dieron un giro a su vida, ya sea por decisiones personales o por influencia de su entorno. En su niñez estuvo en un ambiente familiar “no propicio” es decir, no le aportó un crecimiento integral lo suficientemente saludable como para evitar que se refugiara en las drogas.

A decir de la mayoría de los entrevistados, empezaron el consumo a edad muy temprana, resaltando el consumo de alcohol y marihuana, posteriormente se incurre en consumos de otro tipo de sustancias más fuertes, como lo menciona el Padrino Cuarzo: “A los 13 años, con el alcohol y a los 14 y 15 años con marihuana, y como a los 17 cocaína, pastillas y otras cosas” (Padrino C., entrevista, octubre 2019)”

Una vez que se conoce cómo inicia y a qué edad empieza esta marejada de emociones y conflictos internos, podemos intentar hablar del sufrimiento de la persona del Padrino y su búsqueda por una mejor manera de vivir, que se plasma en las siguientes categorías que se obtuvieron de las entrevistas.

### **Del sufrimiento de un adicto, hacia la búsqueda de pertenencia y entendimiento.**

Un ser humano construye su vida y observa su mundo según sus vivencias, cada uno de los acontecimientos vividos serán fundamentales para la forma en que una persona llevará su día a día; está constituido como un ser Bio-psico-social y espiritual, unidad integral del cuerpo, alma y espíritu. En la infancia es la etapa dónde estas dimensiones se deberían fortalecer para que la persona una vez adulta, logre un equilibrio entre estas dimensiones y ser capaz de enfrentar la vida desde un enfoque sano y constructivo, o, todo lo contrario.

Formación Integral, el proceso continuo, permanente y participativo que busca desarrollar armónica y coherentemente todas y cada una de las

dimensiones del ser humano (ética, espiritual, cognitiva, afectiva, comunicativa, estética, corporal, y sociopolítica), a fin de lograr su realización plena en la sociedad (Ramírez,2004, p.11).

De acuerdo con los entrevistados, la mayoría de las personas provienen de familias disfuncionales, carentes de herramientas para la crianza de un pequeño, además de que, en algunos casos, los padres son adictos a alguna droga también, o hay un entorno de violencia familiar que afecta fuertemente el crecimiento y desarrollo emocional, psicológico y espiritual de los más pequeños. Por otro lado, también hay familias donde no se consume ningún tipo de sustancia o droga, pero hay un desinterés por los hijos, debido a que los padres están inmersos en sus diversos compromisos o inclusive problemas de pareja donde los niños son los más afectados. Una condición que puede marcar a una persona adicta es también que la mayoría de ellos perciben las situaciones mucho más intensas que cualquier otra persona, son hipersensibles y esto los hace ser aún más vulnerables a su entorno y con muy poco entendimiento de los adultos, de qué le sucede a ese pequeño.

Soy una persona hipersensible, de niño sentí las cosas más fuertes, no tuve la atención y mis padres no tenían herramientas para ayudarme en la formación de mi personalidad y que mis estructuras de carácter fueran lo más sanas posibles (Entrevista, Padrino Diamante, 2019).

Ese hijo o hija, conforme va creciendo tiene que enfrentar un mundo duro, y él o ella carente de seguridad en su persona, invalidado muchas veces al dar su opinión si es que alguna vez tuvo oportunidad de expresarse, acumula una serie de cicatrices por las fracturas internas emocionales, no sabe cómo caminar solo y mucho menos por un sendero muchas veces lleno de complejidad; carentes de afecto, vulnerables a caer en las “melodiosas voces” que los invitan a realizar actos nunca antes pensados, simplemente por pertenecer, por recibir un poco de aprecio.

El valor que nunca tuvieron lo encuentran en el alcohol, el cual los desinhibe, los hace atreverse y olvidar aquello que no les gusta, así que se vuelve un hábito que al principio es suficiente, pero después, les es necesario un poco más, conocer otras cosas y cuando menos se dan cuenta se han perdido en el consumo, entran a un eterno círculo del que no les será fácil salir.

Por lo regular, las edades en que se inicia el primer contacto con el alcohol oscilan entre los 12 y 14 años, ya para los 18 años hay jóvenes consumiendo otro tipo de sustancias o pastillas; para entonces su dimensión psicológica está seriamente afectada, tienen cuadros psicóticos y viven fuera de su realidad, no son dueños de sus actos y sus emociones reales no son expresadas por miedo a ser señalados o etiquetados. Sin darse cuenta empiezan a recibir aquello de lo que fueron sujetos en su infancia pero de una manera más cruda y sin piedad, expuestos al rechazo, al desprecio, a verlos como una escoria de la sociedad, olvidados por sus familiares, avergonzados por los malos ejemplos que dan o peor aún, a desconocerlos; se vuelven más vulnerables al ataque y etiquetas o juicios de las personas, faltos de dignidad se abandonan en las calles, despojados de todo anhelo o esperanza por recuperar su vida, por un poco de entendimiento, por ser alguien, por pertenecer de nuevo.

En medio de este panorama desolador, cabe destacar la tendencia del ser humano hacia el desarrollo (Rogers 1993), esa capacidad del ser humano que todos poseemos y que es probable que en algunos adictos se encuentre bloqueada y que, por esta razón, les cueste trabajo o nunca logren salir de dónde se encuentran. Con los Padrinos entrevistados, se pudo constatar que todos, en un momento identificaron que algo no estaba bien en sus vidas, gracias a ese objetivo que cumplen las emociones y las sensaciones, que en este caso particular fue la sobrevivencia. (Muñoz,2012).

Esta posibilidad de darse cuenta, es de vital importancia para la recuperación del adicto, le brinda una segunda oportunidad para retomar el camino y transformar el

concepto de sí mismos y de sus posibilidades como lo menciona uno de los Padrinos: “Una parte de mí sabía que estaba mal, pero el miedo a dejar de consumir era mayor” (Padrino Diamante, entrevista, septiembre 2019); Pueden darse cuenta de otras posibilidades y formas de enfrentar la vida: “Mis criterios del bien y del mal cambian, abro los ojos a otras cosas, tenía muchos complejos y los trabajé, mi vida empieza a tomar rumbo” (Padrino Cuarzo, entrevista, octubre 2019)”; Saben que el cambio será doloroso, que aprenderán nuevas maneras lo que significa luchar consigo mismos y así corregir en caso de error (regarla):

He aprendido a canalizar y a soltar, pero sí me duele, me preocupa y siento que he hecho algo mal, en ocasiones así lo vivo, otras veces me ha ayudado en darme cuenta en qué la he regado en que tengo que modificar y corregir” (Padrino Ópalo, entrevista, octubre 2019)

Los adictos mencionan llegar a un punto de quiebre que le llaman “fondo de sufrimiento”. ¿Ante el planteamiento de cuánto tiempo le lleva a un adicto salir de ese fondo de sufrimiento? La respuesta dependerá de cuál es el sentido concreto de vida de cada uno de ellos Frankl (1991) describe:

El sentido de la vida difiere de un hombre a otro, de un día para otro, de una hora a otra hora. Así pues, lo que importa no es el sentido de la vida en términos generales, sino el significado concreto de la vida de cada individuo en un momento dado (p.15)

Algunas veces ese fondo de sufrimiento les permite reconocer que necesitan ayuda, que ya no es vida lo que llevan o incluso llegar a desear una vida mejor que la que antes tenían, desean tener vínculos, pertenecer, que alguien entienda su sufrimiento; porque ese miedo y dolor en silencio te puede llevar a la locura.

## **El Padrino como facilitador de recuperación en el adicto y la imagen controversial del mismo**

Cuando un ser humano toca fondo, tiene varias alternativas. Entre ellas, o se queda ahí para ver que su vida sucumbe, o desde ese dolor y sufrimiento surge el valor y coraje (entendido este último como la fuerza vital que empuja a alcanzar propósitos) y hacer todo lo necesario para salir adelante, y entonces ser capaz de pedir ayuda.

Es entonces cuando empieza otro tipo de sufrimiento, pero esta vez no para seguir hundiéndose, sino como un proceso de recuperación al enfrentar sus demonios, sus miedos, a lo que sí es en realidad como persona, quién es él verdaderamente y sobre todo a aquello que lo mantenía anestesiado de todo sentimiento y dolor: su consumo. Enfrentarse a sí mismo es muy difícil, se encontrarán con aquello que no desean ver, pero tendrán que trabajarlo, y el Padrino estará para ayudarlo.

Muchas de las personas que llegan a los Centros de Rehabilitación, van en contra de su voluntad; otros, que quieren cambiar, lo hacen de forma voluntaria; por otra parte, también están aquellas personas que llegan sin tener claro en dónde están, pues sus familiares los internan con la esperanza de recuperar a su ser querido.

El Padrino, es un ser humano que ya pasó por algo similar, es decir, es un adicto también en recuperación constante. Es quién será responsable de que la persona internada trabaje y recupere aquello que perdió. Primero, en los síntomas de la abstinencia, los cuales no son fáciles de sobrellevar sin el apoyo del Padrino y del grupo, toca fondo y siente dolor por aquello que perdió, que dañó y destruyó. Por todo esto, tendrá que procesar la culpa, sus miedos y aprenderá a sanar sus heridas. Todo esto son procesos de recuperación que les permitirán reintegrarse a la sociedad.

Por otro lado, la metodología que sigue el Padrino para apoyar a sus ahijados se basa en sus propias vivencias, en lo establecido en los 12 pasos (Libro Azul, N.A, 1991) y el fortalecimiento de la dimensión espiritual que sirve como contención y

vinculación. La mayor parte de los Padrinos no cuentan con formación en el área de la salud, salvo algunos cuantos; solo tienen su experiencia de vida y lo que pueden aportar a sus ahijados desde la comprensión empática y la escucha plena.

Es importante señalar que el Padrino de AA, facilita un proceso terapéutico ya que, según los constructos básicos de Carl Rogers, se puede acompañar si se cuenta con las tres actitudes básicas: congruencia, aceptación incondicional y la comprensión empática. (Rogers, 1993)

Ante la pregunta ¿Cómo poner a mi ser querido en manos de otro adicto? Se puede decir que el Padrino es un ser humano que ha experimentado una situación similar a la que acompaña, conoce tanto los sufrimientos como los chantajes y la forma de proceder para manipular a aquellos que están en su entorno. Todo esto representará una diferencia muy importante al acompañar a un adicto, pues alguien quien ha vivido como él, sabe perfectamente de lo que habla y sobre todo de lo que siente, entonces los ahijados se sienten “en casa”, es decir, comprendidos y aceptados, sobre todo, libres de juicios.

La labor que realiza un Padrino se vuelve fundamental para estos Centros de Rehabilitación, pues no solo atiende a la persona internada, sino que va más allá, intenta fortalecer lazos entre las familias y el interno y ayuda a identificar los problemas que le atañen a la persona que acompañan. Además, acompaña a los familiares del interno para que identifiquen sus responsabilidades, se hagan cargo de ellas y las acepten; por otro lado, esta ayuda es de ida y vuelta, ya que el Padrino también recibe ayuda de sus ahijados, pues le recuerdan el proceso que él una vez tuvo que pasar, así como tener presente que su bienestar y el de ellos es una labor de todos los días.

El Padrino y su labor, se ve reflejada en la cantidad de ahijados recuperados que han retomado su vida, son personas integradas a la sociedad y son capaces de llevar a cabo una actividad que les implique responsabilidades. La labor que el Padrino realiza es en muchos de los casos la esperanza que esas personas en

recuperación necesitan y hay evidencia de esto en muchos de los Centros de Rehabilitación; sin embargo, el reconocimiento que se les ha otorgado es poco por parte de Instituciones e incluso de expertos de la salud.

### **Pregunta de Investigación**

¿Cómo es la relación que establece el Padrino de AA con sus ahijados y el proceso de recuperación de estos últimos?

### **Objetivos (general y específicos)**

#### **Objetivo general**

Describir la relación del Padrino de AA con sus ahijados (adictos que asisten a grupos de autoayuda) y el proceso de recuperación de estos.

#### **Objetivos específicos**

- Describir el proceso de recuperación del Padrino de AA
- Describir la relación de Padrinos y Ahijados de AA.
- Describir otros factores que tienen lugar en el proceso de recuperación que tiene lugar en el apadrinamiento formal de los ahijados.

**Objeto de intervención desde el Desarrollo Humano:** Vínculos y relaciones.

## **Capítulo 2 Fundamentación Teórica**

En este apartado se muestran las discusiones teóricas utilizadas en el presente trabajo. Será importante mencionar con base en la teoría encontrada ¿qué es un adicto?, ¿quién es un Padrino y cuál es su labor en los procesos de rehabilitación de personas adictas? Por otra parte, cuáles son los procesos de recuperación y desde el Desarrollo Humano, ¿qué facilita? y ¿qué entendemos por facilitación?

### **Estado del Arte**

En el marco de esta investigación, se realizó una indagación documental donde se revisaron documentos de corte académico como Trabajos de Obtención de Grado, tesis, artículos en revistas indexadas, libros y capítulos de libro. La intención de esta búsqueda es, por un lado, identificar los acercamientos desde distintas disciplinas al papel del padrino en el proceso de recuperación de sus ahijados que asisten a grupos de autoayuda como parte del programa de Alcohólicos Anónimos. Por otro lado, mostrar la pertinencia de este tema en el campo científico.

Entre la búsqueda de documentos, destaca que se puso especial énfasis en los trabajos de grado de la Maestría en Desarrollo Humano relacionados con las adicciones, tres de ellos lo hacen centrándose en la recuperación del adicto. Sin embargo, ninguno de estos trabajos explora en profundidad la praxis de los padrinos en el proceso de recuperación de sus ahijados, lo que sugiere que este estudio podría aportar un enfoque original al campo.

Durante el proceso de revisión de literatura, se identificó un trabajo de grado para obtener el título de Maestro en Psicoterapia titulado "Análisis de los vínculos afectivos en personas con adicción, desde una perspectiva fenomenológica" (García, 2019). Este estudio, centrado en la exploración de los vínculos afectivos y su relación con el proceso de recuperación, dedica un apartado específico (10.4) a la discusión sobre la efectividad de los centros de rehabilitación como espacios para



la revinculación, particularmente en la página 93. En este apartado, se subraya que una parte crucial del proceso de recuperación se debe al acompañamiento brindado por los padrinos, lo cual no solo reafirmó la relevancia del tema, sino que también fortaleció el interés por investigar más a fondo el papel de los padrinos en la recuperación de sus ahijados. Este hallazgo sugiere que existe un espacio para contribuir al conocimiento existente, mediante un análisis más profundo de la praxis de los padrinos en el contexto de la rehabilitación.

De igual manera, se consultó un trabajo de grado titulado "La familia durante el proceso inicial de rehabilitación de uno de sus miembros con problemas de adicción: análisis de dos casos desde el enfoque sistémico estructural" (Aguilera Ceja, et al.,2004). Este estudio examina la adicción, la recuperación y la dinámica familiar, destacando que, al iniciar un tratamiento de rehabilitación, el adicto comienza a mostrar progresos. El estudio señala la relevancia de los grupos de Familias Anónimas y de Al-Anon, donde se subraya que las familias, al participar en estos grupos, comprenden su incapacidad para gobernar su propia vida, y, por ende, la vida de su miembro adicto. Sin embargo, el trabajo no profundiza en el tipo de programa utilizado ni en las razones específicas que explican la recuperación desde la perspectiva del Enfoque Centrado en la Persona. Este hallazgo refuerza el supuesto de que el acompañamiento de los padrinos podría desempeñar un papel crucial en la superación de la adicción y en el proceso de recuperación, lo que subraya la importancia de investigar este aspecto con mayor detalle.

El trabajo titulado "La autoestima y el crecimiento personal en el Centro -amigos del alma- en Unión de San Antonio, Jalisco: Intervención desde el Enfoque Centrado en la Persona" (Zermeño,2007), examina la autoestima en adictos que ingresan a la casa de recuperación. Aunque menciona a los padrinos como un "espejo" para los ahijados, y su rol en el programa de recuperación, lo hace de manera superficial, sin profundizar en la intervención específica de los padrinos en la recuperación de los adictos.

En la página 9, los padrinos son descritos únicamente como transmisores del mensaje a otros adictos, sin un análisis detallado de su impacto. Un pasaje en la página 11, que habla del aprendizaje de valores como el compañerismo y la solidaridad, sugiere la importancia del ambiente comunitario, pero no explora cómo se construye dicho ambiente. Además, en el apartado 2.5 sobre "Alcoholismo", aunque se aborda la literatura y los grupos de AA, se omite la discusión sobre el papel crucial de los padrinos en la implementación y seguimiento del programa de 12 pasos, sin abordar específicamente la comprensión del proceso de recuperación.

Al analizar los trabajos de grado revisados, se puede concluir que, aunque estos abordan aspectos importantes de la adicción y la recuperación, no se explora en profundidad la labor fundamental que desempeñan los padrinos en el proceso de recuperación ni la implementación del programa de 12 pasos.

### **Del sufrimiento de un adicto, hacia la búsqueda de pertenencia y entendimiento**

Un adicto es una persona con una historia como cualquier otra, sin embargo esa historia tuvo un impacto tan fuerte en su vida que lo llevó a consumir y a encontrar refugio en las sustancias, así mismo una serie de defectos de carácter, por lo tanto se dice que tiene una adicción, la cual aborda tres aspectos de la persona, el físico que alude al consumo desmedido de sustancias, objetos, personas o incluso a conductas como la alimentación o las compras, entre otros; el aspecto mental, que aun sabiendo el daño que provoca la sustancia no puedan parar, al convertirse en una obsesión y por otro lado, la parte espiritual donde se hace consciencia de los estragos que puede acarrear el ego (Narcóticos Anónimos (1991) en Lorenzo, 2012)

El llamado adicto, no se relaciona únicamente con el consumo de sustancias, sino todo aquello que constituye a una persona, que tiene que ver con ciertas características morales, la mentira, manipulación y el ya mencionado ego

(Lorenzo,2012). Por lo tanto, la recuperación de la persona del adicto tendrá que estar relacionada en un cambio de valores y una disciplina diaria, porque más allá del consumo hay un ser humano que necesita sanar física, mental e internamente.

Así mismo Ramírez (2004) habla de una formación integral de estas dimensiones del ser humano: ética, espiritual, cognitiva, afectiva, comunicativa, estética, corporal, y sociopolítica en la que, es deseable lograr un equilibrio entre estas dimensiones.

La persona del adicto se ve fracturada en sus diferentes dimensiones, debido a que no ha contado con las condiciones favorables para lograr su amplio desarrollo, Lafarga (2013) menciona: “Por la observación y la investigación hemos aprendido que cuando el hombre es puesto en condiciones favorables para su desarrollo tiende a crecer en todas sus dimensiones, incluyendo, la dimensión espiritual” (p.226). Será fundamental conocer la historia del adicto para entender el sufrimiento por el que pasa, sus miedos, sus anhelos, pero, sobre todo, establecer una relación que establezca vínculos lo suficientemente sólidos para que pueda “abrir su corazón”, su confianza y empezar así, el inicio de su recuperación.

Cuando hablamos de dimensiones de un ser humano, Lafarga (2013) hace referencia a “necesidades fisiológicas, psicológicas y sociales, así como trascendentales” (p.226). Necesidades que el ser humano requiere atender para un desarrollo integral, sentirse bien físicamente, alimentarse apropiadamente, realizar actividades que mantienen la mente sana, ser productivo, sentirse útil; sentido de pertenencia como ser parte de una comunidad o un grupo social con gustos e intereses parecidos; otra parte fundamental también la constituye el trabajo personal en la búsqueda de respuestas sobre la existencia humana y su trascendencia, el amor a uno mismo.

Un adicto en recuperación lleva una carga emocional muy fuerte, y de algún modo pierde o no cuenta con satisfactores en su vida; está encerrado en su prisión, un

encarcelamiento del cual lucha por liberarse; siente dolor, culpa, miedo; se vive atormentado la mayor parte del tiempo. Cuando toca su fondo de sufrimiento pide ayuda, hasta que es capaz de expresar lo que siente, lo que vive y lo que desea.

Cuando una persona reconoce que tiene un problema y que requiere ayuda, los Centros de recuperación o centros de AA son una esperanza. Martín (2013) describe "AA es una comunidad de hombres y mujeres que comparten su mutua experiencia, fortaleza y esperanza para resolver su problema común y ayudar a otros a recuperarse del alcoholismo" (p.418)

En esta comunidad llamada AA cuentan con una red de apoyo, conformada por personas que comprenden el nivel de sufrimiento con el que llega la personal al Centro y reconocen los defectos de carácter en el adicto., con los que ellos se identifican perfectamente. En estos Centros se cuenta con una metodología denominada "12 pasos" de los cuales a continuación se mencionan algunos:

1) Admitimos que éramos impotentes ante nuestra adicción, que nuestra vida se había vuelto ingobernable; 2) Llegamos a creer que un poder superior a nosotros mismos podía devolvernos el sano juicio; 8) Hicimos una lista de todas aquellas personas a quienes habíamos hecho daño y estuvimos dispuestos a enmendarlo; 11) Buscamos a través de la oración y la meditación mejorar nuestro contacto consciente con Dios, tal como lo concebimos, pidiéndole solamente conocer su voluntad para con nosotros y la fortaleza para cumplirla; (Libro Azul N. A, 1991, p.55-56).

Para un adicto en recuperación, estos pasos se convierten en el camino a seguir en compañía de un guía, compañero y facilitador, que estará a su lado durante todo su proceso, principalmente al inicio que es cuando se requiere con más rigor este acompañamiento, pues es la parte más difícil de llevar a cabo, sin embargo, con el tiempo y la disciplina una persona adicta, puede salir adelante y lograr un desarrollo

personal que nunca hubiera podido imaginar. Quien acompaña en este proceso es el llamado Padrino.

La efectividad del programa se avala por la cantidad de personas recuperadas desde el año de 1939, solo por mencionar las primeras cifras, del año de 1939 a 1955, 16 años después de haberse fundado ya se tenían reportados 6,000 grupos con 150,000 alcohólicos recuperados (Libro Azul, N.A, 1991), al inicio del texto (Libro Azul N.A, 1991) dice: “nosotros, los Alcohólicos Anónimos, somos más de un centenar de hombres y mujeres que nos hemos recuperado de un estado de mente y cuerpo aparentemente incurable” (p.4).

### **El valor de la experiencia del Padrino de AA en el proceso de recuperación**

Fuster (2018) nos describe los pasos del método fenomenológico, el cual se basa en el estudio de las vivencias de un ser humano, desde la perspectiva del individuo, a partir de la reflexión y análisis de las experiencias. El papel del Padrino consistirá únicamente en escuchar, dejando en pausa cualquier prejuicio de aquello que le comparten. Sin embargo, es fundamental recordar que la enfermedad no es ajena a la persona, y la forma en que se trata al ahijado impacta directamente en su avance hacia la recuperación. Aunque se brinda una aceptación incondicional al ahijado y a la misma enfermedad, esta no se extiende a las conductas que lo llevan a la destrucción, por lo que a menudo es necesario confrontarlo de manera firme para evidenciar comportamientos ligados a su adicción. En palabras de Fuster (2018) “Este enfoque asume el análisis de los aspectos más complejos de la vida humana, de aquello que se encuentra más allá de lo cuantificable” (p.3).

La primera etapa del método fenomenológico se refiere a la postura del investigador, la cual deberá poner en suspenso sus conocimientos previos y evitar prejuicios que durante su experiencia de vida haya adquirido; lo único que irá documentando será información que se apegue lo más posible a la experiencia de sus participantes (Fuster, 2018).

La relación entre el Padrino y sus ahijados se fortalece a partir de compartir su historia de vida, registrar el valor de la experiencia en el crecimiento y la capacidad para detonar el desarrollo del otro, lo que concuerda con la segunda etapa del método fenomenológico: Recoger la experiencia vivida:

Es la etapa descriptiva, pues aquí se obtienen datos de la experiencia vivida desde numerosas fuentes: relatos de la experiencia personal, protocolos de la experiencia... entrevistas, relatos autobiográficos y observación-descripción... (Fuster, 2018, pp.9).

En esta etapa será necesario e imprescindible adentrarse en el mundo del Padrino para la investigación, sin esta información basada en la experiencia de cada uno de los entrevistados no hubiera sido posible, haber podido dar cuenta de lo que realmente vive un Padrino, cómo lo trabaja y mucho menos cómo lo transmite a sus Ahijados, el valor y el significado que tiene para cada uno de ellos, el vínculo generado a partir de esa experiencia que los relaciona tan íntimamente que se logra romper toda barrera de comunicación legítima, comunicación relacional, desde el corazón, de un ser humano a otro, que logra una comprensión sin juicios y que con el tiempo se logra principalmente la recuperación emocional, física y espiritual.

Las siguientes entrevistas en el proceso de investigación, serán con esta misma intención, Fuster (2018) nos dice que para este proceso la paciencia y el silencio serán necesarias para permitir que nuestro entrevistado profundice y pueda compartir aquello que no se puede pronunciar, ese dilema interior, es ahí donde se alcanza un conocimiento mayor.

La observación de cerca procura acercarse, lo más próximo posible, al mundo vital del individuo observado con el objetivo de llegar a aprehender in situ el significado de la experiencia vivida por él. De otro lado, en la observación participante, el investigador procura introducirse y formar parte de la cultura y contexto del que es parte quien está en estudio (Fuster,2018, pp.17).

Además de lo anterior, en la observación participante se pretende estar libre de preconcepciones en lo personal. La tercera etapa del método fenomenológico se refiere a la reflexión de la experiencia vivida, en el caso de Padrino de AA podemos hablar de la percepción que se tiene de él, tenemos un concepto de quién es y lo que hace; lo complicado será llegar a una explicación reflexiva de lo que es “un Padrino” (Fuster, 2018).

No es lo que hace un Padrino de AA con su Ahijado, sino cómo lo hace, que lo mueve, que siente y cuál es el fin de su servicio, de su entrega que lo lleva a compartir su sufrimiento para que otro viva en plenitud; y de la mano, se logren salvar uno a otro. Cuando se habla del tema fenomenológico Fuster menciona:

La investigación en ciencias humanas se hace cargo del significado, puesto que “ser humano” significa interesarse por el significado, desear el significado. El deseo se refiere a cierta atención y profundo interés por un aspecto de la vida. Por lo que el concepto del tema resulta irrelevante (Manen, 2003 en Fuster, 2018) Los temas vendrían siendo las estructuras de la experiencia. (Fuster,2018, p.21).

Para concluir, en la etapa cuatro se realiza el escrito con la reflexión de la experiencia vivida, se lleva a cabo la integración general. La intención en esta etapa

es recuperar la experiencia de todos los entrevistados, en este caso de los Padrinos que participarán en ella. Husserl en Fuster (2018) cita:

Con el texto fenomenológico, se procura llevar al lector a experimentar una forma de “epifanía” del significado. Es decir, el texto tiene que provocar “un efecto transformativo de modo que su significado más profundo produzca una evocación gratificante al yo del lector. Epifanía hace referencia a la súbita percepción de una comprensión intuitiva del significado vivido de algo. Esta experiencia es tan significativa que consigue conmovernos en el núcleo de nuestro ser” (Ayala, 1997 en Fuster 2018, p.22).

La metodología presentada en este documento será aquella en la que sustentamos la investigación, que nos permitirá de la manera más transparente posible, dar cuenta de lo vivido por parte de los Padrinos, los resultados en la recuperación de sus Ahijados y de la metodología utilizada para lograr el éxito del programa y más allá de esto, la recuperación integral de la persona.

### **Proceso de cambio en el Enfoque Centrado en la Persona**

La recuperación de AA equivale a lo que el Enfoque Centrado en la Persona considera como avanzar hacia estado de congruencia. “Ser la persona que uno realmente es” Kierkegaard en

(1993), y esto se logra alcanzando un equilibrio y coherencia entre su conciencia, su expresión y todas sus reacciones orgánicas. (Pag.164) Dicho en palabras de Rogers se refiere a la congruencia del asesor como “el grado de correspondencia existente entre sus palabras y sus sentimientos” (pag.54)



Para que el cambio en la persona se logre Rogers (2012) menciona seis condiciones para que se de el cambio.

Primera condición: Que dos personas estén en contacto. Segunda que la primera persona, a la que denominaremos cliente, se encuentre en estado de incongruencia, de vulnerabilidad o de angustia. Tercera, que la segunda persona, a quién denominaremos terapeuta, sea congruente en la relación con el cliente. Cuarta, que el terapeuta experimente una consideración positiva incondicional hacia el cliente. Quinta, que el terapeuta experimente una comprensión empática hacia el marco de referencia interno del cliente. Por último, que el cliente perciba, por lo menos en un grado mínimo, las condiciones cuatro y cinco, es decir, la consideración positiva incondicional del terapeuta hacia él y la comprensión empática que el terapeuta le demuestra. (pag.49-50)

Comparar la relación desde el Enfoque Centrado en la Persona con la relación Padrino-ahijado puede ofrecer una perspectiva sobre cómo tienen lugar estas seis condiciones. Se presenta una analogía entre ambas relaciones:

Primera condición, en la relación padrino – ahijado hay dos personas que establecen un contacto, donde el ahijado está en un estado vulnerable que sería la segunda condición.

Tercera condición, que sea congruente.

Enfoque Centrado en la Persona: El facilitador debe ser auténtico y genuino en la relación con el cliente. La autenticidad del terapeuta facilita un ambiente de confianza y apertura.

Padrino-Ahijado: Un padrino auténtico debe mostrar un interés sincero y genuino en el bienestar del ahijado, siendo un modelo para seguir que actúe con sinceridad y honestidad.

Cuarta condición, consideración positiva incondicional

Enfoque Centrado en la Persona: El facilitador proporciona aceptación incondicional, aceptando al cliente sin juzgarlo, lo cual es esencial para que el cliente se sienta seguro para explorar sus sentimientos.

Padrino-Ahijado: El padrino debe aceptar al ahijado sin condiciones, validando sus sentimientos sin juicios negativos, permitiendo que el ahijado pueda expresarse libremente, esto le permitirá sentirse seguro para compartir.

Quinta condición, comprensión empática

Enfoque Centrado en la Persona: La empatía del facilitador implica comprender profundamente la experiencia del cliente desde su perspectiva, lo que ayuda al cliente a sentirse comprendido y validado.

Padrino-Ahijado: Un padrino comprende empáticamente al ahijado, comprendiendo sus desafíos y perspectivas, y ofreciendo apoyo basado en esta comprensión.

Sexta condición, que el cliente perciba, aunque sea en grado mínimo la Consideración Positiva Incondicional y la Comprensión Empática del facilitador.

Enfoque Centrado en la Persona: El cliente debe experimentar la autenticidad, aceptación y empatía del facilitador para que el proceso terapéutico sea efectivo.

Padrino-Ahijado: El ahijado debe sentir que el padrino es genuinamente interesado y comprometido con su crecimiento, para que la relación sea significativa y la recuperación sea efectiva.

En estas condiciones de Rogers de ambas relaciones se basan en la confianza. Los principios de congruencia, consideración positiva incondicional y comprensión empática son comunes en ambas dinámicas, resaltando la importancia de estos elementos en cualquier relación de apoyo y desarrollo personal. (Rogers, 1993, pag.249-252)

El Padrino será el facilitador de estos recursos, los cuales abrirán muchas posibilidades de crecimiento a nivel personal, y los resultados serán evidentes con el transcurso del tiempo, se podrá ver un fortalecimiento y un crecimiento personal. El catalogado como “disfuncional inadaptado” será entonces un ser humano con posibilidades de desarrollo como cualquier otra, sí con una particularidad a nivel emocional, su hipersensibilidad, pero que será digno de confianza para realizar cualquier actividad que le sea encomendada y responsable de la recuperación de alguien más. El Padrino, a pesar de ser también adicto, tiene la capacidad de acompañar a su ahijado a partir de la comprensión empática y la similitud de vivencias (valor de la experiencia) sin ser necesariamente un profesional de la salud, podrá lograr resultados significativos en la persona.

El poder como herramienta desde la perspectiva constructiva, Sánchez (2023) nos ofrece tres visiones sobre la recuperación en el desarrollo humano:

Menciona que el poder es expandible y se puede generar e incrementar, así mismo que los agentes sociales se mueve por motivos altruistas y que permiten y facilitan la colaboración para crear concertadamente poder y para cederlo o compartirlo con otros. (Al afirmar el poder compartido como valor basal del trabajo comunitario estamos exigiendo que el psicólogo –y al resto de actores- estén dispuestos a ayudar a —” liberar” el poder potencial de los demás y a compartir su propio poder). Finalmente, el altruismo y la disposición a colaborar y compartir deben tener un suelo de autointerés que

asegure la supervivencia y continuidad psicológica y sociales de los actores implicados (pag.14)

El Padrino como agente social de cambio, para su ahijado, desde una comunidad (grupo), dispuesto a compartir el conocimiento y las herramientas que durante años ha logrado adquirir y que está dispuesto a transmitir de manera desinteresada a aquellos que lo necesiten, aportando su experiencias y potencializando el poder de sus ahijados y el propio, es la recuperación que otorga fortaleza, poder; desde el Desarrollo Humano o como lo describe Sánchez 2023: “ El fundamento de los enfoques positivos de empoderamiento es el reconocimiento del poder como manantial de fortaleza y capacidad humana”(pág.14).

### **El valor de la experiencia**

Ya mencionamos quién es un Padrino de AA: una persona que acompaña y guía; un ejemplo, amigo, compañero, orientador, facilitador y un adicto en rehabilitación. La labor que realizan en cada uno de los diferentes centros de internamiento da frutos. Al decir que el Padrino acompaña nos referimos a lo que señala Ramírez (2004):

Acompañar es estar con el otro, haciéndolo sentir que se encuentra en un ambiente seguro, en el cuál la persona podrá sentirse escuchado y comprendido, pero sobre todo estar dispuesto a recorrer un camino de encuentro con él mismo y que desee ser acompañado (p.10).

La práctica de acompañar que realizan los Padrinos tiene una fuerte relación con el verdadero interés que se tenga por la persona, en este caso los ahijados; va complementado del amor y la entrega que el acompañante esté dispuesto a dar. La labor que realiza el Padrino es de escucha y a la vez comparte su vida; acompaña en el duro proceso de recuperación y otorga sugerencias. Es un encuentro en dónde el Padrino no debe olvidar que el ahijado es quién debe tomar sus decisiones

y encuentre un espacio dónde pueda sentirse libre y sin juicios, pero sobre todo comprendido.

El acompañamiento es en el caso ideal ilimitadamente bilateral. Nunca se puede olvidar que la persona acompañada es quien toma las decisiones, quien resuelve los problemas y quien asume una responsabilidad por ella misma. Es un arte que vive de la dialéctica del desarrollo autónomo: simultáneamente vigorizado y aquietado, exigiendo y calmando, estructurando y transgrediendo todas las limitaciones (Ramírez, 2004, p.11).

Será importante abordar el tema de la historia personal de cada uno de los Padrinos cuando hablamos de una relación de ayuda, así como de las heridas que han ido sanando de modo que puedan ayudar a los ahijados que cada uno tiene a su cargo. Así mismo las experiencias de los Padrinos son un recurso importante para ayudar a sus ahijados con sus situaciones dolorosas y la carga emocional que viven. Zohn y Moreno (2008) mencionan al respecto: “No es el no tener heridas lo que nos permite ayudar a otros a sanar las suyas, sino el haberlas sanado y cuidar continuamente del bienestar propio” (p.3). Podemos decir entonces, que, desde nuestro dolor y heridas, y de las buenas prácticas para el autocuidado, es posible acompañar a otros. Tal como se menciona en Zohn y Moreno (2008): “reconocemos que experiencias de situaciones difíciles superadas, pueden ser un recurso importante en nuestra labor de ayudar a otros a que resuelvan y salgan adelante de sus propias situaciones dolorosas y problemáticas” (p.5-6).

Cabe señalar, que, aunque la experiencia pueda ser similar o igual a la que viven tanto Padrinos como ahijados, no se puede decir que lo está sintiendo o viviendo de la misma manera, el significado puede ser distinto para cada uno. “Distinguir estos dos aspectos nos ayuda de entrada a reconocer que una misma situación generalmente es vivida de forma muy distinta por diferentes personas” (Zohn y Moreno, p.5)

El Padrino es un adicto en recuperación, está viviendo una situación similar al de su ahijado, por lo que lo entiende perfectamente, por lo tanto, puede crear el ambiente ideal para acercarse de manera sincera a quién escucha, por lo que podrá sentirse comprendido. Además, se dará cuenta que hay otras personas con sensaciones similares, que no es el único y que “no se está volviendo loco”; pero, sobre todo, que su situación y vivencias pasarán y que llegará el momento en que pueda tener una vida tranquila, con paz, ya que el ejemplo de cambio de vida, lo tiene frente a él.

Por otro lado, se debe tomar en cuenta que en la interacción Padrino ahijado será vital una actitud afectiva, sin juicios, y totalmente congruente de su manera de actuar con el discurso que se transmite. Esta labor se equipara a la de un facilitador de DH, quien para ayudar a otro ser humano en el fortalecimiento de sus habilidades, es importante que desarrolle las actitudes básicas de los que habla Carl Rogers: una aceptación incondicional, la congruencia y la comprensión empática (Rogers, 1993).

La finalidad de la facilitación debería ser no tanto curar a la persona, sino crear una relación para que pueda utilizarla para su crecimiento personal (Rogers, 1993)

### **Apadrinamiento formal**

El apadrinamiento formal, es una práctica indispensable para el ahijado; es estar presente de una manera cotidiana, en el día a día con el Padrino, platicarle cómo miedos, dudas en la toma de decisiones y estar dispuesto a seguir sus sugerencias, aunque es decisión del ahijado seguirlas o no. Como parte del programa hay ciertos patrones de conducta que conviene modificar. Sin este apadrinamiento formal, difícilmente se pueden lograr resultados visibles y cambios importantes en la manera de vivir del adicto, este ejercicio implica disciplina y compromiso, honestidad y disposición de ambas partes Padrino-ahijado. En Preguntas y respuestas sobre el apadrinamiento (AA Grapevine, 2017) explica:

“El apadrinamiento se practica así: Un alcohólico que ha hecho algunos progresos en el programa de recuperación, comparte esta experiencia de una forma continua y personal con otro alcohólico que está esforzándose por alcanzar o mantener la sobriedad por medio de A. A." (P.7).

El Padrino compartirá su experiencia día a día mientras sea miembro del grupo o tenga ahijados que lo sigan. Un apadrinamiento formal debe ser desde el corazón y de manera muy íntima. Al inicio la persona llega al Centro con muchos miedos, desorientado, sin tener claro qué está sucediendo y lo que vivirá. La persona que estará ahí será su Padrino, mientras el Ahijado aprende a “vivir en sobriedad” (Grapevine, 2017).

### **La importancia de las emociones en el proceso de apadrinamiento**

En este proceso de acompañar, las emociones juegan un papel muy importante, tanto Padrinos como ahijados deberán aprender a “ponerle nombre” a su emoción, es decir, identificar sus sentimientos. Muñoz (2012) describe: “Se es más humano mientras más capacidad se tiene de relacionarse con otro diferente; la manera de tener un verdadero “encuentro” involucra lo que sentimos” (p.11).

El Padrino o Madrina tiene como servicio, acompañar y escuchar, así como llevar a la práctica el apadrinamiento formal; acompañar los procesos de su ahijado, los delirios que provienen de su enfermedad emocional, sin embargo, la escucha profunda por parte del Padrino es clave, y cuando nos referimos a escucha profunda implica la emoción. La conexión se genera a partir de la atención plena al otro. Cuando el ahijado logra sentir la comprensión empática del Padrino se crea un puente donde es capaz de abrir su corazón, reconocer y poner nombre a sus propios sentimientos. se puede, algunas veces, comprender lo que el otro está viviendo, ayudando al ahijado a identificar de dónde vienen esas emociones. Muñoz 2012 expresa:

Me parece que durante mucho tiempo la emoción fue vista como un estorbo y como algo que había que reducir o quitar para responder más adecuadamente, más fríamente. Esta visión era un reflejo de la idea tan fragmentada y desconfiada que se tenía sobre el ser humano, que fue cuestionada con el surgimiento de distintas corrientes de pensamiento y que, en el ámbito de la psicología, surge con la aparición de la Psicología Humanista (p.12).

Las emociones juegan un papel sumamente importante como en todas las situaciones de la vida diaria, la hipersensibilidad del adicto lo hace aún más vulnerable a su entorno, a lo que vive y cómo lo vive. Muchas veces no se sabe cómo interactuar con una persona hipersensible, -en Flores 2020 describe la hipersensibilidad “como una persona altamente sensible, “Siente demasiado” “que siente exagerado”, “que siente diferente” ...es la propensión a ser afectado por cosas que a otras personas no les afectan” (pag.10)- o como padres no se identifica a un niño con estas características, lo que puede tener serias consecuencias en su futuro, pues suelen ser propensos a la adicción. Constantemente reciben rechazo, descalificación o juicios del entorno por su forma de ser o de pensar y la adicción es la manera que encuentran para evadir su realidad. A veces los adictos “prefieren no sentir para no sufrir”, en esos casos se pierde la oportunidad de trabajar con la emoción para promover el crecimiento. En Flores 2020 hablan de cómo se puede sentir un ser hipersensible:

No es fácil para los demás tratar con una persona hipersensible, pero para el hipersensible, tampoco es fácil vivir en una sociedad, en una familia, en un entorno, donde siente que no cabe, que no pertenece, que no forma parte, que no puede... ¡Es muy doloroso! (pag.9)

Los sentimientos están a flor de piel la mayor parte del tiempo en el adicto, viven sin entender muy bien o tener claro qué es lo que les está sucediendo, no hay una guía,



se ven incapaces de manejar la emocionalidad. En el internamiento y en compañía, es un constante trabajo con las emociones. Filliozat 1997 señala:

Ciertamente, en determinadas circunstancias las emociones pueden perturbar los procesos de razonamiento, pero la incapacidad para expresar y sentir también puede alterar gravemente la capacidad de razonar. (pág.27)

El acompañamiento del Padrino es importante para que el ahijado pueda expresar lo que le sucede internamente y pasa por su cabeza, hablar lo más honestamente posible en cuanto a lo que siente en lo más íntimo y le permita ir avanzando en su proceso de recuperación, así como comprender esos movimientos internos, Filliozat 1997 menciona: "cuanto más conscientes son sus emociones, de más libertad goza en su existencia" (pág.28).

Las emociones nos vinculan con nuestro entorno, nos acerca al prójimo o todo lo contrario, cuando se comparten vivencias, sentimientos, un hilo entre corazones de algún modo une. Muchas veces la relación entre Padrino-ahijado conecta profundamente. "La vida emocional está estrechamente vinculada con la vida relacional" (Filliozat,199, pág.30).

El poder expresar una emoción, el dolor que es necesario hablarlo, necesita de un espacio un lugar seguro y sobre todo de alguien que esté dispuesto a escuchar, el Padrino, un grupo, una comunidad puede ser, en algunos casos, un buen recurso para aliviar un poco el sufrimiento. "EL hecho de que un sufrimiento no se vea no impide que exista y puede hacer daño durante mucho tiempo cuando no tiene espacio para expresarse" (Filliozat, 1997, pág.40).

### **El Vínculo que relaciona**

La labor que realiza el Padrino es digna de ser reconocida, muchos de ellos llevan un tiempo en recuperación con muchos años de sobriedad, así mismo, han tenido

muchos ahijados recuperados. El Padrino no es un psicólogo o al menos no la mayoría, no todos son especialistas de la salud, sin embargo, establecen una relación que coincide con las actitudes básicas de una relación facilitadora. Rogers (1993) describe: “He descubierto que cuanto más auténtico pueda ser en la relación, tanto más útil resultará esta última. Esto significa que debo tener presentes mis propios sentimientos, y no ofrecer una fachada externa” (p.40). Padrino-ahijado logran una relación donde se crean lazos sólidos, sin caretas y basada en la honestidad.

Rogers (1993) menciona “ser auténtico, implica también la voluntad de ser y expresar, a través de mis palabras y mi conducta, los diversos sentimientos y actitudes que existen en mí” (p.41). Durante el apadrinamiento abrir el corazón y ser tal como se es, así como poder expresar lo que se siente es parte de la práctica del programa para poder sanar.

Rogers habla también de la aceptación incondicional y lo describe así: “Entiendo por aceptación un cálido respeto hacia él como persona de mérito propio e incondicional, es decir, como individuo valioso independientemente de su condición, conducta o sentimientos” (p.41 ). Para un adicto poder ser recibido de esta forma cambiará por completo su manera de relacionarse con su Padrino, logrando un acercamiento que difícilmente lograría en otros ámbitos de su vida, pertenecer a su grupo y sentirse como alguien valioso y comprendido, le da un respiro para seguir el camino.

Será indispensable en una relación de ayuda ser sensible, receptivo, pero sobre todo la importancia de la comprensión a partir de conocimiento personal, Rogers lo describe así: “si puedo crear una relación conmigo mismo, es decir, si puedo percibir mis propios sentimientos y aceptarlos, probablemente logrará establecer una relación de ayuda con otra persona” (p.56). El encuentro de Padrino y ahijado se vive de esa manera, con el programa se lleva un constante trabajo personal en dos

vías, a partir del propio conocimiento que adquiere el Padrino es capaz de acompañar, entender y abrazar lo vivido por parte de su ahijado.

Otro espacio de relación sanadora tiene lugar en el grupo de apoyo, donde se crea el ambiente propicio para sentirse seguros porque no hay juicios y son escuchados. Rogers (1993) lo describe como un espacio “carente de evaluación externa”.

Cuando dejamos de juzgar al otro individuo en función de nuestros propios criterios de evaluación, fomentamos su creatividad. Para el individuo representa una liberación encontrarse en un ambiente donde no se lo evalúa ni se lo examina de acuerdo con patrones externos. La evaluación siempre es una amenaza, siempre crea una necesidad de defenderse y determina que el individuo niegue el acceso a la conciencia de algún sector de la experiencia (Pag.309)

Durante el proceso de apadrinamiento la comprensión empática será parte fundamental en el encuentro Padrino-ahijado, para el adicto en recuperación, ser comprendido y aceptado con su historia, sus experiencias, en su persona; esta actitud es el último eslabón y uno de los más importantes para afianzar la relación, ya que como dice Rogers (1993):

Cuando esta condición se agrega a las otras dos obtenemos un máximo de seguridad psicológica. Si procuro entender su conducta y a él mismo desde su propio punto de vista, si entro en su mundo privado y lo veo tal como él lo ve y le sigo aceptando, entonces se sentirá seguro (pag.310).

El ahijado se sentirá seguro en todos los sentidos, libre de juicios. Crea una red de apoyo sólida con su Padrino y la comunidad. Se siente como en caída libre pero enganchado a su vez con un arnés que lo sostendrá el tiempo necesario, hasta que su historia y experiencia las pueda transformar para su propia vida y a su vez aportar una oportunidad de cambio a otro ser humano.

## **El papel del Padrino como líder en su comunidad**

Dentro AA la figura del líder es indispensable para lograr que el programa tenga éxito, una personalidad a la que se tenga respeto y que sea un precedente y un guía; hombres y mujeres dedicados, disciplinados, dispuestos a apostar todo por la recuperación de sus ahijados, comprometidos; que modelen con su actuar, es decir, que más que con discurso, sean por sus acciones una verdadera inspiración. Bill Wilson, fundador de AA lo describe así:

Un líder de AA es, por lo tanto, un hombre (o mujer) que puede personalmente poner en efecto principios, planes y políticas de una manera tan dedicada y eficaz que los demás queremos apoyarlo y ayudarlo a realizar su trabajo. (Wilson, 1995, p.288)

El Padrino de AA está capacitado por su experiencia y guiado por una literatura a la cual se ha mantenido fiel para aplicarla en su propia vida, es una persona que con el paso de los años será capaz de transmitir su sabiduría y experiencia a otro ser humano: “un buen liderazgo toma la iniciativa en formular planes, políticas e ideas para el mejoramiento de nuestra comunidad y de sus servicios” (Wilson, 1995, p.288). El padrino solo da sugerencias, no impone su ideología o su manera de actuar, y estas sugerencias provienen de su experiencia.

Ser Padrinos tiene que ver primero con ser responsables de sí mismos, ellos primero se recuperan y después experimentan un profundo agradecimiento, un deseo de regresar a otro ser humano lo que han recibido del programa, lo que se vuelve pieza importante para lograr la propia recuperación. El padrino es capaz de ayudar a otro ser humano, y, al mismo tiempo y en este ejercicio, se ayuda a sí mismo.

El Padrino es un líder ayuda a sus ahijados a comprender sus conductas y las emociones que no pueden manejar, les ayuda a expresarlas y les hace ver su enfermedad más allá de la del consumo, al mismo tiempo es alguien con quien el

ahijado se identifica ya que él es un ser humano que ya pasó y vivió situaciones similares. Su estabilidad y conducta constituyen un modelaje para el ahijado, la gratuidad es el vínculo que logra afianzar la relación.

Es un poco complejo al hablar del Padrino que un día fue adicto, y que ahora tiene como Padrino-adicto, Ahijados adictos; pero así es, es una relación de ida y vuelta.

### **La espiritualidad, herramienta de contención, vincularidad y fortaleza**

Considerar la espiritualidad como una herramienta indispensable para el proceso de recuperación del adicto, llámese ahijado o Padrino, será sumamente importante para trabajar con el ego, eso que llaman “defectos de carácter” como son: la soberbia, la vanidad, la omnipotencia que ciega (que no hay nadie arriba de ellos, que tienen la verdad absoluta) a los adictos y no les permite avanzar en su proceso de recuperación.

La escucha, el servicio y el acompañamiento que realizan los Padrinos, será el reflejo de esa espiritualidad llena de significados y sentimientos; en palabras de Lafarga (2013) espiritualidad es:

    Mi hipótesis es que la espiritualidad es el sistema de creencias de una persona, de un grupo, de una cultura y de una sociedad. Es el sustrato incuestionable no sólo del comportamiento humano, sino también de la misma ciencia y de la filosofía. Está en la motivación última de cualquier forma de actividad humana, constituida por significados, intuiciones, sentimientos, aprendizajes y razonamientos y es difícilmente variable y modificable. Es fuente de seguridad interna para la persona frente a las preguntas que plantea la existencia consciente. (p.224)

El servicio que realizan los Padrinos tiene un peso y un valor que no se puede explicar con palabras, se vive. El acompañamiento del Padrino viene de ese impulso

interior que desde el amor puede lograrse, es una relación profunda, como lo describe Lafarga: “es una opción consciente, libre y responsable al servicio del crecimiento individual y de la evolución social “(2005); así mismo habla de la importancia del entorno y de ciertas condiciones para lograr el desarrollo humano:

Las atmósferas sociales de comprensión, afecto incondicional y honradez, que por sí mismas impulsan y facilitan el desarrollo de los dinamismos internos del crecimiento, creando así la posibilidad de la opción libre” (Lafarga, 2005. pág.10)

La fe en la recuperación y la esperanza de vida que se logra a partir de esa convivencia entre Padrino y ahijado, enlazados con el amor libre, aceptando al otro de manera profunda, así como el acercamiento a un poder superior y a una espiritualidad llevada a la práctica, les devuelve la capacidad de levantarse a seguir su día a día, así como una enorme gratitud por su transformación.

Todo ello nos lleva a permitir la planificación de la existencia que consiste en la capacidad de crear el amor y las condiciones para el mismo, y que se trasluce en unas relaciones armónicas conmigo misma, con las demás personas, con el entorno y con Dios (Cabarrús, 2003. Pág.28).

El camino por andar es llegar a una puerta que lleva directo al corazón, a sanar lo vivido, acompañado por el Padrino y por un poder superior se puede trabajar la dimensión humana para desarrollarla, al reconocer conductas que dañan y estar dispuesto a transformarlas; se puede vivir con aceptación los aspectos desagradables no reconocidos, al verlos se está más atento a ellos, además de que ya no paralizará para seguir avanzado. Cabarrús 2003 menciona “Este camino que lleva a desarrollar plenamente la dimensión humana: limpiar la herida desde el propio manantial” (pág.28)

**El Apadrinamiento en diálogo con el Desarrollo humano como metodología para la recuperación.**

Es importante señalar que los Padrinos llevan a cabo un proceso de ayuda basado en la técnica de los doce pasos, la cual es equiparable a herramientas del Desarrollo Humano. Lafarga (2013) describe Desarrollo humano como:

Está considerado como una disciplina académica y profesional. Es un concepto más amplio y abarca todas las teorías y todos los sistemas prácticos de promover el crecimiento personal a nivel de los individuos, de las parejas, las familias, los grupos y la sociedad, desde cualquier perspectiva conductual, psicoanalítica, Gestalt o de otro sustrato ideológico, sobre la base de que todas las corrientes e ideologías aportan elementos diferentes para el conocimiento de una verdad objetiva a que todas las corrientes y formulaciones teóricas y prácticas nos vamos aproximando (p.111)

El Padrino estará ahí para su Ahijado (primera condición para el cambio de Rogers); Por su parte el ahijado se encuentra en situación de vulnerabilidad (segunda condición).

El Padrino se muestra ante su Ahijado de manera auténtica, dispuesto a compartir su experiencia y emociones con toda la voluntad de la que dispone (Rogers, 1993) tercera condición para el cambio.

Así mismo el Padrino recibe amorosamente a su Ahijado aceptando todas sus debilidades de carácter, sus errores, sus recaídas, sus miedos y culpas una sincera aceptación y respeto por la persona que tiene enfrente, como un individuo valioso (Rogers, 1993), la cuarta condición para el cambio, sentir por la persona una aceptación incondicional; acompaña a que su Ahijado identifique las cualidades con las que cuenta (Rogers, 1993). El Padrino comprende al ahijado, lo escucha de manera activa, valida sus sentimientos; quinta condición de la que habla Rogers. La sexta condición se ve reflejada cuando los ahijados expresan que se sienten realmente acogidos y comprendidos por el padrino.

En la relación facilitadora es muy importante crear un ambiente libre de evaluación, es decir, sin juicios, donde el ahijado pueda expresarse con toda la confianza para poner sobre la mesa sus verdaderos sentimientos. Si no se ponen en pausa los juicios personales, sentirá amenaza lo que le generaría una necesidad de defenderse (Rogers, 1993). En el caso de los Padrinos su cercanía y la eliminación de todo juicio hacia sus ahijados, les permite contar con un espacio seguro dónde podrán compartir sus más íntimos pensamientos y todo lo que en el momento les inquiete. Lafarga (2010) menciona:

Los promotores del Desarrollo Humano están llamados a transitar el siglo XXI fermentando los procesos de liberación de los individuos, los grupos y la sociedad, desde todas las perspectivas del conocimiento y de la acción. Pero no desde la imposición o la violencia externa, sino desde el poder interior de cada persona, fermento que empieza por asumir los propios recursos y limitaciones, sentimientos y significados y termina en la opción consciente, libre y responsable por la ampliación de la conciencia, el crecimiento de la persona y la evolución social. (p.22)

El papel que desempeña el Padrino es llevar a cabo un proceso que tiene efectos terapéuticos en su ahijado, logra un cambio significativo, lo que lo constituyen pasos hacia su salud. Lafarga (2010) menciona: “Entendiendo por salud, repito, la satisfacción armónica e integral de las necesidades de todos” (p.18).

El Desarrollo Humano comprende las diferentes acciones y conocimientos con los que contamos, no se trata de una lucha entre expertos y no expertos, se trata de unir los conocimientos de las aulas y los libros con las experiencias vividas de otros, que finalmente tienen un mismo objetivo, lograr que una persona en situación de vulnerabilidad apueste por una vida integrada, plena y feliz.



## **Capítulo 3 Fundamentación Metodológica**

### **Metodología**

La presente investigación parte de la metodología cualitativa, la cual pone el acento en la persona, en sus experiencias, acciones, formas de ser y de sentir. De acuerdo con Vasilachis de Ghialdino (2006) esta metodología facilita el acercamiento a los significantes que las personas le otorgan a lo que hacen, dicen y sienten. Esta metodología fue pertinente para este proyecto porque se buscó precisamente, dar cuenta del papel del padrino en el proceso de recuperación de sus ahijados, quienes asistien a grupos de autoayuda, dentro del programa de Alcohólicos Anónimos.

### **Método Investigación Acción Participativa**

Además de lo anterior, este trabajo se basa en el método de Investigación Acción Participativa (IAP) que es una metodología de investigación que integra un conjunto de procedimientos, operaciones y técnicas para adquirir conocimiento con un enfoque participativo y orientado a la acción (Ander,2003). En el contexto del estudio sobre El Papel del Padrino en el Proceso de Recuperación de sus Ahijados Adictos que asisten Grupos de Autoayuda, los Padrinos se convierten en los protagonistas del proceso de investigación, lo que les permite generar y apropiarse de nuevo conocimiento a través de su experiencia vivida.

La IAP es investigación porque implica la utilización de métodos sistemáticos para adquirir y producir conocimiento. En este caso, los Padrinos no solo participan, sino que también generan conocimiento al reflexionar sobre su rol en el proceso de recuperación de otros. Es acción porque la investigación no se limita a la observación pasiva; en cambio, promueve procesos que mejoran la práctica de los Padrinos y refuerzan su compromiso con la labor de ser agentes de cambio. Además, es participativa porque involucra a los padrinos en la socialización de sus

experiencias, permitiendo que las conclusiones de la investigación les sean devueltas y aplicadas a su realidad, enriqueciendo su entendimiento y práctica.

En esta investigación, los Padrinos no solo narraron sus experiencias, sino que también reflexionaron sobre ellas, lo que les permitió resignificar su papel en la recuperación de otros y apreciar la efectividad del programa de 12 pasos de AA.

A través de las entrevistas, los Padrinos reafirmaron su compromiso con su labor, reflexionando sobre qué aspectos de su praxis son efectivos y cuáles están sujetos de mejora. Este proceso de reflexión les permitió recordar cómo llegaron a AA y cómo su experiencia de sentirse profundamente amados nace el deseo de corresponder de manera similar, consolidando su papel como pilares en la transformación de las vidas de sus ahijados.

En resumen, la Investigación Acción Participativa aplicada a este estudio no solo produjo nuevo conocimiento, sino que también permitió a los padrinos resignificar su papel y reafirmar su compromiso, contribuyendo así a la mejora continua de su práctica y a la transformación positiva de la realidad que viven junto a sus ahijados.

### **Método fenomenológico**

Dentro de la investigación cualitativa, un método útil para el estudio del fenómeno desde la experiencia, la vivencia y sus significados, es la fenomenología. En palabras de Heidegger (1927):

La fenomenología sería, pues, la ciencia de los fenómenos. El concepto preliminar de la fenomenología deberá ser expuesto mediante la caracterización de lo que se quiere decir con cada uno de los componentes de aquel término — "fenómeno" y "logos"— y mediante la fijación del sentido del nombre compuesto por ellos. (Heidegger, 1927. pp.37)

La intención es adentrarse en el mundo de los Padrinos y conocer el acompañamiento que dan a sus ahijados que consiste en explorar su propia vida por una parte y su posibilidad de desarrollo. El método Fenomenológico describe la postura que como entrevistador debe mantener en la medida de lo posible la “epojé”, que se refiere a despojarnos de los prejuicios y recibir al fenómeno tal como se presenta; describirlo desde la persona que es, no desde las suposiciones (González, 2002, p.8-9)

En esta investigación se menciona adicionalmente cuál es el aprendizaje significativo del proceso y la importancia para crear vínculo, y dar cuenta de que ambas partes Padrino-Ahijados de AA comparten vivencias compartidas para potencializar su desarrollo, González, (2002) comenta:

El aprendizaje significativo es el centro de los procesos educativos del desarrollo humano. Implica un contenido cognoscitivo (informarse), un contenido afectivo (vivencia interior), una integración (asimilación) y una aplicación (energía puesta en la interacción con el medio ambiente). Tal y como se hace con el proceso de recibir de los alimentos y hacer propios los nutrientes para que éstos se conviertan en energía para la vida. (González, 2002, p.21).

### **Técnica: Entrevista Fenomenológica**

La Entrevista Fenomenológica es el instrumento para recabar la información de la presente investigación con la finalidad de recuperar la experiencia de los Padrinos. La recolección de datos obtenidos permitirá recuperar sus vivencias, la percepción que tienen del fenómeno, tanto del apadrinamiento como del proceso de recuperación.

La entrevista fenomenológica se enriqueció con la metodología del Desarrollo Humano y del Enfoque Centrado en la Persona a partir de construir una

comunicación relacional entre los entrevistados y la facilitadora. Se promovió un ambiente de confianza para conocer sus vivencias.

### **El contacto fenomenológico durante la investigación**

La fenomenología en palabras de Heidegger (1927) "... expresa una máxima que puede ser formulada así: "¡a las cosas mismas!". Se evita hacer evaluaciones o juicios de valor; en palabras de Moreira 2001 en Sassenfeld y Moncada (2006) "Suspende temporalmente la propia percepción de la vivencia compartida, para así poder contemplarla sin participar en ella" (p.96).

Con la implementación del método fenomenológico, durante las entrevistas y a través de preguntas puntuales a nivel personal, se pudo recuperar las vivencias de cada uno de los Padrinos, de su proceso, desde su ingreso a la clínica hasta el momento de convertirse en facilitadores de adictos en recuperación. Se procuró tener una postura totalmente abierta, dispuesta, sin juicios y sin dar consejos; exploramos juntos ese camino tan doloroso por el que tuvieron que transitar, incluso al punto de verlos conmovidos, uno de ellos hasta las lágrimas. Uno de los aspectos fundamentales del método fenomenológico son las experiencias y el fenómeno, al momento de compartir los Padrinos se tuvo que revisar lo que sucedía de manera personal en ese momento, lo que implicaba internamente, se logró una comprensión desde la experiencia: en palabras de Sassenfeld y Moncada (2006) "Lo que une al observador y a lo observado, es la experiencia, es decir, nuestra forma personal de experimentar el hecho de nuestra existencia en el mundo y de los fenómenos internos y externos de momento a momento" (p.95)

Se observaron los gestos de los Padrinos, su manera honesta de expresarse, ser ellos mismos, no había nada que ocultar, ni poses, se percibía un ambiente de mucha confianza y apertura al diálogo. Por otro lado, la importancia de la dimensión técnica que plantea aquello que debemos hacer con lo que estamos recibiendo, cómo atender sus expresiones en la interacción, como acompañar esos momentos

tan íntimos, a través de lo que le devolvemos de lo que nos comparte. Menciona Moreno: “¿cómo orientar su comunicación corporal, verbal y de la música de su hablar para favorecer las expresiones del colaborador desde su experienciar” (Moreno, 2014)

## **Descripción del proyecto**

El proyecto de investigación, consistió en una serie de entrevistas que se realizaron a dos Padrinos de AA y a dos Madrina de AA. Se efectuaron dos entrevistas a cada uno de ellos, con duración de dos horas por entrevista y una vez a la semana para cada Padrino y Madrina. El lugar de las entrevistas tuvo lugar en la clínica dónde desempeñan su servicio.

## **Población**

Los Padrinos de AA son seres humanos que han vivido experiencias muy duras, antes de ser la figura que modela una forma de vida al ahijado, pasaron por momentos muy difíciles de superar, una adicción, la cual trabajaron durante mucho tiempo para recuperarse y al mismo tiempo ayudar a otros con las mismas condiciones que ellos.

Los participantes son dos Padrinos y dos Madrinas con diez y hasta veinte años de recuperación; algunos cuentan con estudios profesionales, otros solo tienen la preparatoria. Ejercen su servicio en sus respectivas clínicas, pero también llevan a cabo otras actividades, como música, estudio e inclusive tienen cargos de mucha responsabilidad.

## **Consideraciones éticas**

Las consideraciones éticas son importantes en todo proyecto de investigación; más aún, en aquellos donde está presente la metodología cualitativa puesto que, al centrarse en la persona, es necesario que conozcan el objetivo del proyecto, la

importancia de su colaboración, el respeto a su decisión de suspender su participación con la certeza de que no habrá represalias; así como garantizar la protección de su identidad (González, 2002)

En este sentido, quienes participan en este proyecto fueron informados del objetivo de este proyecto, se les aclaró que el resultado de las entrevistas tendría un tratamiento académico y que se protegería su identidad. También se les hizo saber que, quien realiza este proyecto, resguardaría las grabaciones de las entrevistas de manera que estuvieran seguras y no serían expuestas al público en general. Para preservar el anonimato de los participantes se asignaron pseudónimos, así como la firma de un consentimiento informado en el que se mencionó los propósitos de la investigación, se garantiza el anonimato y que el material obtenido pueda ser utilizado para su sistematización.

## Capítulo 4 Primeros Hallazgos

En este apartado se presentan los primeros hallazgos obtenidos a partir de las entrevistas fenomenológicas a Padrinos de AA y por otro parte, la supervisión de lo sucedido durante los encuentros con ellos. Durante el desarrollo de este trabajo se presentarán evidencias de lo sucedido antes, durante y después del encuentro, se integran documentos de trabajo como son las bitácoras, así como el diseño de la entrevista.

### Referente Empírico

Se realizaron entrevistas fenomenológicas a dos Padrinos y dos Madrina de AA, con aproximado de diez años o más de experiencia en la labor que realizan, que tuvieran ahijados y que siguieran ofreciendo su servicio actualmente. Se anexa tabla con las fechas de las entrevistas.

Tabla No. 1 Calendario de Entrevistas 1era ronda

SESIÓN	NOMBRE	DIA	HORA	OBSERVACIONES
1	Padrino 1 (Diamante)	<b>16 SEPT 2021</b>	<b>9:00am</b>	<b>Reunión Presencial</b>
1	Padrino 2 (Cuarzo)	<b>15 SEPT 2021</b>	<b>5:30PM</b>	<b>Reunión Presencial finalizó a la 7:00pm</b>
1	Madrina 3 (Jade)	<b>17 SEPT 2021</b>	<b>8:00pm</b>	<b>reunión Presencial</b>

1	Madrina (obsidiana)	4	02 OCT 2021	12:00pm	Reunión Presencial
---	------------------------	---	-------------	---------	-----------------------

Tabla No. 2 Calendario de entrevistas 2da ronda

SESIÓN	NOMBRE		DIA	HORA	OBSERVACIONES
2	Madrina (Jade2)	3	04 NOV 2021	7PM	Reunión Presencial
2	Madrina (Obsidiana2)	4	13 NOV 2021	8AM	Reunión Presencial

## Desarrollo

Para el contacto con los Padrinos se tuvo el apoyo de la coordinación de la maestría, en un primer acercamiento con personas con las características que se requerían, sobre todo referente a sus años de labor, ya que la intención era obtener la mayor evidencia posible sobre la argumentación del valor de la experiencia para procesos de recuperación de adictos en rehabilitación e identificar las herramientas que apoyan el desarrollo y transformación de cada ser humano que acompañan.

Las entrevistas fenomenológicas que se realizaron estaban acompañadas del diseño de una serie de preguntas encaminadas a responder a la pregunta de investigación: ¿Cómo el Padrino o Madrino de AA puede generar procesos de recuperación en adictos en rehabilitación a partir de su propia experiencia y en diálogo con el Desarrollo Humano?

Para llevar a cabo el encuentro fue importante encontrar el espacio apropiado para la reunión, un lugar libre de distracciones y adecuado para la expresión de



sensaciones y emociones que pudieran revelarse durante la entrevista; por otro lado, contar con el equipo y material necesario. Se acordó firmar el consentimiento informado para poder grabar y documentar; la entrevistadora se presentó. Antes de iniciar la grabación se comunicó a los entrevistados que era un espacio donde se realizarían preguntas de índole personal para conocer su historia y sus vivencias, así como los significados de ser Padrino. Además, se mencionó que su información era un valioso aporte para esta investigación. En adición:

- Se reafirmó que era un espacio de confidencialidad y respeto.
- Se informó del tiempo que llevaría la sesión.
- Se propuso disposición para el encuentro.

Las entrevistas se realizaron según lo planeado en el calendario y se llevaron a cabo de forma presencial. Al final de cada entrevista se realizó una bitácora de lo sucedido y de las vivencias de la facilitadora.

Las tres primeras sesiones se realizaron en la misma semana, sin embargo, fue necesario espezarlas por la implicación personal de la facilitadora durante las entrevistas. Con mucho trabajo personal que se reconoció hay aspectos dolorosos que aún se deben atender. A continuación, se presentan las características de los entrevistados:

\*Padrino Diamante, hombre tez morena clara de 48 años, de profesión Consejería y Educador en estrategias de prevención de conductas antisociales y con una trayectoria de 24 años en sobriedad y en la práctica como Padrino de adictos en rehabilitación.

\*Padrino Cuarzo. Hombre de tez blanca con 41 de edad, de profesión Psicólogo y con una trayectoria de 23 años en la práctica como Padrino de adictos en rehabilitación.

\*Madrina Jade. Mujer de tez moreno-clara, con 49 de edad, de profesión Consejería y Educador en Estrategias en Prevención de Adicciones y Conductas Antisociales

y con una práctica como Madrina de adictos en rehabilitación de 16 Años, en realidad se dice 16 años en recuperación.

\*Madrina Obsidiana. Mujer de tez morena, con 41 años, licenciada en Derecho y Mercadotecnia con Maestría en Derecho constitucional y Amparo, y con una práctica como Madrina de 22 años de adictos en rehabilitación. (22 años en recuperación).

En el siguiente apartado se realizará una descripción de las principales dificultades, errores, aciertos, así como sugerencias que se hicieron al proceso. Se presentan sesión por sesión.

### **Dificultades**

En este apartado se da cuenta de las dificultades que se enfrentaron al momento de hacer las entrevistas en palabras de la facilitadora.

<u>Sesión 1</u>	Identifico que me causa mucho conflicto cuando no recibo una pronta respuesta a mis invitaciones, sin embargo, pude verme paciente con la espera, por otro lado, me pone muy nerviosa que las cosas no salgan como las tenía planeadas, sobre todo en el caso de los tiempos, el tener que esperar media hora (aunque no es mucho) me puso un poco más nerviosa. Ya casi por terminar la sesión el Padrino tuvo una llamada, afortunadamente estábamos en el cierre.
<u>Sesión 2</u>	Una vez que me recibió el Padrino subimos a su oficina, antes de iniciar con la entrevista formal, empezó a platicarme de cómo estaba y cómo vivía algunas situaciones de su nuevo cargo, esto no se grabó por que no era parte de la entrevista, por la confianza generada anteriormente, él se abrió conmigo y compartió situaciones que vivía y cómo se sentía. No quise interrumpir abruptamente su plática ya que observaba una necesidad por compartir, no podía dejar de hablar; sin embargo, yo sabía que tenía que entrar en materia y aproveché un

	<p>huevo en su plática cuando tocó el tema de los Padrinos para iniciar con la entrevista. Platicamos aproximadamente media hora antes de iniciar con la formalidad de la entrevista y la grabación, yo me sentí un poco inquieta y apenada por haberlo interrumpido, realmente deseaba continuar escuchando esa parte, pero sabía que tenía que empezar a grabar.</p>
Sesión 3	<p>La entrevista estaba programada a la 8pm, empezamos un poquito tarde debido a la sesión que tenían en el grupo, sin embargo una vez que terminó la Madrina me pasó a su escritorio que estaba en la sala, había gente en la cocina que estaba terminando de recoger y la Madrina me dijo que podíamos empezar, no me sentí muy cómodo teniendo personas escuchando en el otro cuarto, hablaban y no consideré que fuera muy apropiado para la entrevista, ya que finalmente era un distractor al menos para mí.</p>
Sesión 4	<p>En esta ocasión me parece que no hubo ninguna dificultad, el entrevistado llegó puntual, empezamos a tiempo, no tuvimos interrupciones y nos dimos el tiempo para compartir.</p>
Sesión 5	<p>Me canceló y me causó sorpresa, es decir, no lo esperaba y menos el mismo día, creo que no se me ocurrió en ningún momento que podía enfermarse.</p>
Sesión 6	<p>El no poder concretar la primera cita, el ver el tiempo correr y ver que se empalmaba con la siguiente reunión y yo con la presión de la entrega de las bitácoras, me sentí algo presionada, esta última entrevista estuvo muy cardíaca.</p>

## Errores

En este apartado se redacta algunas acciones que pudieron haberse evitado, y errores cometidos al momento de las entrevistas.

Sesión 1	Preguntar con anticipación si se tenía algún evento en las fechas que yo tenía planeado las entrevistas, tal vez, la disposición hubiera sido no tan a la carrera.
Sesión 2	Agendamos el 16 de septiembre y me parece que no fue muy buena fecha, el Padrino llegó tarde porque el día del grito salió con los Ahijados a festejar y venía desvelado, no se me ocurrió que por ser día festivo un día antes estaría cansado. Yo pensé en ese día porque no trabajaba yo y pensé que sería una buena oportunidad ya que él probablemente no tendría actividades en el centro.
Sesión 3	No dejar en claro a la Madrina que requeríamos de un espacio privado, ya que cuando llegué había una sesión de grupo y me recibió en la cocina con todos afuera, me hubiera evitado ese distractor, y me refiero a que pensaba que ella no contactaría con el sentimiento si tenía personas escuchando.... Ahora que lo reflexiono, es probable que ella no tenga problemas con eso, ya que en sesiones lo hacen diario, pero yo quería un espacio más íntimo; seguro era más mío, yo necesitaba ese espacio de encuentro de otra manera, de más cercanía.
Sesión 4	Me extendí un poco más en el tiempo de la entrevista y no especifiqué su duración.
Sesión 5	Mantener una postura firme a que la entrevista tenía que ser presencial, no lo medité hasta después, con todo y que había hecho yo la observación en clase con mi profesora sobre la posibilidad de realizarlo en línea.
Sesión 6	El entrevistado pospuso varias veces la entrevista. Me parece que tomé con demasiada calma el que me pospusiera las citas o que no me diera fecha, dejaba que fluyera y no quería hacer presión realmente estaba dejando todo al universo y me sentía tranquila hasta cierto punto; sin embargo, esto último provocó que ahora esté en una etapa de integración de diversos procesos. He tomado consciencia de que tengo una notable capacidad y experiencia en procrastinar, este entendimiento me ha

	<p>permitido reflexionar sobre mis hábitos. Tal vez debería haber sido más firme o no dejar que pasara el tiempo.</p>
--	---

## **Aciertos**

En este apartado se destacan los aciertos logrados durante las entrevistas, según lo expresado por la facilitadora

Sesión 1	El que nuestra entrevista fuera de manera presencial, al ser uno a uno, se prestó para estar en un ambiente seguro y la percepción es de más cercanía.
Sesión 2	Realizar la entrevista de manera presencial, confirmo que, aunque en la virtualidad se puede hacer contacto, al tener en frente al Padrino podía observar su lenguaje corporal completo, hay menos oportunidad de que se distraiga con objetos que le pueden servir de muletilla, o pararse.
Sesión 3	Detener la entrevista, soltar y no presionarme por no terminar todas las preguntas, me sentí liberada al poder tomar esa decisión tan tranquilamente
Sesión 4	Dejar que la entrevista siguiera su rumbo, respetar el momento, el espacio y lo compartido.
Sesión 5	El horario después de las reuniones 8:30pm ayuda a que esté sin gente el espacio, la clínica que es su lugar de trabajo.
Sesión 6	Adaptarme a ojos cerrados a los tiempos de la Madrina, a la hora que me dijera estaba muy dispuesta hacerlo, además que le hice saber qué día no me sería posible (el de mi clase).

## Sugerencias

En este apartado del documento se encuentran las recomendaciones ofrecidas por el facilitador.

Sesión 1	Dar un poco más de tiempo a las madrinas para agendar la cita, para no hacerlo después de un día largo de sesiones, adaptarme más a sus tiempos y cuidar los míos.
Sesión 2	Para cuidar mis tiempos y los de los Padrinos, tal vez enfocarme solo a las preguntas de la entrevista antes de comenzar a grabar, para evitar abrir una puerta que probablemente no pueda cerrar después. Aunque para mí no es inconveniente hacerlo, debo tomar en cuenta que a veces ellos tienen el tiempo medido, al menos así me lo han hecho saber antes de las entrevistas.
Sesión 3	Solicitar un espacio propicio para el encuentro, sin personas rondando alrededor.
Sesión 4	Comunicar la duración de la entrevista por respeto al tiempo de las Madrinas y no extenderme.
Sesión 5	Aunque ya no tendremos más sesiones, el aprendizaje que me llevo a considerar alternativas en mis futuros proyectos, me cerré tanto a no hacerlo en línea, que ni siquiera lo consideré como una posibilidad
Sesión 6	Ser flexible, pero poner límites y cuidarme, respetando el tiempo de los demás, y el mío.

Lo que más resalta de lo anterior es que para futuras entrevistas, es recomendable, citar a los participantes en algún lugar neutral, es decir que no sea en sus áreas de trabajo, así se podría evitar distractores o interrupciones. Los Padrinos tienen un ritmo de trabajo intenso y prácticamente están 24hrs practicando su labor, es entendible la dificultad para encontrar un tiempo disponible.

## Relato Descriptivo

En este apartado se detalla un relato sobre lo que sucedió en el encuentro con cada uno de los Padrinos, se presenta sesión por sesión.

Sesión 1	<p>Retomé nuestra charla de la primera vez, refiriéndome a la entrevista que tuvimos anteriormente, comunicándole que probablemente ya habíamos tocado algunos temas que en esta sesión volveríamos a revisar, le dije que me era importante clarificar información que tenía de nuestra primera entrevista.</p> <p>Fluimos con las preguntas desde el inicio, siento que experimenté algo de tensión y tuve ciertos problemas en estructurar las preguntas en mi cabeza, sin embargo, él las contestaba muy bien, como muy sobre la línea de lo que le preguntaba. Él estaba muy dispuesto a compartir, sin embargo, me hizo saber que probablemente no íbamos a alcanzar a completar la entrevista, a lo que le comenté que no se preocupara, que yo entendía y cuando él me dijera podíamos parar. Yo pensaba que probablemente tendría que agendar otra sesión. Durante la entrevista tuvimos que parar en dos ocasiones solamente, una cuando le trajeron el café y otra cuando recibió una llamada, yo pensé que ahí terminaría (lo tomé como esas llamadas intencionadas para terminar una reunión, haciendo juicios), sin embargo, él le dijo a la persona que estaba ocupado y que cuando se desocupara le regresaría la llamada, por lo que puede intuir que estaba cómodo con nuestra reunión y que podíamos continuar, -eso me causó un alivio- ; el ambiente de confianza y respeto se había logrado a mi parecer, él estaba muy dispuesto a identificar emociones y sensaciones.</p> <p>Poco a poco, fue explorando y al llegar al tema de la familia se percibió un cambio en él de manera positiva, reconoció algunas emociones y situaciones que lo alegraron mucho.</p>
----------	---

Sesión 2	<p>Al iniciar la entrevista agradecí el espacio, en la transcripción se lee como si estuviera cortado el inicio, pero es cuando encuentro el espacio para comenzar y empiezo a grabar.</p> <p>La entrevista se llevó a cabo como estaba planeada. Le comenté que probablemente haría preguntas que antes habíamos tocado; él siempre estuvo dispuesto y eso lo podía observar por la cantidad de información que compartía, yo me sentía muy agradecida con él. Durante la sesión tuvo momentos de mucha reflexión y tocó realmente sus emociones.</p>
Sesión 3	<p>Llegué a la entrevista, me quedé esperando en la cocina a que terminara la reunión, me recibió una de las chicas del grupo muy atenta, que es en donde sesionan, yo pensaba que esperaba a que se terminaran de ir las personas que estaban recogiendo, pero me dijo: “adelante”. Desde ese momento me sentí un poco distraída, como si eso me estuviera molestando, para mí era algo privado, no era correcto que escucharan... pero me queda claro que es algo que detecto se ha presentado en varios momentos de mi vida, cuidar lo que el otro siente, o mejor dicho, lo que siento yo.</p> <p>La entrevista seguía su curso, después de un momento nos quedamos solas y me sentí más cómoda, estábamos en el último bloque de preguntas y entonces llegó una persona que parecía estaba esperando a que termináramos, se metió en la cocina y ahí estuvo, nuevamente le vino la presión, pero ahora porque por el tiempo, ya habían llegado por ella y yo no había terminado, entonces respiré y me dije, “no pasa nada” podemos seguir en otra sesión, le dije que ya la esperaban y que no quería entretenerla más, que agendaríamos otra reunión para poder terminar, eso me dejó tranquila.</p>
Sesión 4	<p>Llegué puntual a la entrevista y a los minutos llegó la Madrina, estaban esperando al igual que yo dos chicos del Centro, comían papitas y se preparaban para ir a hacer servicio algún lado, según escuché. Cuando llegó la Madrina, muy atenta me invita a pasar a la que supongo es su oficina. Desde el primer encuentro percibí un nivel profundo de empatía con ella, la historia que me compartió y sus experiencias se daban con mucho detalle, eso</p>



	<p>me daba la confianza de que no lo estaba haciendo tan mal en cuanto a que ella percibiera que la estaba recibiendo sin juicios y con mi plena atención. Durante su compartir me platicaba como era la relación con su mamá, ella se describe como una persona que comunicaba lo que le sucedía mediante el llanto, sin embargo su mamá se encargaba de decirle todo el tiempo que no llorara (no, no, no quiero que empieces a llorar) y comenta que a partir de esos momentos fue como si su capacidad de expresarse quedara bloqueada, ya que era su único medio para hacerlo, quedó cerrada, nula y por tanto dejó de confiar, y de hablar, y entonces se metió en su propio mundo. Esto me resultó muy fuerte de escuchar, cómo nosotros como padres sin saberlo, les arrebatamos la capacidad a los niños de poder expresarse, pero sobre todo, lo solitaria que debió sentirse a esa edad, se quedó sin protección.</p>
<p>Sesión 5</p>	<p>En esta ocasión la madrina ya había llegado así que en cuanto pisé el lugar me invitó a pasar, me ofreció un café y la entrevista fluyó muy bien, percibí mucha confianza, me compartió cosas que no me había comentado en la primera entrevista, me hace pensar que pude lograr el ambiente propicio para el encuentro y que mi percepción de la primera entrevista no estaba equivocada. Lo más significativo fue el que me mencionara que era adoptada, lo dijo como dando por hecho que yo sabía de esa situación, a lo que tuve que clarificar un punto donde ella lo menciona, ya que no entendía de qué me hablaba porque en la primera sesión no lo comentó, ella me hace la pregunta como muy sorprendida “¿no te lo había contado?” a lo que me sentí agradecida por la confianza. Por otro lado, su honestidad al compartir situaciones realmente duras, donde incluso ella menciona que fue un episodio de mucha depresión lo hace incluso orgullosa de ponerlo sobre la mesa, el aceptar su abuso de “poder” en su momento, la lleva a otro nivel de aprendizaje, donde inclusive agradece las experiencias, para poder seguir creciendo. Detecto que le cuesta trabajo aceptar algunos rasgos de su personalidad, mismo que sus Ahijados le reconocen palabras como “yo quiero ser como tú” aún le cuesta reconocer, ella misma comenta que</p>

	les dice “no sabes que lo dices” se sigue viendo como una mujer dura y que le cuesta trabajo expresar su cariño.
Sesión 6	Llegué muy temprano a la entrevista, 10 min antes de la hora acordada, ya era la última entrevista y me sentía tranquila. me recibió muy atenta la Madrina y me ofreció un té empecé con las preguntas y todo fluía. Al rato bajó el Padrino y salió de la casa, saludó pero no quiso interrumpir, al menos esa impresión me dio. En un inicio me dijo que tenía una reunión temprano y que debíamos terminar en una hora. Cuidé respetar la indicación, ella misma en sus respuestas era concreta y me daba la pauta para continuar. Durante la entrevista hubo un momento donde la Madrina recordó la muerte de una de sus ahijadas, profundizó un poco en el tema, no sabía si debía dejar que fluyera o si debía buscar el modo de poder continuar, pero parecía que tenía necesidad de compartirlo, la observé conmovida y como si estuviera en ese espacio tiempo. Me percaté de algo que me estaba causando conflicto, en mis intervenciones durante la entrevista, ella asentía con la cabeza, era su forma de decirme sí, sí, pero no lo decía y eso me distrajo un poco porque llegué a pensar “¿cómo carambas voy a poner eso en la bitácora, si no dice literal sí sí” y para mí es la forma de hacerle saber a mi profesora que mi investigación estaba siendo atinada o medianamente bien llevada, perdí el foco y me vi muy preocupada por eso, no me gustó porque me doy cuenta que me interesa que sepan que voy bien (busco reconocimiento).

### Emociones experimentadas

En el siguiente apartado se presentan sesión por sesión las emociones experimentadas tanto por parte de los entrevistados como por la facilitadora.

<u>EMOCIONES</u>	<u>Entrevistados</u>	<u>Facilitadora</u>
<u>VIVIDAS</u>		

Sesión 1	Me parece que él también estaba un poco nervioso, pero conforme iba corriendo el diálogo nos fuimos relajando ambos.	Al principio me sentía un poco culpable porque dejé pasar mucho tiempo para retomar las entrevistas y ahora regresaba queriendo obtener algo de ellos, no me sentía cómoda con ese sentimiento, sin embargo, al llegar con el Padrino A, fue como si no hubiera pasado el tiempo, la confianza entre ambos se sentía, había ya como una calidez guardada en el tiempo, me sentí cómoda y nerviosa también, estaba retomando mi trabajo y era como el reto de enfrentarme nuevamente con mi pasado.
Sesión 2	El Padrino se encontraba visiblemente conmovido, su llanto provenía de un sentimiento muy profundo, pudiera decir que de amor a su labor y todo lo que su proceso le había dejado, sobre todo, la esperanza que deseaba darles a sus Ahijados.	Yo me encontraba muy conmovida al ver a mi Padrino llorando, me percibí con una lágrima en la mejilla y luego al escuchar el audio, me di cuenta de que mi voz estaba quebrada cuando continué. Por otro lado, me sentía profundamente agradecida con él por su entrega al compartir.
Sesión 3	En algunos momentos de la reunión la percibí conmovida al tocar el tema familiar y una experiencia personal con	Me sentía un poco inquieta, molesta, sí creo que es eso, por las circunstancias, no con la Madrina, sino con lo que sucedía. Por otro lado,

	<p>una pareja. En partes de la entrevista su tono de voz me daba un mensaje de enojo al recordar cierta situación.</p>	<p>me sentía cansada, había tenido una semana pesada y una entrevista hace algunos días y eso me tenía emocionalmente agotada.</p>
<p>Sesión 4</p>	<p>La percibí tranquila y dispuesta a compartir, es muy alegre ya puede reírse de sus experiencias. Cuando tocamos el tema familiar me dio la impresión de que se conmovió un poco.</p>	<p>Al llegar al Centro y ver que también esperaban dos chicos, me sentí tranquila, el lugar está en una lateral de la avenida y muy sola, la verdad al salir si me dio un poco de inseguridad ya que ahora sí estaba sola.</p>
<p>Sesión 5</p>	<p>A la Madrina la percibía con buen ánimo, y entusiasmada en compartir, en algunos momentos estuvo reflexiva e inclusive sorprendida con algunas preguntas que le hicieron tomar consciencia de algunas cosas.</p>	<p>De mi parte me sentía tranquila por estar ahí, me encontraba con deseos de escucharla e interesada en un tema en particular, que fue su llegada al grupo y el proceso.</p>
<p>Sesión 6</p>	<p>La Madrina se expresa siempre con mucha pasión, agita los brazos y su voz es fuerte; habla con emoción, “pone el corazón”.</p>	<p>De mi parte me sentía liberada de cierta forma porque ya estaba en la última entrevista, es decir, ya por fin se había logrado. Por otro lado, agradecida y conmovida cuando me comparte lo de su ahijada, verla conmovida me mueve</p>

## Reflexividad

A Continuación, se hace un detalle de las reflexiones que tuvieron lugar una vez sistematizada cada sesión

Sesión 1	<p>Experimentaba cierta aprensión ante la posibilidad de que el Padrino manifestara una actitud de desinterés al retomar temas previamente abordados, lo cual podría interpretarse como una redundancia en la exploración de su experiencia. Al mismo tiempo, reflexionaba sobre mi propia conducta en la reunión, reconociendo cierta insistencia en mis intervenciones, al menos en ese momento de reflexión</p> <p>Además, me inquietaba la posibilidad de que la cantidad de interrogantes planteadas excediera el tiempo disponible, así como la preocupación de no abordarlas de manera que facilitara la obtención de la información deseada</p> <p>Durante el encuentro, aunque tuve la capacidad de formular las preguntas pertinentes, me encontré reflexionando sobre la posibilidad de prescindir de ellas sin que ello supusiera un detrimento significativo. Opté por permitir que el diálogo fluyera naturalmente, aprovechando las pausas para introducir las preguntas que se alineaban con la temática discutida en la mayoría de las ocasiones. No obstante, reconozco haber percibido cierto grado de intrusión en algunas interrogantes espontáneas que surgieron, evidenciando una tendencia a dejarme llevar por el flujo del diálogo, lo cual, si bien generó satisfacción en ciertos casos por la información obtenida, me hizo reflexionar sobre mi excesiva curiosidad.</p>
Sesión 2	<p>Al llegar a la cita, experimenté cierta desorientación respecto a cómo proceder ante la ausencia inicial del Padrino. No obstante, adopté una actitud reflexiva, reconociendo la importancia de mantener la serenidad y permitir que los acontecimientos se desarrollaran de manera natural,</p>

	<p>aceptando los resultados que pudieran surgir. No me dejé abrumar por la preocupación ante su posible retraso, optando en su lugar por disfrutar de la compañía de la Madrina M. y compartir ese momento en torno a una taza de café</p> <p>Advierto una agitación emocional en mi interior, donde convergen diversos aspectos de mi historia personal y mis aspiraciones futuras, especialmente cuando estoy en presencia del Padrino y escucho sus palabras.</p>
Sesión 3	<p>Mientras me encontraba en la cocina escuchando la sesión de la Madrina, experimenté una sensación peculiar de afinidad y pertenencia al ambiente circundante. Esta impresión me llevó a sentir un fuerte deseo de participar activamente en la sesión, una inclinación que se intensificó tras el encuentro con una persona significativa para mí, quien pareció validar este sentimiento. En retrospectiva, lamenté no haber optado por unirme al grupo en la sala cuando se me brindó la oportunidad, prefiriendo permanecer en la cocina en un principio. Esta decisión generó un sentimiento de pesar una vez que me senté, y posteriormente me causó cierta timidez al considerar unirme al grupo.</p>
Sesión 4	<p>En cada ocasión que me enfrento a una entrevista, experimento una fatiga progresiva, como si estuviera repitiendo mi historia de manera reiterada. Me resulta difícil sentir el impulso de retomar, en este caso, el registro de este diario personal. Esta experiencia me lleva a reconocer que aún no he logrado superar completamente ciertos aspectos de mi pasado, hay aspectos no abordados y sobre los cuales aún no estoy segura si deseo hacerlo. Mi reluctancia a exponer mi vida se interpreta como un mecanismo de protección, derivado de la experiencia previa de sentirme, en ocasiones, abrumada por la sensación de culpa o remordimiento después de abrirme emocionalmente. Estos capítulos, en apariencia cerrados, no estoy segura si deseo abrirlos nuevamente, lo que sugiere que todavía cargo con sentimientos de culpabilidad no resueltos.</p>

Sesión 5	En esta ocasión, mi interés particular se centró en comprender el proceso de incorporación al grupo por parte de la Madrina entrevistada, una inquietud que relacioné directamente con mi propia experiencia de ingreso al grupo al que actualmente asisto. Sentí una necesidad de entender qué etapas podrían seguir en mi propio proceso. Esta analogía se asemeja a la experiencia de un niño en el circo, quien, sin conocer el siguiente acto, se encuentra emocionado por lo que está por venir, confiando en que será una experiencia asombrosa. Identifiqué esta conexión al percatarme de que mis preguntas divergían de las preparadas previamente y del tema específico en discusión, reflejando una curiosidad genuina. Una vez identificado este desvío, realineé mi enfoque hacia el propósito inicial de la entrevista.
Sesión 6	La presencia de la Madrina evoca en mí una sensación de confianza y estabilidad, no solo asociada a su carácter personal, sino también a la certeza de que las circunstancias eventualmente mejorarán. La identifico como un reflejo de mi propia vida, marcada por la adversidad y el sufrimiento, pero también por el proceso de transformación y la capacidad de inspirar esperanza en los demás y en mí misma. Reconozco en ella aspectos que resuenan con mi propia identidad: fortaleza y determinación, pero también vulnerabilidad, sensibilidad y fragilidad."

La experiencia durante las entrevistas fue muy enriquecedora, profundizar en la labor que realizan los Padrinos y sus propias historia de vida aportan al acompañamiento de una persona que está viviendo una situación dolorosa, los testimonios presentados significan dar voz a quienes por mucho tiempo han realizado un servicio de buena voluntad; al mismo tiempo, ofrecen las herramientas aplicadas basadas en un programa, y que de esta forma se empodera a un ser humano vulnerable.





## Capítulo 5 Resultados

En este apartado se presentarán los resultados del análisis de las entrevistas realizadas a dos Padrinos: Diamante, Cuarzo, y dos Madrinas de AA: Obsidiana, y Jade, todos ellos con una experiencia de 10 años o más como Padrinos y Madrinas. Cada uno da su testimonio para la presente investigación y junto con la teoría fundamentan la pertinencia y la importancia que tiene su labor en la rehabilitación de adictos al proporcionarles herramientas sólidas para su proceso de recuperación y así hacer un aporte muy importante en la sociedad.

El apadrinamiento junto con el programa de 12 pasos es fundamental para un desarrollo humano integral, especialmente en adictos que se encuentran en un estado de vulnerabilidad y que han perdido la fe en la posibilidad de una mejor forma de vivir. La labor que realizan los Padrinos de los grupos y centro de rehabilitación es fundamental para que un ser humano encuentre esperanza y un lugar donde pueda sentirse comprendido y aceptado; es una red de apoyo importante integrada por personas que se preocupan por el bienestar de familias, les ayudan a despertar y a creer en que existe un espacio en el son acompañados en su dolor.

Una vez realizadas las entrevistas, se hizo un análisis y se obtuvieron tres categorías que a continuación se presentan: la primera categoría, ¿Quién es el Padrino?; la segunda: el Proceso de Apadrinamiento y la tercera: las herramientas que proporciona y recibe el Padrino en el ejercicio de su servicio. A su vez, cada una de las categorías están divididas en subcategorías; en seguida se presenta la discusión con base en la experiencia de los entrevistados (evidencia) y la fundamentación teórica del tema.

## **Categoría 1**

### **¿Quién es el Padrino?**

En este apartado se describe la persona del Padrino, su labor y entrega en el proceso de apadrinamiento, qué significa para un adicto en rehabilitación el acompañamiento de un ser humano con las mismas características que él. La personalidad de los Padrinos de AA está caracterizada por una serie de rasgos de carácter, de los cuáles también daremos cuenta. Asimismo, hablaremos un poco de su historia de vida y de aquellas heridas que revelaron en sus experiencias y vivencias, qué los llevó a su adicción; por otro lado, su proceso de rehabilitación para trascender y lograr su recuperación a través de una práctica diaria.

El Padrino es definitivamente un puente de comprensión para una persona con enfermedad emocional que es el adicto; es la oportunidad de llenar el hueco interno y de que emerjan todas aquellas fortalezas de las que un ser humano es capaz de desarrollar. El Padrino le ayudará a andar por un camino distinto, con posibilidades que antes no había podido imaginar, otorgarle ese regalo a un Ahijado representará en muchos casos el salvarle la vida.

Esta categoría, a su vez está compuesta de tres subcategorías, la primera es: “Ser Padrino un regalo”, la segunda subcategoría está relacionada con las experiencias, “el camino andado”; la tercera subcategoría tiene que ver con la hipersensibilidad como un rasgo de carácter del adicto: “piel de cebolla”.

Una vez que describimos a la persona del Padrino, primera subcategoría nos permitirá conocer la importancia y el significado que tiene para un Ahijado el poder contar con esta figura en su vida.

## **Ser Padrino de AA, un regalo**

La figura del Padrino se puede describir como un ser hipersensible, vive en el mundo sin ser comprendido, durante mucho tiempo trabajó para poder salir adelante y ganarse un título, muchas veces sin buscarlo o desearlo; Ser Padrino es un regalo, representa tener a su cuidado ahijados que han vivido historias similares a las de ellos mismos y que son adictos en recuperación. Es un ser humano cuya forma de vivir se convierte en referente para la persona adicta.

Para un ahijado, caminar en su proceso de recuperación acompañado y de la mano de su Padrino, representa dejar de ir por el camino perdidos y ciegos, solos y desprotegidos, repitiendo los mismo errores y “tropezando con la misma piedra” sin notarlo; ahora, gracias a su acompañamiento y escucha, el Padrino le ayudará a encontrar la luz en el camino y aunque el ahijado tropiece, podrá ver el color y el tamaño de la piedra, tendrá más claridad de ver por dónde va; el Padrino le mostrará la cantidad de piedras y tamaños que hay en el sendero y el ahijado decidirá si las brinca, si las hace a un lado o si prefiere tropezar. Para un Padrino el Ahijado le recuerda su propio camino, lo mantiene alerta y atento, entre los dos se dan luz, es un regalo mutuo.

Lafarga (2010) menciona que los promotores del Desarrollo Humano tienen la tarea de impulsar la liberación de las personas, y que este proceso no debe imponerse ni recurrir a la violencia, sino que se promueva desde el interior de cada persona. Esto implica reconocer los propios recursos y limitaciones, emociones y significados, para finalmente tomar decisiones conscientes, libres y responsables que promuevan el crecimiento personal y la evolución social. (p.22).

En este sentido, los Padrinos se vuelven promotores del desarrollo humano, acompañan en liberación del sufrimiento y ofrecen la oportunidad de un conocimiento interno muy profundo en la persona, de un modo de vida con más dignidad e integrado a la sociedad. Un Padrino es una persona que nunca se

imaginó que podría ayudar a otros, que creía que estaba perdida y, sin embargo, logra ser Padrino. Diamante lo deja claro:

tú crees que yo iba soñar llegar allí, tú crees que yo iba soñar con llegar a donde estoy ahorita no, yo ya me había resignado a morirme en un pinche baldío, sin embargo, aquí estoy y bueno pues eso es un Padrino, (Diamante, E1)

Un ser humano requiere de lazos sólidos, estamos religados, por ende, ir solos por la vida no es una opción, necesitamos de los demás para lograr reconstruirnos cuando estamos en estado vulnerable. La vida de un adicto se torna difícil por todo aquello que pierde cuando se encuentra en crisis: su familia, amigos y su propia persona. para el Ahijado el Padrino es pieza fundamental para recuperar su vida y sus relaciones, ir de la mano con él es el primer paso para su recuperación; Cuarzo menciona:

Al aprender a tener un Padrino y todo yo gracias a la relación que aprendí a tener con mi Padrino tengo una relación diferente con mi padre hay un impacto, por eso más que nada espiritualmente hablando el Padrino tiene esa función el que la persona pueda reacomodarse para que pueda tener otra vez esa relación... (cuarzo, E-1).

El Padrino es un soporte para la vida de otro ser humano, le ayuda a reconstruir y recuperar lo que creía perdido, como se puede observar, se resalta el poder de la relación que se establece entre Padrino y Ahijado, esto coincide con Rogers (1993):

Si puedo crear un cierto tipo de relación, la otra persona descubrirá en sí mismo, su capacidad de utilizarla para su propia maduración y de esa manera se producirán el cambio y el desarrollo individual (p.40).

La finalidad de la facilitación en primera instancia será no tanto curar a la persona, sino crear una relación para que así pueda utilizarla para su crecimiento personal. En este caso la facilitación que realiza el Padrino se vuelve una relación y el eslabón

que fortalecerá internamente al ahijado. El Padrino acompaña al ahijado en su proceso de recuperación, se vuelve un faro para lograr llegar al destino, un acompañante en cada momento que el ahijado lo requiera; él estará ahí en esos momentos donde la emoción se desborda y le ayudará a identificar aquellos aspectos que le provocan confusión para que una vez alineados, pueda tomar decisiones. Ramírez (2004) señala el significado de acompañar:

Acompañar es estar con el otro, haciéndolo sentir que se encuentra en un ambiente seguro, en el cuál la persona podrá sentirse escuchado y comprendido, pero sobre todo estar dispuesto a recorrer un camino de encuentro con él mismo y que desee ser acompañado. (p.10)

En este mismo sentido Ópalo comenta: “Entonces un Padrino es una guía de vida, una guía de mi proceso, un soporte, un apoyo y es una persona que me ha enseñado a manejar mis emociones, que me ha enseñado a tomar mis decisiones...” (ópalo, E-1).

Es importante señalar que la función del Padrino será clarificar y orientar, finalmente el ahijado será responsable por las decisiones que tome; él contará con su guía, con su apoyo, pero el ahijado decide cuál camino tomar. Un Padrino respeta el libre albedrío de su Ahijado, le permite ser él. “En una manera de sugerencia, y siempre nos dijeron, las sugerencias en el grupo son como tirar de la cuerda cuando te avientas de un paracaídas, tú sabrás si le jalas o no le jalas a la cuerda” (Obsidiana, E-1).

Ramírez (2004) nos recuerda el papel que tiene la persona acompañada, en este caso, el ahijado, hasta qué punto depende de la figura del Padrino de las decisiones que se toman.

Nunca se puede olvidar que la persona acompañada es quien toma las decisiones, quien resuelve los problemas y quien asume una responsabilidad por ella misma. Es un arte que vive de la dialéctica del desarrollo autónomo:

simultáneamente vigorizado y aquietado, exigiendo y calmando, estructurando y transgrediendo todas las limitaciones (Ramírez, 2004, pp.11).

Los Padrinos son personas dispuestas a servir, con una historia y experiencias que marcaron su vida; estas vivencias finalmente resultan ser una herramienta de apoyo y fortaleza para otro ser humano con las mismas características que él, de esas experiencias hablaremos en la siguiente subcategoría.

### **El camino andado (experiencias y vivencias)**

De este camino recorrido, lleno de temores y sufrimiento, acciones que los llevaron a vivir situaciones dolorosas y de las cuales se han arrepentido, formas de vivir que los hicieron atentar contra su salud y su propia vida, exponiéndose constantemente al rechazo y la humillación. Podemos empezar compartiendo un texto de Wilson (1995), que narra un poco de su experiencia:

Desde que AA empezó, yo he sufrido tremendos golpes en todas estas esferas debido a no haber madurado emocional y espiritualmente. Dios mío, qué penoso es seguir exigiendo lo imposible y qué sumamente penoso es descubrir, finalmente, que desde el principio habíamos puesto el carro delante del caballo. Luego nos viene la angustia final al ver lo tremendamente equivocados que habíamos estado, y lo incapaces que aún somos, no obstante, de escapar de ese tiovivo emocional (p. 236).

El Padrino antes de ser una persona que acompaña a otros, también pasó por situaciones difíciles, su juventud estuvo marcada por acontecimientos que los llevaron a tomar decisiones y vivir experiencias que nunca imaginaron. Desde la infancia, sus entornos familiares fueron disfuncionales y vivieron en ambientes no propicios, por lo que no pudieron recibir un crecimiento integral y suficientemente saludable. Las conductas adquiridas, ya sea por la familia o por el entorno, los llevaron por caminos escabrosos, algunos consumiendo drogas, y en actividades

destructivas, tanto física, mental y emocionalmente. El consumo en la mayoría de los entrevistados se da desde una edad muy temprana, pero no es el consumo solamente lo que los lleva a tocar fondo, ese es el daño físico, la parte emocional está quebrada desde antes, es ajeno al mundo, es incomprendido, está lleno de miedos y parece que no hubiera quien pueda sacarlo de su pozo. Obsidiana comparte:

...el problema más fuerte que yo considero es ya no poderme comunicar con mis papás, yo ya no tenía una relación de confianza con ellos, yo ya no podía acudir a ellos cuando a mí me pasaba algo, entonces eso es una soledad existencial (E.1).

En ciertas experiencias vividas por Padrinos, hubo mucho dolor, un fondo de sufrimiento (sin razón para vivir, o acciones destructivas) que muchas veces puede terminar con la vida, hay vacío; desde muy jóvenes se enfrentan a situaciones muy fuertes y dolorosas que un ser humano no debería vivir: consumo de sustancias, ejercicio de una vida sexual a temprana edad y abusos a su persona; son incomprendidos dentro del núcleo familiar, la manera en que reciben al mundo y su hipersensibilidad los mantiene alertas y en constante sufrimiento. Obsidiana relata un poco de su historia:

de venir de una circunstancia en la que fui rescatada, de haber vivido en un baldío, en una casa con el piso de tierra, con techo de cartón, vivir en una familia completamente disfuncional, con adicciones, con alcoholismo, con prostitución, con golpes, con abusos sexuales, o sea, de verdad, a mí el núcleo de donde me rescatan es este. (E.2)

La historia de vida y las experiencias pudieran delimitar el futuro de un ser humano, sin embargo, el trabajo en comunidad logra romper barreras y encaminar hacia la libertad y un futuro esperanzador; llegar al lugar indicado, un espacio seguro que contiene, escucha, alivia, pero sobre todo que comprende y que sabe que al fin ha terminado la búsqueda. Obsidiana lo expresa así:

Sí, sí, es que a mí me encanta, yo antes de esto intenté muchas cosas, intenté, de verdad intenté ser mejor persona, ser mejor hija, intenté en la religión, fui a encierros, fui a N cantidad de cosas, fui con el psicólogo, quise, de verdad quise cambiar, y este fue el lugar que a mí me cambió, o sea, esto, esto que yo encontré fue lo que a mí me hizo mucho mejor persona, porque de verdad que en mi calidad de persona soy muy muy mala persona, tengo muy poca capacidad de amor (E-1).

La búsqueda hacia el sentido de la vida los lleva a experimentar diferentes alternativas, con la esperanza de pertenecer y verse como una mejor persona. Lograr la recuperación a partir de una práctica sana y el seguimiento de principios espirituales les devuelve una vida llena de satisfacciones, parecida a la que les daba el consumo, pero esta vez real y prometedora. Diamante lo comparte:

lo que define a un adicto es toda una personalidad que se vino construyendo desde que niño estaba en el vientre hasta que sucedió el bigbang (sonido simulando una explosión) consume encuentra ese paraíso y luego vive su propio infierno y luego puede encontrar de nuevo el paraíso puede encontrarlo, la rehabilitación es eso, encontrar otra vez ese paraíso que una vez siente cuando consumió, que lo encuentre sin consumir (E-1)

La infancia es una etapa en la que se absorbe todo, para un niño vivir en un espacio sin entendimiento, sin contención emocional y con mucha indiferencia a lo que sucede en su mundo interno lo deja expuesto. Es como una pequeña tortuga sin su caparazón, queda vulnerable. Aunado a esto, con el caos familiar en el que se encuentra, pierde la posibilidad de encontrar un lugar seguro y alguien que lo escuche. Flores, Gómez, Pérez y Arce (2020) comentan: “Las heridas emocionales de la infancia son determinantes en la manera en que la persona se relaciona con el mundo exterior” (p.22). Obsidiana comparte:

...sin embargo, yo no me pude relacionar adecuadamente con ellos, entonces fue muy tormentoso, porque a pesar de esta aparente funcionalidad



de mi familia, dentro, en el núcleo, en el centro, había mucha neurosis, mucha neurosis de parte del núcleo donde yo me desarrollo aunado a mi personalidad, eso se vuelve en una ruptura de comunicación (Obsidiana, E-1).

Es importante mencionar, que la mayoría de los adictos y personas que han vivido en un entorno donde se consume alcohol y/o drogas o bien, hay mucha neurosis o enfermedad emocional, se desarrolla una manera distinta de recibir los estímulos del exterior, las heridas que dejan esas experiencias son muy difíciles de manejar y sobre todo de entender. El niño aprende conductas que surgen cuando es adulto, y lo que se desea de fondo es ser aceptado y comprendido. Flores, Gómez, Pérez y Arce (2020) lo describen así:

Muchos casos de personas adictas hipersensibles tienen historias familiares de desencuentro, donde la familia presiona al hipersensible para que sea una persona "normal" y la persona hipersensible pela por ser aceptado tal como es; en otros momentos trata de cumplir las expectativas que se tienen sobre él o ella, con episodios de rebeldía y agresión y autoagresión por la frustración de no sentirse comprendido, pertenecido y, sobre todo, por no sentirse capaz de "dar el ancho" (p.9)

El quiebre emocional dentro del entorno familiar rompe con todas las posibilidades de pertenencia y las características de personalidad del adicto lo vuelven más vulnerable; así mismo, el no poder encontrar su lugar y la comprensión que requerían los hace buscar entornos poco apropiados. Por otro lado, no encontrar su lugar en el mundo los desvincula, hay confusión sobre lo que les sucede, el problema de fondo no es lo que consumen sino lo que en el interior se vive, así lo comparte Quarzo:

Entonces es cuando me doy cuenta de que a pesar de que no hay droga y no hay nada, y que según esto estoy cumpliendo una vida modelo y soy esto, y soy papá, y soy empleado, y cumplo con todo lo que tengo que cumplir, y

empiezo a darme cuenta de que tengo una vida vacía horrible, que no me sentía para nada ... a dónde iba, ni quién era, ni nada (Quarzo, E-2).

Cuando hablamos de quién es el Padrino y de sus experiencias, es importante tener en cuenta que detrás de esa figura de respeto, hay un ser humano frágil, que vivió una infancia muy particular. Conocer el origen de su sufrimiento y la forma en que perciben el mundo ayuda a entender que más allá de las decisiones que tomaron en cuanto al consumo de alcohol y/o drogas, existe un modo en particular de sentir, por lo que será importante también hablar de su hipersensibilidad, en la siguiente subcategoría abordamos ese tema.

### **Piel de cebolla (fondo de sufrimiento e hipersensibilidad)**

Los adictos en recuperación, que es el caso de Padrinos de AA, son personas altamente sensibles. Jade expresó en una de las entrevistas: “me duele el mundo”. Los acontecimientos en el exterior son como pequeños golpecitos en la piel, esa piel sensible y transparente, fina que con cualquier golpe se daña y duele profundamente; entonces reacciona, se defiende y no entiende qué le sucede. Flores, Gómez, Pérez y Arce (2020) definen:

hipersensibilidad a la persona altamente sensible (PAS), a la persona que “siente demasiado”, que siente exagerado”, “que siente diferente”, que siente de más...La hipersensibilidad es la propensión a ser afectado por cosas que a otras personas no les afectan. (p.10)

La persona con hipersensibilidad en el fondo quiere saber de dónde viene y qué provoca ese dolor, desea vivir y sentir de otra manera, pero, sobre todo, tiene una necesidad de ser comprendido. “Las emociones son terriblemente indiscretas para bien y para mal, ya que nos comunican lo que realmente nos importa” (Muñoz, 2012, pp.13). La emoción difícilmente se puede ocultar, si se está enojado o triste o inclusive alegre, el cuerpo lo expresa, aún más si nos duele o es importante para nosotros, el lenguaje de nuestra cara o lo que decimos es una forma de

manifestarlo. Carga con una emocionalidad que lo sobrepasa, lo deja vulnerable y expuesto en su entorno, le duele cada segundo de su existencia. Diamante comparte:

es una serie de frustraciones que a un hipersensible le duelen, cuántas veces más de lo que a una persona que no tiene hipersensibilidad, yo digo que como unas cien veces más, se va haciendo una pues como las ollas de presión verdad que va subiendo la temperatura... (Diamante, E-1).

La manera de sentir de una persona con hipersensibilidad, lo lleva a salirse de su realidad y a entrar en una dimensión de sufrimiento; se aferra a falsas seguridades en apariencia le permiten adaptarse a su entorno, sin embargo, continúan en la búsqueda de una mejor manera de vivir y de sentir.

El ser humano tiene, de manera innata, una tendencia a lo constructivo, a buscar lo que percibe como adecuado y mejor. Dicha tendencia es la que Carl Rogers llama “tendencia actualizante”, que se manifiesta en una parte importante, a través de nuestras sensaciones y nuestros sentimientos (Muñoz, 2012, pp.12).

Las personas tienden a buscar su bienestar. En el caso de las personas con hipersensibilidad, a veces no saben qué sienten, qué sucede, no logran entender su mundo; pero en su interior saben de algún modo que existe un lugar, un espacio que los haga sentir libres de esas sensaciones. Así lo menciona Jade:

...ideas encontradas, sentimientos encontrados, emociones encontradas, con muchas ganas de llorar, pero no podía llorar, mal. Y me acuerdo de que dije: tengo que hacer algo, tengo que hacer algo. Yo ya había ido para ese entonces al Tarot, a los cuarzos, a los cuencos tibetanos, a lo que te puedas imaginar, con un jesuita, con un, a lo que te puedas imaginar; y tenía tarjetas, así de terapias y no sé qué tanto (Jade, E.1).

Hay tanto sufrimiento en la vida de una persona con hipersensibilidad que lo que menos necesita es más dolor, a cualquier alerta de situación dolorosa su mecanismo de defensa se activa. Sin embargo, esta forma particular de sentir las emociones les da mucho más ventaja - sin que ellos lo sepan- de crecimiento personal. "En general, los humanistas afirmamos que entre más sensible se es, más posibilidades de desarrollo se tiene..." (Muñoz, 2012, pp.12).

Una de las características de las personas con hipersensibilidad es sentirse perdidos, solos e incomprensidos, no hay lugar donde se puedan sentir seguros, o inclusive escuchados; la forma en que perciben su entorno es tan peculiar, que pareciera que solo ellos lo experimentan así. Se preguntan: ¿dónde coloco esto que me sucede? Necesitan encontrar el espacio y las personas correctas para que ellos encuentren un poco de luz y esperanza. Sobre todo requieren palabras que toquen su corazón. Ese podría ser el hilo que logre unir a dos seres humanos y así crear un puente de comprensión. Obsidiana comparte su sentir en esos momentos de confusión: "Nunca encajé ¿a quién le digo?, a quién le digo y quién me lo recibe y me da a cambio algo por mi basura, ¿quién?, ¿quién me iba a escuchar?, ¿quién iba a saber qué hacer conmigo?" (Obsidiana, E.1). Estar en el grupo y con el Padrino es la respuesta a esa búsqueda, donde encuentra palabras sanadoras: "Toda comunicación es un intercambio. Solo deberíamos pronunciar aquellas palabras que pueden germinar en quien las escucha. De otro modo se echan a perder" (Melloni, 2013, p.22).

El hipersensible vive momentos de depresión muy fuertes, cuando logran reconocer esas sensaciones y estados de ánimos, les da al menos una mínima ventaja sobre la ola de emociones que saben se acerca, les da la posibilidad de atravesarla sin ser revolcado. Turquesa comparte: "yo me quedaba en mi casa encerrada lo máximo que me quedé encerrada fue un año, en mi casa, en mi cuarto, sin salir, ni a la tienda, nada, entonces, es de, levántate, no pasa nada..." (Turquesa, E-1)

Ver como virtud la hipersensibilidad y aceptarla, requiere de mucho trabajo personal, de un acompañamiento continuo, y de observarse, detenerse para aprender de eso que les sucede y saber de dónde viene. Mirarlo así, lo cambia todo. Ser hipersensible da la oportunidad de entender el sufrimiento de otro ser humano, amar a todo ser vivo, los sentidos están más alertas, se percibe más. Flores, Gómez, Pérez y Arce (2020) afirman que “La alta sensibilidad es vivir desde el corazón. Nadie vive más intensamente el amor, nadie se deleita más con los pequeños gestos cotidianos, con la amistad, con el cariño...” (p.10).

Si se logra en el dolor más profundo ver posibilidades, entonces habrá un porqué y un para qué vivir. Frankl (2015) lo dice así: “El sufrimiento, en cierto modo, deja de ser sufrimiento cuando encuentra un sentido...” (p.396)

El trabajo personal para lograr un equilibrio es de todos los días, poder detenernos ante la emocionalidad vivida marca una diferencia para una vida un poco más feliz y llevadera. Cuando hablamos del Padrino, se vuelve también muy importante revelar la labor y el servicio que realizan, no basta con solo conocer al ahijado y escucharlo, el acompañarlo requiere de prácticas concretas, y de un proceso al que le nombran apadrinamiento formal, tema del que hablaremos en nuestra siguiente categoría.

## **Categoría 2**

### **El sendero por recorrer (proceso de apadrinamiento).**

En esta categoría se dará a conocer lo que en palabras de los Padrinos es un apadrinamiento “formal” y cuál es el papel que desempeñan en este proceso. Será importante comprender cuál es el modo de estar y de acompañar. Del mismo modo, saber cómo a través del apadrinamiento se logra ese vínculo tan fuerte entre Padrino y ahijado, que logra cambios desde la forma de percibir al mundo, como de

estar en él. Conocer el programa y practicar los pasos será indispensable para la recuperación y el cambio.

En esta categoría revisaremos cuatro subcategorías: la primera aborda el tema de elegir al Padrino y lo que significa apadrinar, lleva por nombre: “Te elijo (¿qué es apadrinar?)”. En la segunda subcategoría se detalla el proceso de apadrinamiento, se describen algunos puntos en particular; tiene que ver con el caminar de ambos en este proceso, por lo que se nombró: Caminando juntos (Proceso de apadrinamiento). Hablar de los lazos que se construyen a partir de esta experiencia es parte de la tercera subcategoría, titulada: “Un roto para un descosido (La experiencia relacional Padrino-ahijado)”. Finalmente, el programa de AA esencial para el mantenimiento y continua práctica dentro de una comunidad, este punto es llamado: “La Familia que elijo (Comunidad)”.

Como ya se mencionó en la categoría anterior, la figura del Padrino es muy importante y no podemos hablar de apadrinamiento si no se elige primero a esa persona que acompañará al ahijado en todo el proceso de recuperación.

### **Te elijo (¿Qué es apadrinar?)**

Apadrinar es la acción en la que un miembro del grupo -ahijado- elige a otro -un Padrino-, que es su “igual” a nivel de experiencias, para acompañarlo, para caminar juntos en su recuperación; un Padrino, es alguien con experiencia y un sendero recorrido; tiene conocimiento y práctica del programa de doce pasos desde hace mucho tiempo. El momento de la elección de un Padrino es muy significativo, tanto para el Padrino como para el ahijado, pues hay un compromiso y vínculo profundo.

Elegir un Padrino es importante pues acompaña en momentos de mucha angustia al ahijado. Para ser elegido Padrino, será importante que se esté dispuesto y se haga de buena voluntad. Obsidiana recuerda ese momento: “es una señora, porque todavía vive, que me encantaba escucharla porque era muy amena, cuando

coordinaba las reuniones, su manera de llevarlas me gustaba mucho, mucho, mucho, y le pedí a ella que fuera mi madrina...” (E-1)

La constancia en la asistencia del grupo y siendo parte del programa contar con un Padrino, hace que el ahijado tarde que temprano tome la decisión de elegir a uno, la recomendación es la afinidad o la conexión con la persona para hacer una buena elección. Al elegir a un Padrino, el ahijado debe tener en cuenta que entregará en sus manos la vida y algunas veces la voluntad, así lo afirma Obsidiana:

Fíjate que es un proceso, porque al principio cuando llegas a esto y te sugieren que elijas una persona a la que, durante un tiempo, y eso siempre lo vamos a decir, durante un tiempo le vas a poner tu vida y tu voluntad a su cuidado (E-2)

De algún modo, cuando hablamos de elegir formas de acción y de vida más constructivas, se asemeja a la función del orientador con el cliente al que hace referencia Egan (1987), sobre todo cuando el Padrino ofrece sugerencias de acciones que el ahijado debe poner en práctica, sugerencias que tienen la base del programa de doce pasos. El Padrino va orientando y acompañando, y esas recomendaciones ayudan a que el ahijado logre cambios visibles que tienen que ver con su forma de reaccionar ante lo que sucede en el exterior, pero principalmente en cómo lo va transformando internamente:

El orientador ayuda al cliente a escoger e implementar las clases de programas de acción que conducen a metas de conducta constructiva. Sostiene al cliente mientras éste se mueve a través de éxitos y fracasos en estos programas de acción. (p.27)

El Padrino guía al ahijado y le facilita las herramientas que le ayudarán a realizar acciones basadas en los principios del programa, así como el acompañamiento para llevar a cabo un proceso para un cambio de vida; todo esto va de la mano de mucho amor por parte del Padrino y agradecimiento por parte del Ahijado. Se vuelve

fundamental para ambos regresar ese “milagro del amor” a otro ser humano. En este sentido Diamante comparte:

Yo requiero acompañar a alguien y el otro requiere que lo acompañen. Lo decía en algún momento, lo escuché del Padrino Ónix en algún espacio, “el milagro del amor no se puede completar si tú no tienes a quien darle ese regalo” (E-2).

Será importante en este encuentro, que ambos, tanto Padrino como ahijado estén dispuestos, el primero, a servir con el deseo de regresar lo que en su momento recibió y el segundo, a dejarse acompañar por él. Ramírez (2004) dice: “Únicamente se puede acompañar a quien quiere emprender un camino y acepta ser acompañado” (p.10)

Cuando el ahijado elige al Padrino, éste último recibe en sus manos la responsabilidad de otro ser humano. A su vez, les da la satisfacción de saber que están haciendo algo que ayuda a otra persona, además de que ésta pueda sentirse en un espacio seguro, de compromiso, de amor y lealtad. El Padrino Diamante lo expresa:

Me motiva poder ser un factor de cambiar, aunque sea por un momento a otro ser humano que sea factor de cambiarle la tristeza por un momento de alegría, su miedo por confianza o seguridad, eso es lo que me motiva.(Diamante,E1)

Rogers explica en su libro “El proceso de convertirse en persona”, el significado de relación, donde destaca la importancia de la autenticidad en la persona que acompaña, qué tanto están involucrada con sus propios sentimientos; si el Padrino es transparente en su compartir, entonces el Ahijado puede hacer a un lado las máscaras y ser igualmente sincero. Una vez que se logra la autenticidad en la relación, entonces se logra la aceptación, un profundo respeto por la persona y poder abrazarla tal y como es, sin juicios; que se sienta valorada. Cuando esto



sucede, se unen corazones y hay comprensión; porque entonces el Padrino podrá ver el mundo del Ahijado tal y como él lo vive (Rogers, 1993, p.41).

El Padrino se compromete a otorgar su presencia al Ahijado siempre que éste lo necesite y lo quiera, respetando su límite. Turquesa comparte:

Con ellos, a estar, a estar en el momento que lo necesiten, o sea a estar, pues sí a eso, cada que se necesite, cuando se necesite también ahí voy a estar, porque hay veces que hasta los mismos Ahijados no quieren entonces pues de todas formas decir bueno está bien, no quieres, aquí estoy para cuando ya quieras (E-1)

En este sentido, acompañar se vuelve de algún modo, un estar con el otro desde el corazón, Ramírez (2004) lo dice así:

Ahora bien, se entiende por Acompañar como el estar con el otro, apoyándolo con amor en el encuentro consigo mismo. Es situarse al lado del otro como compañero de camino, estableciendo relaciones profundas de diálogo y amistad, relaciones de compañía que permitan crecer y compartir recíprocamente, sin que cada uno deje de ser lo que es (p.10).

El ahijado se identifica con quién va a elegir, le admira al conocer su historia y saber que a pesar de todas las circunstancias que ha vivido sigue de pie; reconoce sus fortalezas y su capacidad de ver lo positivo en lo que parece que es una tragedia, el conocimiento que tiene esta figura se vuelve una inspiración. Diamante habla de su Padrino:

Uy, de mi Padrino me ha inspirado su capacidad que tiene de transformar algo que parece una tragedia, es la oportunidad para que nazca una bendición, lo vivo, lo he visto en él y ahora lo he vivido. Él tiene una capacidad para poder esperar, él es un hombre que sabe esperar el momento, sabe esperar los tiempos (E-2)

La elección del Padrino tendrá que ver con la conexión que haya entre ambos; tendrá que ser una persona en la que el ahijado crea que puede poner toda su confianza, así como develar sus más profundos secretos y oscuros sentimientos. Por otro lado, elegir al Padrino que más le confronte o inclusive que le moleste, pues también ahí podrá tener un aprendizaje valioso. Obsidiana comenta:

Yo pregunté: ¿cómo está eso de apadrinarte? y la sugerencia fue: una de dos, o buscas a alguien con quien tú sientas que vas a tener la confianza de hablar de cosas que nunca has hablado con nadie, o busca al que más gordo te caiga. (E.2)

La conexión entre dos seres humanos en este caso Padrino-ahijado será fundamental para poder llevar a cabo un apadrinamiento formal, tema del que se hablará en la siguiente subcategoría.

### **Caminando juntos (proceso de apadrinamiento)**

Para la recuperación y fortalecimiento de las dimensiones de un ser humano, en este caso en particular, de un adicto o enfermo emocional, la asistencia a un grupo o clínica es de vital importancia para lograr cambios significativos en la persona, para no “bajar la guardia”, para mantenerse en la cordura; este camino se logra con un Padrino, de la mano, despacio y con disciplina. En este andar hay reglas, pasos (los 12 pasos de alcohólicos AA), acciones significativas que son indispensables para el cambio; el Padrino tiene un papel muy importante, no solo compañía en escuchar, sino que ayuda al ahijado con la práctica del programa, lo lleva de la mano en cada uno de los 12 pasos. También hay actitudes, disposición a la práctica, compromisos tanto del Padrino como del ahijado; en este apadrinamiento, el ahijado debe estar dispuesto a seguir las sugerencias del Padrino. Cuarzo comparte:

P: Pues muchas veces la obediencia, la humildad, el amor, el ser agradecidos, el pedir permiso y dar gracias ese tipo de cosas las practicamos

y nos damos cuenta cuando las comenzamos a practicar viendo un bienestar.

(E.1)

El Padrino está comprometido a estar con el ahijado, a guiarlo, a aceptarlo y acogerlo tal y como se presenta ante él, a no emitir juicios, a escucharlo. Esto quiere decir que, si el ahijado tiene la necesidad de ser escuchado, el Padrino estará dispuesto a no dejarlo solo. Como lo menciona el Santo Padre Francisco en la encíclica publicada en 2020, *Fratelli tutti* “El sentarse a escuchar a otro, característico de un encuentro humano, es un paradigma de actitud receptiva, de quien supera el narcisismo y recibe al otro, le presta atención, lo acoge en el propio círculo” (p.34).

En la práctica del programa la escucha del padrino y el acompañamiento a realizar acciones concretas en la vida de sus ahijados, hará posible que poco a poco se vaya transformando su vida, sin estos cambios y prácticas sanas de convivencia, difícilmente podrán obtener la oportunidad de responder a la vida de manera distinta. “Diamante reconoce lo siguiente: “De mí depende que esa posibilidad se materialice en la oportunidad para que yo practique, si practico se consolida en una acción, en beneficio, si dejo, entonces regresaré a tomar acciones en mi perjuicio” (E-2).

Esta práctica es un camino por recorrer que está compuesto de doce pasos, “una guía muy fácil para mentes complicadas” (Diamante, E1) decía Jade: “unos pasos escritos hace mucho tiempo, ya lejanos, de muchos conocidos, o escuchados, pero que no todos se atreven a realizar”. Esta actividad da esperanza de una nueva vida y no es exclusiva de los grupos o clínicas de AA, es una práctica recomendable para toda aquella persona que requiera ayuda.

Los 12 pasos son parte del programa, llevarlo a la práctica es enfrentar aquello que duele, es llegar al límite, tocar fondo; verse y reconocerse; es un descubrimiento doloroso. Melloni (2021) dice: "...cuando no hay escapatoria existe un camino: atravesar el dolor" (p.51). Gracias al proceso de apadrinamiento, el ahijado ya no tendrá que atravesarlo solo, estará su guía a su lado; el proceso de recuperación es difícil, pero la presencia del Padrino fortalece. Diamante comparte: "en ese internamiento empieza un proceso de autoconocimiento tan doloroso que llegué a arrepentirme, a llorar..." (E-1).

La práctica del apadrinamiento que acompaña el programa de los 12 pasos logra un cambio en la forma de vivir, salva vidas, da posibilidades muchas veces pensadas como inalcanzables, seres humanos con historias fuertes, con violencia sin esperanza de recuperar una vida digna; sin embargo, una sugerencia del Padrino, que tiene que ver con cambiar patrones de conductas o acciones específicas, logra un cambio en la persona. Obsidiana comparte su experiencia:

Es que para yo decirte qué es el apadrinamiento, son esas sugerencias incoherentes mágicas que a mí me salvaron la vida y que a mí me cambiaron, que a mí me hicieron que yo alcanzara a vivir cosas que jamás pensé vivir.  
(E-1)

Durante el proceso de apadrinamiento, se consolida la relación Padrino-ahijado, se crean lazos sólidos de amor, entrega y de mucha confianza, pero sobre todo de seguridad, el ahijado sabe que su Padrino siempre estará ahí, para guiarlo, pero también para confrontarlo. En Fratelli tutti (2020) se menciona: "Podemos buscar juntos la verdad en el diálogo, en la conversación reposada o en la discusión apasionada" (p.35). Turquesa nos comparte:

o sea, mi madrina fue fundamental todo el tiempo, todo el tiempo, el amor, el apoyo, mi confianza hacia ella, el poder empezar a contarle mis cosas, el poder confiar en ella de saber, bueno pues o sea no me va a hacer ningún

mal, no me va dejar sola, este y pues eso, yo creo que fue fundamental, mi madrina fue la pieza clave, en ese momento, me encariñe mucho con ella...  
(E-1)

Es importante mencionar que al apadrinar y estar para otros, el Padrino tiene presente su propia recuperación y se compromete a continuar en el camino de la disciplina para ser ejemplo para sus ahijados. Así mismo, el proceso de apadrinamiento es práctica de ambas partes (Padrino y ahijado), se comparte la experiencia que finalmente los relaciona. Diamante habla de esta relación:

Que es el inicio de una relación entre dos seres humanos, necesitados los dos, no necesitados desde la perspectiva de que alguien está en la pobreza y el otro va y lo ayuda, sino desde un complemento de un regalo mutuo, el Padrino, el que ya tiene conocimiento de sí mismo, poco, mediano o abundante de acuerdo con los años y de acuerdo a como él haya hecho su trabajo de autoconocimiento, y como haya practicado su apadrinamiento (E-2).

Hablar de la práctica concreta de llevar a cabo los 12 pasos anteriormente mencionados, se considera importante conocer la labor del Padrino; parte del proceso de apadrinamiento consiste, en muchos casos, en la sugerencia por parte del Padrino para aportar claridad sobre las decisiones que tome su ahijado. Cuarzo comparte:

La relación que tengo con mi Padrino es de mucho respeto, es una relación más de amistad, donde si me acerco a pedir sugerencias cuando tengo que tomar alguna decisión importante, cuando un cambio, lo platico con él; no tanto para que me diga qué hacer sino para que me ayude a ordenar mis ideas más que nada eso, (E-1)

La constancia, disciplina en el programa acompañado del Padrino, y la asistencia al grupo, ayudan a mantener al ahijado alerta, a compartir lo que sucede en su día a

día, lo que le saca de su centro; ser disciplinado es básico, llevarlo a la práctica dentro de la comunidad otorga bienestar; Diamante menciona: “Sí, encontré cómo estar en una experiencia disciplinaria dentro del entrenamiento y luego ya después lo puse en práctica en el grupo y allí encontré bienestar...” (E-1).

En la comunidad, el ahijado encuentra paz, descanso y libertad, se deshace de cargas emocionales; eso le otorga paz interior y confianza para expresarse; en Fratelli Tutti (2020) se menciona: “En muchos lugares del mundo hacen falta caminos de paz que lleven a cicatrizar las heridas, se necesitan artesanos de paz dispuestos a generar procesos de sanación...” (p.153).

Los Padrinos son artesanos, recuperan vidas, resanan un poco lo que está quebrado; el Padrino le ayuda a recuperar sus dimensiones: la física, la mental y la espiritual, que del ahijado emane su propia luz, que le alcanza para verse a sí mismo como algo hermoso y único. Ramírez (2004) lo aterriza así: “A través del acompañamiento personal se deben transmitir valores, proponiendo modelos de identificación que le posibilitan al acompañado la construcción de su personalidad” (p.10).

En el programa hay una serie de principios que se deben seguir, las sugerencias de los Padrinos están encaminadas a ser cumplidas: obediencia, humildad, amor, ser agradecidos. Así mismo, será importante dar tiempo al ahijado a que procese las sugerencias que le da su Padrino; muchas veces hay resistencia en realizarlas ya que implica hacer cosas diferentes para obtener resultados distintos. Además, será importante que el Padrino valide esos pequeños pasos que el Ahijado va logrando poco a poco, porque ese reconocimiento se vuelve alentador. Diamante lo dice así:

Se tiene que dar muchos tropezones y sangrar mucho los dedos para que pueda regresar y decir oye este pues sí tenías razón en estas cosas y el Padrino debe de tener también la humildad de cuando su Ahijado está creciendo también reconocerlo, ¡a que a toda madre cabrón! (E-1).

Esta relación habla de una actitud al acompañar, del diálogo profundo desde las

experiencias vividas y que sostiene a ambas partes emocionalmente, logrando entrelazar vidas, porque al compartir, en ese instante, ya no se puede estar ajeno al otro. Ramírez (2004) dice: "Se puede aprender este arte, no como una técnica mágica, sino cumpliendo una interacción práctica consciente. Éste no es un método sino una actitud y una experiencia que vive del diálogo y del apoyo mutuo" (p.11). Es importante recordar nuevamente las actitudes que Rogers (1993) menciona y que es importante que el facilitador transmita: "si manifiesta una aceptación incondicional por el cliente y comprende los sentimientos esenciales de este último tal como él los ve, entonces existe una gran probabilidad de lograr una relación de ayuda efectiva" (p.54).

La aceptación incondicional del Padrino para un ahijado se da como resultado de la práctica de los principios básicos dentro de la comunidad, posteriormente se consolida con la práctica del apadrinamiento, por lo que el primer acercamiento será determinante para lograr que el Ahijado se sienta en total libertad de ser él mismo, sin máscaras. Contar con un espacio así y una persona que lo recibe completo, es un descanso, le devuelve las ganas de seguir adelante, le conforta. Obsidiana lo deja claro:

Exacto, pobre de ti, tú no tienes remedio, olvídalo, es por demás, gasta uno más tiempo bañando a un burro, gastas tiempo y jabón,- yo esperaba que me hicieran sentir de esa manera-, porque pues eso me han hecho sentir toda la vida ¿no?, y él me contesta así de una manera, -¿y qué tiene?, ¿cuál es el problema?, yo soy igual que tú;- pero vuelvo a lo mismo, no era una pose, no era un fingimiento de hacerme sentir bien, o sea no, no, no, estaba esa sensación auténtica de que de veras no le importó. Y ya me dijo no sé qué más cosas, pero la verdad con lo que me quedé fue con eso, y ahí es donde empiezo a vivir un auténtico apadrinamiento ya con él, ya con él... (E-1).

Por otro lado, el Padrino recibe al ahijado sin juicios, sin una conclusión adelantada

de lo que le sucede; pone en pausa su propia experiencia para abrazarlo; en esta relación se da de forma latente lo que Cambrón (2007) menciona:

Ser fenomenológico significa observar el fenómeno (lo que ocurre) tal como es, tal como sucede, eliminando de la mente de quien lo observa, cualquier conocimiento previo que pueda modificar o afectar el mensaje del fenómeno, como pueden ser las interpretaciones, los prejuicios o las etiquetas. (p.83)

El Padrino en este sentido, observa al fenómeno, pero en su rol sí realiza interpretaciones y juicios. Sin embargo, a pesar de estas interpretaciones, el Padrino procura comprender empáticamente al ahijado desde su propia experiencia, para ofrecer el apoyo necesario.

Solo quién lo vive el proceso de recuperación puede comprender el agradecimiento y el profundo amor que se llega a sentir por el Padrino así como la fe en la efectividad del programa; por otro lado, se desea que otros alcancen la rehabilitación que ofrece el grupo, hacerles saber que hay otro camino, incluso otra oportunidad de vida. En el libro Alcohólicos Anónimos, también llamado “el libro azul” (1991) dice: “nosotros, los Alcohólicos Anónimos, somos más de un centenar de hombres y mujeres que nos hemos recuperado de un estado de mente y cuerpo aparentemente incurable” (p.4). El testimonio de la Madrina Obsidiana lo dice:

yo no, no te puedo explicar la clase de enamoramiento que tengo de todo lo que implica lo que yo he encontrado, todo lo que engloba esta experiencia de la gente Gemas, del grupo Gemas, de lo que yo encontré, de vivir la práctica del apadrinamiento, de lo que el día de hoy tenemos y somos, todo emana de ahí. (E-1)

En el Proceso de apadrinamiento, el Padrino confronta al Ahijado, para que se mire a sí mismo; que pare de hablar de otros, para hablar de sí mismo, reconocer quién es en realidad, ¿cómo está su corazón? ¿qué deseos tiene?, ¿cómo ha actuado y qué ha hecho? Para el ahijado, poder verse tal cuál es, será un proceso doloroso por el que tendrá que pasar como parte del programa. Jade comparte:



ya conocimos a todo mundo, ahora quiero conocerte a ti, dime cómo eres, y ¡ayyy!, cuando cambias el enfoque, pues es bien fuerte, porque pues no, yo nunca había visto esa parte, yo nunca me había visto como culera, como perversa, como desleal, como traicionera, como deshonesto, como infiel, o sea, yo nunca me había visto así, había visto a todo mundo, pero a mí no; entonces cómo empezar a hablar de esa parte y que sí la tengo, pues fue bien fuerte ¿no? (E-1).

El cambio que se obtiene con el programa se replica en el ahijado y éste a su vez puede transmitir su experiencia a otros miembros del grupo para aprender nuevas formas de actuar y realizarlas constantemente lo que logra el verdadero cambio y se vuelve un estilo de vida para todo el grupo.

Para que el proceso de apadrinamiento se logre, y la conexión entre Padrino-ahijado se dé, hay una particularidad, la experiencia-relacional, es decir, aquellas vivencias similares que abren la puerta del entendimiento profundo y que consiguen el milagro; este tema se plantea en nuestra siguiente subcategoría.

### **Un roto para un descosido (La experiencia relacional Padrino- Ahijado)**

Padrino-ahijado, es una relación de profundo entendimiento, de comprensión, de amor y de mucho agradecimiento. Esto se logra por la similitud de las vivencias que los conectan. El Padrino reconoce la sensación que el ahijado le comparte, sabe lo que le sucederá si no se cambia su conducta o su pensamiento; identifica sus miedos, porque está igual de “roto” que el ahijado. Con el tiempo los Padrinos han aprendido a “zurcirse”, a coser la herida; el ahijado está “descosido”, aún no aprende ni siquiera a “ensartar la aguja”. Poco a poco la confianza y la honestidad que el ahijado tiene con su Padrino transforma la relación. El Padrino podrá acompañar al ahijado al compartir sus experiencias. Por su parte, el ahijado podrá aclarar aquello que creía sin luz. Esta relación Egan (1987) la explica:

El orientador en este proceso no teme compartir sus propias experiencias, si ve que esto avanzará el proceso de ayuda. No teme confrontar a su cliente con cuidado, a hacerle demandas, si estas demandas emergen de la experiencia del cliente y no de las necesidades del orientador. No teme tratar abiertamente sobre el tema de su propia relación con el cliente, al grado que ayude al cliente a entender su propia conducta y su estilo interpersonal. Pero hace todas estas cosas con precaución y respeto, recordando que la ayuda es para el cliente; no permite que él mismo y sus necesidades interfieran en la ayuda. (Egan, 1987, p.23)

Padrino y ahijado comparten su historia, momentos gratos y dolorosos, entre ellos hay entendimiento. El hecho de haber vivido situaciones similares ayuda a comprender a profundidad y facilita la conexión. Para el ahijado, ver la recuperación de alguien que era como él le devuelve la fe de su propia rehabilitación. Lietaer lo llama transparencia “la capa más externa de la autenticidad” (Lietaer 1997,p.34-35) tiene lugar cuando el Padrino revela al ahijado su propia experiencia Cuarzo comparte:

la gente puede creer que sabe acerca de adicciones y no tienen ni idea de lo que están hablando, así lo veo yo, para saber de lo que estamos hablando, es lo mismo, necesitas haberlo vivido porque no hay manera de saberlo si no lo viviste, no la hay, entonces cuando llegas tú y hay una persona que tiene esta misma vivencia, tal cual se siente este puente de comprensión que yo no tenía con mi papá ni con mi mamá ni mis hermanos nada, es especial el estar con una persona que sabes que ha vivido lo mismo que tú y que ha trascendido lo que tú todavía no trasciendes y que ha mejorado que ha encontrado, pues eso, es una maravilla porque sientes que es como real; por primera vez no te están dando una receta de que hagas algo, lo estás viendo y es diferente..( E-1)

La experiencia de un evento doloroso une a dos seres humanos, comprender el sufrimiento del otro y acompañarlo se vuelve un recurso para ayudarlo en su recuperación. El puente de comprensión se da de manera natural, sin forzarlo. El ahijado se ve como un jarrón quebrado, al ver en su Padrino, a un igual ya “resanado, pulido y con brillo”, puede creer y tener fe de una posibilidad de cambio; Zohn y Moreno (2008) mencionan: “Al mismo tiempo, reconocemos que experiencias de situaciones difíciles superadas, pueden ser un recurso importante en nuestra labor de ayudar a otros a que resuelvan y salgan adelante de sus propias situaciones dolorosas y problemáticas” (p.5-6).

Las experiencias de un Padrino durante su vida le han llevado a sobreponerse y levantarse; también fue acompañado. para salir adelante. Necesitó tiempo, dedicación, comprensión y amor por parte de otro ser humano que en su momento fue su Padrino; Brazier (1997) lo describe así: “La posición altruista que promueve el crecimiento no es algo que se le ofrece al cliente desde afuera, sino que se trata de algo generado desde dentro” (p.69).

Es importante reconocer que no se puede salir del pozo sin ayuda, este camino es para ir acompañados. Estamos religados y reconocerlo es dar el primer paso, levantar la mano para que otro la pueda sostener. Fratelli Tutti (2021) nos recuerda:

Nadie madura, ni alcanza su plenitud aislándose. Por su propia dinámica, el amor reclama una creciente apertura, mayor capacidad de acoger a otros, en una aventura nunca acabada que integra todas las periferias hacia un pleno sentido de pertenencia mutua (p.64).

El ahijado es un ser humano con vivencias dolorosas, al encontrar ese espacio seguro, de comprensión y esa persona que estará ahí para escucharla, que además

le comprende y le abre la puerta de su corazón será una verdadera entrada que le da esperanza para poder continuar. Ópalo comparte:

Es la parte del “lenguaje del corazón”, porque yo muchas veces allá afuera, las cosas que no he querido o no he podido hablarlas con nadie, es porque es cierto que nadie me las va entender, no, que son locuras, que son cosas... que me van a juzgar, o me van a dejar de querer, o este... me van a ver de loco ¿no?, entonces al momento de ingresar a esto y poderlas compartir, expresar situaciones en las que yo digo que a nadie se las vas a contar y cuando puedo yo soltar esas... y darme cuenta que yo... del otro lado no hay nada de lo que yo esperaba, o sea que es al revés, que hay comprensión, que hay cariño, que hay un respeto, sobre todo, un respeto a lo que yo a veces pienso que se van a burlar, y que he recibido respeto... (E-1)

En este proceso de recuperación la honestidad del ahijado es un eslabón indispensable. Puede mentirle al Padrino, pero no a sí mismo. Si es lo suficientemente valiente para reconocer quién es y aceptarlo, se tienen posibilidades de avanzar en la recuperación. Podrá crear con el Padrino ese lazo de confianza para que lo puedan acompañar. Si el Ahijado escucha las sugerencias del Padrino puede cambiar y al mismo tiempo se unen dos corazones. Para ayudar a otro ser humano en el fortalecimiento de sus habilidades, el facilitador, en este caso el Padrino promueve las actitudes básicas de Rogers: aceptación incondicional, que significa crear un ambiente carente de evaluación externa, es decir, que la persona se sienta libre de juicio, la congruencia y la comprensión empática. Rogers (1993). Ópalo comparte:

Sí, que hay honestidad, entonces puedo encontrar el lazo como del lenguaje del corazón, o sea de hablar de honestidad, de ser transparente, y como Padrino también poderlo hacer, de escuchar situaciones similares a las que

yo he vivido y poder compartir honestamente con la intención de ayudar no, o sea creo que eso es la manera en que podemos aportar, porque para ser, te hablo ya como Padrino, para poder ayudar a alguien, tenemos que tener ya experiencias vividas para poderlas compartir no...(E-1)

En el apadrinamiento es invaluable la honestidad sin caretas, en otras palabras, ser “congruente y auténtico” en la relación, Roger (1993) lo describe así:

He descubierto que cuanto más auténtico pueda ser en la relación, tanto más útil resultará esta última. Esto significa que debo tener presentes mis propios sentimientos, y no ofrecer una fachada externa, adoptando una actitud distinta de la que surge de un nivel más profundo o inconsciente (p.41).

Es crucial que el padrino abra su corazón; Rogers (1993) habla de la importancia de ser auténtico, que las palabras y conductas hagan sentir al otro comprendido de manera profunda cuando el otro ha mostrado su sentir y sufrimiento. Turquesa comparte:

¿Cómo es que pasa el milagro? (risa) porque nos entendemos, porque sabemos cómo se piensa, cómo se siente, lo que se vive estando con una sustancia, el sufrimiento también, porque no todo es bonito cuando uno es adicto, este incluso yo creo que la mayoría de los adictos tenemos familias disfuncionales, la mayoría, si no es que todos, entonces ya desde ahí la empatía, la empatía es bien importante. (E-1)

El Padrino y la comunidad está para apoyar el crecimiento del ahijado; le ofrecen la promesa de un espacio seguro, en el que entregan toda su persona; le refuerzan

los valores para enfrentar los retos de la vida. Con esto el ahijado ya no se siente solo. Quarzo lo describe así:

Aja, de ese tipo pues, muy de valores positivos pues, entonces una vez que entras en eso es muy bonito tener un Padrino y muy bonito tener Ahijados, porque es un círculo de mucha lealtad por decir, de lealtad como tal, y tener un círculo con gente que es leal a ti, pues es muy agradable y da mucha seguridad también. (E-2)

Rogers (1993) describe la comprensión empática, si logramos recibir al otro desde la aceptación incondicional, lograremos que la persona se sienta segura y abierta a compartir, aceptar a la persona y a su mundo. Escribió:

Comprensión empática. Si digo que "acepto" a un individuo, pero no lo conozco, mi aceptación es muy superficial, por cierto, y el otro advierte que puedo cambiar de opinión en cuanto llegue a conocerlo. Pero sí lo comprendo empáticamente, si procuro entender su conducta y a él mismo desde su propio punto de vista, si entro en su mundo privado y lo veo tal como él lo ve y sigo aceptándolo, entonces se sentirá seguro. (p.310).

Para el ahijado contar con un espacio de escucha es liberador, al mismo tiempo que puede despertar su conciencia; el Padrino, es un espejo en el que se reconoce al encontrarse de frente. Cada emoción, la identificación con la similitud de sus experiencias, los llevan a descubrirse y entonces el encuentro se da, la intimidad entre dos seres humanos inicia de una forma distinta; se cuenta con un lugar seguro y amoroso, de mucha aceptación, ya no estará perdido. La comunidad proporciona justamente eso: solidaridad, amor, entendimiento profundo, un programa que ayuda a disciplinarse, y, sobre todo, otorga esperanza. En nuestro siguiente apartado hablaremos de la comunidad.

El Programa ofrece un camino, un Padrino que da luz y además un grupo que da pertenencia que se entrega, comparte, da contención, acompaña en el dolor y en el sufrimiento; y también encamina en la liberación, en las alegrías, en la recuperación; “a falta de Padres, Padrinos” (Madrina, Jade).

### **Unión de voluntades (Comunidad)**

Parte del programa de recuperación contempla a la comunidad, la cual, otorga amor como si fuera una familia. En la comunidad se encuentra seguridad y mucha comprensión; se crean fuertes vínculos que no se habían logrado en el hogar de crianza. Yalom (1998) menciona que en un grupo cuando los integrantes escuchan la revelación de otros miembros, con preocupaciones similares a las suyas, se sensibilizan con el mundo y describen el proceso como una experiencia de “bienvenida a la raza humana” (p.28). Tal como Diamante comparte:

Sí claro y obvio sucede algo que le da mucho sentido a mi existencia como ser humano, desde lo que yo vivía, hubo compañeros con los que yo viví ese proceso de internamiento que llegaron a llenar un espacio lastimado incluso vacío de vínculos que yo no tenía, porque los vínculos que hice con ellos tan cercanos yo no los tuve con mis hermanos por ejemplo (E-1)

La recuperación que se logra en la comunidad dependerá de la voluntad para llevar a cabo la práctica del programa de AA, el intercambio de experiencias, las similitudes que aparecen a medida que se asiste a las reuniones, la constancia y disciplina que se requiere para que poco a poco se expanda la conciencia y abrir los ojos para observar una realidad distinta a la que se ha vivido. Yalom (1998) menciona: “A medida que los pacientes perciben su similitud con los otros y comparten sus preocupaciones más profundas, se benefician adicionalmente de las catarsis que acompaña a este proceso, así como de la aceptación final por los otros miembros” (p.30)

El ahijado, que generalmente no fue comprendido en casa, encuentra en esta comunidad a seres humanos que han vivido un sufrimiento semejante al suyo. Al momento de aplicar el programa se vive un descubrimiento muy doloroso, hay un vacío que antes se había cubierto con falsas seguridades; ahora sin ellas, es muy difícil saber cómo cubrir ese hueco. La ventaja, es que no están solos, hay otros que acompañan y sostienen. Martín (2013) describe: “AA es una comunidad de hombres y mujeres que comparten su mutua experiencia, fortaleza y esperanza para resolver su problema común y ayudar a otros a recuperarse del alcoholismo” (p.418)

Al encontrar una comunidad que recibe al ahijado de manera sincera, lo comprende y ofrece cariño, le otorga una sensación de bienestar y sobre todo de solidaridad. Recibe algo que fuera del grupo y la comunidad no había encontrado, un lugar y un acompañamiento que lo ayudan a crecer, pues le ofrecen amor fraterno, que le da alivio a su corazón, un respiro a tanto sufrimiento. Cervantes (2015) “La solidaridad genera un contagio emocional, por ello potencia el vínculo, el espíritu gregario y el tránsito del yo al nosotros y nos inmiscuye en una causa común” (p.156). En entrevista con el Padrino Diamante nos expresa: “¿Sabes que me hacía feliz?, los abrazos de mis compañeros, las palabras de aliento, la sinceridad que yo encontraba en ellos, la sinceridad de mi Padrino hacía conmigo la autenticidad de ellos” (E-1).

Se forman lazos sólidos, verdaderos; el amor es sincero e incondicional; el respeto que se tiene en la comunidad es profundo; este cariño envuelve el corazón del ahijado, Ópalo nos comparte:

Es chistoso, porque por ejemplo a veces yo no extraño a mis papás, a veces no los extraño, si los quiero y si todo, pero siento más la ausencia de mis amigos, de mis compañeros, de la gente de mi grupo, yo por ejemplo cuando



estoy en el grupo y de repente no van, si lo llego, así como a sentir, si me explico, si hay como mucho cariño (E-1)

Ramírez (2004) lo describe la relación que se forma en la comunidad de AA: “Esta relación de compañía es la que permite al otro un espacio para expresarse tal y como él es, sintiéndose libre, escuchado, comprendido, lo cual ayuda a confrontarse, aceptarse y superarse” (p.10)

En el grupo se puede tener la seguridad de que el camino ya no se tiene que transitar solo, siempre hay quien escucha, da contención en los momentos de crisis. El acompañamiento que ahí se vive se ofrece con amor y comprensión; si es necesario se confronta. La comunidad es fuente de aprendizaje, se reconoce aquello que se ha logrado, lo que se llega a superar, es un despertar espiritual que cambia todo. Diamante lo describe de la siguiente forma:

Pues reconozco que ha valido la pena el esfuerzo que ha hecho mi Padrino conmigo, reconozco que sin esta comunidad yo no estaría vivo; reconozco también que también he puesto algo de mi parte, y reconozco que lo que pasó en mi niñez y en mi adolescencia y en mi juventud que me llevaron a destruirme, pues hoy lo puedo ver como una bendición, porque hay quienes nunca llegan a tener este... (E-2).

Estar en un grupo da tranquilidad, ya no hay más miedo a equivocarse, ya no se está solo, da fortaleza, empodera para afrontar lo que venga. La constancia en la práctica del programa, la solidaridad de la comunidad en momentos difíciles devuelve la esperanza de que existe una forma diferente de ver la vida y de estar en el mundo; la comunidad da la oportunidad de transformar tu vida. Sánchez (2017) menciona:

La Psicología Comunitaria debe, por tanto, tener dos centros de interés - empoderamiento y sentimiento de comunidad- que no tienen por qué ser contradictorios y cuya relación mutua debe articular el campo de forma que el empoderamiento no esté solo fundamentado en la agencia individual, sino que incluya, además y utilizando la terminología de Bakan, la comunión humana (p.4)

La comunidad acompaña a los que sufren y proporciona prácticas que pueden ayudar al adicto a sentirse seguro, a no estar solo, a confiar nuevamente en una posibilidad de pertenecer y de vivir de manera plena. Obsidiana lo comparte: “hay gente que está sufriendo muchísimo, y tenemos la solución para ellos, tenemos el acompañamiento para sacar adelante esa gente, somos, sí somos, sí somos una entidad que puede brindarle a la gente algo” (E-1). En Fratelli Tutti (2020) lo describe así: “Es caridad acompañar a una persona que sufre, y también es caridad todo lo que se realiza, aun sin tener contacto directo con esa persona, para modificar las condiciones sociales que provocan su sufrimiento” (p.125).

### **La pausa para el discernimiento (Toma de decisiones y emocionalidad)**

Los Padrinos y sus ahijados, deben estar alerta todo el tiempo, evitar tomar decisiones cuando su emocionalidad no está ordenada, es decir, cuando la emoción está invadida del ego, como dice Melloni (2021): “En verdad, se trata de una escucha integral que apunta a una plena receptividad de la persona, fruto de la disolución de lo que Ignacio de Loyola llama las <<afecciones desordenadas>>, esto es el ego capturador y bloqueador” (p.75). El ego no permite ver al otro, encierra a las personas y anula toda posibilidad de escucha. Habrá que detectar los defectos de carácter y se refiere a la neurosis, la soberbia, el ego, la ambición, la lujuria, gula, ira etc.) en Grapevine (1970) nos habla de algunos:

Cualquier persona siente el deseo de liberarse de sus impedimentos más notorios y destructivos. Nadie quiere ser tan orgulloso que se le tilde de jactancioso, ni tan ambicioso que se le llame ladrón. Nadie quiere encolerizarse al grado de matar, ni ser lujurioso hasta llegar al rapto, ni glotón que arruine su salud. (pag.40)

Estos defectos de carácter son con los que un adicto en recuperación debe trabajar y vigilar para no llegar a realizar actos que después se arrepienta; primero reconocerlos, después aceptarlos y así, poner en marcha una limpieza del sendero. Tocar fondo es donde empieza el camino a la libertad y la esperanza. Diamante lo define así:

El ego se presenta las 24 horas del día tiene muchas presentaciones y cuando tú te descuidas de tu práctica y te dejas de apadrinar le puedes creer o no alcanzas a percibir que es el ego o decides, sabes que es el ego sabes cuales son las consecuencias y te dices cómo, ayúdame cabrón porque eso vamos a hacer (Diamante, E-1).

En el trabajo personal, es muy difícil discernir y separar con claridad cuando una decisión es “desde el ego”. En estos casos, pedir ayuda al Padrino es una opción, para que ayude a hacer un alto cuando la emoción está desbordada. Detenerse devuelve la tranquilidad. Realizar un examen diario sobre las acciones, decisiones y emociones, ayuda a detectar el origen, si proviene del ego. El Padrino acompaña a tener claridad. Así lo comenta Melloni: “Detenerse y lentamente aquietarse. Dejar que todo empiece a hablarnos de otro modo. Mientras no estamos silenciados, nuestra mente nos ensordece con su continuo discurrir y discutir” (Melloni, 2021, p29).

Un adicto puede tomar decisiones en desolación, Serra (2010) hace referencia a sentimientos que se producen en ese estado:

Dos tipos de sentimientos se pueden presentar en la desolación: unos de sintonía, confianza, satisfacción, pero temporales y que lo único que producen son más desolación; otros que inquietan, preocupan, mueven a la persona hacia un cambio de estado espiritual (p. 33),

Decidir desde la desolación puede traer consecuencias difíciles de afrontar. En estos casos ayuda detenerse y reflexionar, hacerse acompañar del Padrino para no contestar con prisa a lo que mueve o inquieta. Diamante en su experiencia comparte en este sentido:

El Padrino tiene una cierta obligación moral de decirle: shhh, a ver, ven, siéntate, bájate de la emoción para que tomes una decisión inteligente, porque lo que vas a hacer ahorita producto de tu emoción te va a llevar a que pagues un precio muy caro (Diamante, E-2).

Es recomendable un constante discernimiento, aprender a escuchar, cuidar lo que se dice o saber que a veces también es bueno callar. Melloni dice: “Cuanta más calidad de escucha, más probabilidad de que se produzca una fusión de horizontes y nuestras velas se encuentren” (Melloni, 2013, p.23). En ese sentido se aprende a llevar una relación más profunda y crea lazos fuertes.

El examen de conciencia es una práctica para mantenerse en contacto con la propia esencia, para fortalecer el espíritu; se reflexiona en lo sucedido del día como un aprendizaje. Es necesario mantenerse alerta, cuidar los pensamientos y reconocerlos sin quedarse en eso que nos inquieta, solo identificarlos... Este es un espacio íntimo y crucial para su crecimiento. Jade menciona su práctica cuando tiene alguna crisis:

Entonces es: respirar, me pongo a hacer respiraciones, ya que logró un poquito de estabilidad, me pongo a hacer meditación, me pongo a hacer oración, me pongo a escribir cómo me siento, qué pasó, qué detonó mi

reacción, lo que estaba generando hacer, y le das para atrás, si le puedes dar para atrás, y ocúpate (Jade, E-2).

Cuidar los pensamientos, una tarea bastante compleja de todos los días. Implica identificar cuando hay pensamientos destructivos. El hipersensible hace de estos sentimientos una película en “tercera dimensión”, parece real. En estos casos es importante hacer uso de las herramientas aprendidas y tener claro que son distorsiones de la realidad. Reconocer en qué momento y qué hizo que empezara la película y que cambiará todo. Cuando se identifica el “por qué” del malestar, regresa la paz mental. Sin estas herramientas se sufre mucho cuando no se logra parar la cabeza.

Los expertos declaran que la receta fundamental para recuperar o mantener la salud es muy simple: pensamientos positivos. Esto se explica porque los pensamientos cambian nuestros sentimientos y, en consecuencia, también nuestra fisiología. Debemos estar conscientes de nuestros sentimientos más oscuros, aun cuando actuamos sobre nuestros pensamientos más optimistas (Larios,2010, p. 116).

El discernimiento para la toma de decisiones e identificar qué sucede en el interior de un adicto, hace la diferencia en la calidad de vida que pueden llegar a tener, es un descanso. Obsidiana lo comenta: “Es algo bien chistoso que me pasa, cuando descubro qué es lo que me tiene mal, ahí descanso, mientras estoy viviendo mucha locura, que soy una ..., sufro demasiado” (E-2). Detenerse para poder detectar el verdadero significado de lo que sucede en el exterior y que llega profundo en el interior. Melloni (2021) lo describe así: “Hay que poder detenerse en esa sensación, en cada percepción, observar e ir hasta su origen. Todo es signo de otra cosa más alta, más amplia, más profunda” (p.12).

Los Padrinos han recorrido una o varias veces ese mismo sendero y pueden ser referencia de que es posible el cambio y la recuperación.

El amor que se entrega a otro ser humano, salva una vida; la similitud de vivencias logra conexión y entendimiento. Ese es el milagro que a veces pareciera que no se puede sustentar. Sin embargo, en los diferentes testimonios es algo recurrente. Sin esos ingredientes: el amor, la entrega al otro y el acompañamiento, no se puede dar un intercambio sincero hacia otro ser humano. En nuestra categoría tres, hablaremos de este tema, se ha denominado: Con amor y fe (herramientas que proporciona un Padrino).

### **Categoría 3**

#### **Con amor y fe (herramientas que proporciona un Padrino)**

En esta tercera categoría se describen las herramientas para empoderar a un ahijado que se desarrollan con el apadrinamiento; cuáles son aquellas fortalezas que se logran con el programa de 12 pasos; cómo el autoconocimiento da poder; cómo es que lo que verdaderamente empodera es el amor puesto en práctica con el otro, para el otro y a pesar del otro; cómo a partir de un servicio y de un Poder Superior se logra lo impensable: la verdadera recuperación. En la siguiente subcategoría que denomino “Las Luces”, se hablará de esos destellos de conciencia y de conocimiento interno que a partir del programa se logran reconocer, las cuales ayudan a vislumbrar el camino, para poco a poco poder verlo con más claridad.

#### **Las luces (identificar fortalezas: conocimiento personal)**

*Nadie se ilumina fantaseando  
figuras de luz, sino haciendo consciente su oscuridad. Carl Jung*

Explorar en el interior lo que se es, lo que se llegar a ser y valorar la persona en su totalidad resulta alentador; reconocer las debilidades y aceptar la realidad, se

vuelve una forma de fortaleza; al aceptarla, se puede empezar a trabajar en el proceso personal, no se queda vulnerado, ya no se está expuesto al dolor sin protección, y se queda protegido del juicio, es más difícil que la persona sea dañada; el autoconocimiento otorga la liberación, así como lo menciona Melloni (2021) “Reconocer la realidad tal como es, hace que el reconocimiento y la liberación sucedan a la vez” (p.24). A partir de la práctica del programa, se faculta a la persona para reconocerse y eso transforma su vida.

La congruencia tanto por parte del Padrino como del ahijado ayuda a tener conciencia de la dualidad que nos integra. De esta forma la persona se acepta de manera integral y también lo hace con otro ser humano. Lietaer (1997) habla de la congruencia del facilitador (terapeuta o en este caso Padrino):

Significa entre otras cosas desear conocer las tachas y vulnerabilidades, aceptando las partes positivas y negativas de uno mismo con cierta indulgencia, siendo capaz de abrirse sin defensividad a lo que se vive en uno mismo y ser capaz de ponerse en contacto con eso, tener una identidad sólida y una sensación bastante fuerte de competencia, siendo capaz de funcionar eficazmente dentro de las relaciones personales e íntimas sin la interferencia de los propios problemas personales. (p.28)

El conocimiento personal que se logra a partir del acompañamiento debe ir de la mano con ser auténtico y que se perciba que se es aceptado. Padrino-Ahijado en su encuentro crean una relación que permitirá el crecimiento personal a partir de la exploración profunda;

En el proceso de apadrinamiento formal y de la práctica del programa realizado con disciplina y constancia, el ahijado empieza a reconocer sensaciones, sentimientos

y estados de ánimo y eso les permite estar alertas y accionar. Conocerse les da fortaleza y no los deja tan vulnerables. Ópalo comparte:

Me doy cuenta qué pasa cuando dejo practicar las cosas que tengo que hacer, entonces cuando me doy cuenta ya estoy en depresión, ya estoy triste, ya estoy sin quererme levantar, pero también mis mismas responsabilidades me han hecho que me levante de la cama, entonces que mi mismo conocimiento que tengo el día de hoy como tú dices, el decir este ya sabes que estás emberrinchado, ya sabes que te resentiste, ya sabes que estás lleno de miedo, no pasa nada habla con tu Padrino y ya...(E-1)

El conocimiento personal permite detectar y saber cuándo una ola de emoción se acerca. Se parte de sensaciones conocidas, se perciben y se atienden; con esto, se deja de dar vueltas al malestar y a la impotencia de no saber qué hacer con eso; se enfrentan las emociones desde una posición adulta, se logra ver al niño interior herido y se atiende.

El programa ofrece herramientas para trascender. Mantenerse en la práctica es un reto, pero la recompensa vale la pena: por una parte, es la libertad y por otra, se encuentra una mejor forma de vivir. Cuando una persona se reconoce y se acepta, el juicio y las etiquetas impuestas por quienes la rodean ya no atraviesan su corazón; puede ser que la muevan un poco, pero ya no se paraliza y da esperanza para el cambio, para lograr que todas las potencialidades de un ser humano se hagan presentes.

Cuando hablamos de herramientas para empoderar al ahijado, el autoconocimiento será importante para la evolución de su persona, siendo consciente de lo que vive, siente, pero sobre todo el ir trabajando en ello, permitiéndole integrarse a su entorno



e ir caminando seguro, sintiéndose más confiado de ser quién es. Fride (2006) habla de esta transformación:

El empoderamiento implica una evolución ascendente continua a través de la cual el individuo pasa de una etapa a otra tomando conciencia y control sobre sus decisiones y con ello transformando su propio rol en la sociedad. Este proceso se concibe como un ciclo de reflexión y acción que alimenta al propio empoderamiento y viceversa (p.2)

El programa de doce pasos permite ser más consciente, ayuda a identificar heridas y a transformarlas en oportunidades. Por otro lado, habrá posibilidades de reconocer la fragilidad propia y del otro, y permite recibirlo desde ese conocimiento, entender que cada uno habla desde su dolor, desde su verdad; aprender a no reaccionar al implicarse, pero, sobre todo a cuidarse y aprender a poner límites para protegerse. El programa enseña a quererse y conocerse. A reconocer que hay “luces”, pero que con “tanta tierra encima” no logra iluminar nada. Una vez que se aprende a “quitar la suciedad que cubre”, - limitaciones-, todo podrá ser más claro. Melloni (2021) lo escribe así:

Somos desconocidos para nosotros mismos y somos muy poco conscientes de nuestras limitaciones. Nuestras razones y sinrazones están condicionadas por nuestra historia y por nuestras heridas. Podemos ser muy honestos y sinceros en expresar lo que creemos verdadero, pero sin darnos cuenta de en qué medida nuestra comprensión de las cosas aún tiene mucho por recorrer. Es mi verdad, pero no la verdad; es mi razón, pero no la razón (p.67).

En este sentido Quarzo tiene claro que el trabajo realizado durante su estancia en el grupo y su práctica del programa como ahijado y Padrino, le puede otorgar esa

conciencia:

Sí, sí, de mi parte. Eso es lo chistoso ¿no?, cuando me doy cuenta de que yo soy el factor de cambio y que yo era el que tenía que hacer la modificación, toda la vida creí que eran ellos los que tenían que modificarse, siempre creí que yo tenía la razón, y era darme cuenta de que no...(E-2).

Esa comprensión de uno mismo y de la realidad, muy difícilmente se podrá desarrollar sin acompañamiento y sin un programa. En este caso, el acompañamiento lo otorga un Padrino y un grupo; ahí es donde puede estar la diferencia entre vivir en la oscuridad o poder ver la luz. Sin embargo, mientras este conocimiento se logra, los Ahijados aprenden a trabajar con sus emociones, a estar alertas de lo que sucede en su interior, pero sobre todo en su cabeza; es un proceso que requiere de constancia, práctica y mucha disciplina.

El autoconocimiento que se consolida con los postulados de amor y fe mueven y rigen de algún modo a los grupos y al programa de AA, están intrínsecamente relacionados y pueden influirse mutuamente de manera significativa, cultivar una comprensión profunda de nosotros mismos pueden enriquecer nuestras relaciones y nuestra conexión con lo trascendente, mientras que el amor y la fe pueden servir como fuentes de crecimiento personal y espiritual; razón por la cual son de las bases más fuertes de la práctica. Las luces que se detectan son “el medicamento” que el cuerpo y el espíritu necesita para sobreponerse al dolor y el sufrimiento, de ahí emerge el poder interno, y el escudo protector que defiende del entorno. Aprender a detenerse, es una tarea muy difícil de llevar a cabo. Si se logra parar la mente, los juicios y guardar silencio interno, se tiene la oportunidad de ver esos destellos de conocimiento personal que serán la luz para continuar. Aquietarse y estar en silencio ayuda a escucharse, vuelven al origen a lo que da fuerza. En nuestra siguiente subcategoría nombrada: Volver al origen (lo que verdaderamente empodera y mantiene) hablaremos un poco al respecto.

## **Volver al origen (Lo que verdaderamente empodera y mantiene)**

En la práctica del programa se aprende a vivir de otra manera, se enseña a ir despacio, a saber que no se tiene el control de lo que sucede en su entorno y en los demás, no depende de ellos; que las cosas son como son, que solo aceptando la existencia de un poder superior se puede obtener la libertad; que el amor y el servicio puesto en práctica logran el cambio, dan poder, fortalecen, dan la oportunidad de cambiar la propia vida y ver al mundo con más claridad, de recibirlo de manera distinta. El programa ayuda a interiorizar, transformar, regresa al origen, a la esencia. Melloni (2021) menciona: "Hay que estar atentos tanto al movimiento hacia afuera, hacia la vida del entorno, como hacia dentro, hacia la fuente, hacia nuestra naturaleza esencial" (p.54).

Estar atento a los mensajes internos, puede ser la diferencia entre la vida o la muerte de un ser humano, ver a un poder superior en todo y en todos y practicar los principios espirituales del programa, ayudan a mantener una sobriedad emocional. Ópalo lo describe así:

y me doy cuenta como vivo, vivo vacío, vivo sintiéndome mal, sin llenadera, entonces me doy cuenta la importancia que tiene yo estar bien con un poder superior, porque un poder superior es el que se manifiesta en todas las personas que me rodean, en todas las sugerencias que mi Padrino me da, o sea en todo, prácticamente en todo lo que yo hago, entonces yo me he dado cuenta de que si yo no estoy bien espiritualmente me cuesta mucho trabajo, así como hacer lo que tengo que hacer...(E-1).

Es necesario otorgar peso al proceso y trabajo espiritual que se realiza dentro del programa, el cual se basa en ciertos principios para fortalecer internamente a una

persona, sobre todo a una persona vulnerable, que necesita de esa clase de amor que solo se puede sentir y vivir desde esa fuente, Agrest (2013) lo expresa así:

No se trata de un programa religioso, sin embargo, el ingrediente esencial para que se produzca el despegue de AA hacia una vida de total plenitud es un restallante despertar espiritual ...La transmisión de experiencia y ayuda de los compañeros es fundamental, pero no suficiente (p.3).

Hemos compartido en anteriores categorías la importancia de la experiencia relacional entre Padrino y ahijado en el programa, en adición, la práctica de principios espirituales refuerza y mantiene sólido el puente. Por otro lado, en la vida cotidiana, en lo ordinario, esta práctica se vuelve un estilo de estar el mundo, que mantiene una vida más llevadera y serena, se empieza a tener una relación con la comunidad, pero sobre todo a ver por otros más allá de sí mismos. Diamante lo vive así: “probablemente era esa inteligencia superior que nos dirige que me estaba abriendo la puerta para que yo tomara la oportunidad, entonces, practiqué lo que nunca había practicado, preocuparme por el bienestar de otros que no conocía...” (E-1).

Los principios espirituales que se practican en el programa con la guía del Padrino es un medio para poder volver a confiar y tener fe en un poder superior, sea cual sea la creencia que tenga el Ahijado. Estos principios fundamentales universales, llevándolos en el día a día, les regresa la fe y la esperanza de que hay una nueva oportunidad para reintegrarse a la sociedad, a su vida, pero, sobre todo, a vivir sin miedos. Lafarga (2013) describe la espiritualidad de la siguiente manera:

Mi hipótesis es que la espiritualidad es el sistema de creencias de una persona, de un grupo, de una cultura y de una sociedad. Es el sustrato incuestionable no sólo del comportamiento humano, sino también de la

misma ciencia y de la filosofía. Está en la motivación última de cualquier forma de actividad humana, constituida por significados, intuiciones, sentimientos, aprendizajes y razonamientos y es difícilmente variable y modificable. Es fuente de seguridad interna para la persona frente a las preguntas que plantea la existencia consciente (p.224).

El trabajo que un ahijado debe realizar todos los días y no olvidar es cuidarse, hacer las cosas de distinta manera, es decir, cambiar patrones de conducta, pensar antes de actuar, cuidar lo que se dice, pero sobre todo, verse a sí mismo y dejar de estar pendiente del resto del mundo; dejar de actuar como siempre lo ha hecho, reconocer los hábitos poco beneficiosos y a través del Padrino ir trabajando en mejores acciones de autocuidado, dejarse guiar, cambiar la forma de vivir, practicando cosas distintas. Diamante comparte: “porque para que tú puedas vivir en paz contigo requieres de tomar una serie de acciones que van en contra de lo que tú por años has practicado, y abandonar prácticas...” (E-2).

Abandonar prácticas que los han llevado por mucho tiempo a autodestruirse, a no cuidarse; la praxis de estos principios espirituales les devuelve un nuevo sentido de sí mismos y de todo lo que les rodea, voltear al pasado y reconocer los cambios logrados; Diamante lo dice así:

Pues reconozco que ha valido la pena el esfuerzo que ha hecho mi Padrino conmigo, reconozco que sin esta comunidad yo no estaría vivo; reconozco también que también he puesto algo de mi parte, y reconozco que lo que pasó en mi niñez y en mi adolescencia y en mi juventud que me llevaron a destruirme, pues hoy lo puedo ver como una bendición, porque hay quienes nunca llegan a tener este despertar espiritual (E2).

Reconectar con la esencia de uno mismo, a lo que verdaderamente empodera, a lo que da vida, y que permite afrontar todo aquello que se presenta, haciendo las cosas

con calma; detenerse antes de actuar; discernir para seguir avanzando y tomar las mejores decisiones; todo esto lo ofrece la práctica diaria del programa y una conexión con un poder superior. Ver aquello que pocos aprecian y percibir la presencia de un poder superior en sus vidas y llenarse de esa magia de la que los Padrinos y Madrinas han hecho referencia, a ese milagro que se puede observar a partir de la transformación de una persona que aparentemente no tenían posibilidades de cambio y que ahora tiene sobriedad emocional. Melloni (2010) escribió:

Tomar conciencia de que en él “nos movemos, somos y existimos” ... y allí vamos viniendo, a la inalcanzable profundidad de nuestra propia cercanía. Allí es aquí y ahora. Pero necesitamos a los profetas y al Maestro para que nos lo desvelen. Necesitamos ir tras ellos para que nos digan que volvemos a la casa del Ser que está en nuestro ser. Para ello hemos de aprender a ver, y también a escuchar, e interpretar visiones y sonidos (p.21-22).

La espiritualidad dentro del programa de AA es fundamental. Llevarla a la práctica imprescindible; encontrar ese espacio de quietud donde poder sentirse seguro no tiene precio, donde se puede ser honesto, principalmente consigo; ese lugar que se puede tener al ser parte de un grupo, de una comunidad, pero, sobre todo, tenerla dentro de sí.

Contactar con un poder superior en los momentos más difíciles de la vida, refuerza su existencia y su gracia, en la siguiente subcategoría se describe la importancia de esa presencia en el programa, un Poder Superior y el significado de rendirse ante él y poner en sus manos aquello que los rebasa.

## **Poder superior y rendición**

Durante el programa, dentro de los 12 pasos, el segundo es “la esperanza”, reconocer la existencia de un Poder Superior. Cuando se logra aceptar que ya no se puede más, que el dolor va más allá de las propias fuerzas, una vez que se ha tocado fondo y no hay más camino, es entonces cuando se está dispuesto a la rendición: “dejar de defenderse, soltarse y entregarse” (Melloni, 2021, p57).

Cuando hablamos de rendición significa entregar aquello de lo que no se es capaz de resolver, cuando el dolor es tan profundo que no se alcanza a ver posibilidad para salir de ahí, cuando se encuentra frágil y vulnerable; es ahí cuando se reconoce la necesidad de un poder mayor; un ser superior en donde descansar y colocar ahí todo eso que se desborda. La fe en la existencia de esa figura y las respuestas que se obtienen al entregarse y “soltar” (aceptar lo irremediable), es lo que para el ahijado se vuelve difícil de nombrar, o inclusive de entender, pero es real y así lo vive; Obsidiana cuando habla de su propia vivencia menciona:

Y en esa ocasión yo sí fui muy enérgica, en esa visita que tuve en ese lugar, y yo sí le dije a Dios, a ese Dios, al de ese momento: o me ayudas o me matas, yo ya no puedo más con esta vida, ya no puedo más, no puedo, y de veras no podía, o sea, la forma en como yo vivía y como yo me sentía, ya no podía (E-1).

La necesidad de consuelo al dolor vivido promueve un acercamiento con la parte espiritual, con un Poder Superior que sostiene; la rendición es de algún modo, estar dispuesto por el momento, a que un poder superior se haga cargo de la persona, es decir, que confíe en él, porque sabe que por hoy no puede. El dolor es ciego, pero soltar libera y se abren posibilidades. En Melloni (2021) lo menciona: ``Mientras

no hay rendición no hay más que repetición de lo que somos y sabemos. Cuando se da la rendición, entonces es posible la revelación (p.67).

Los ahijados se enfrentan entonces, a un dolor distinto a ese que no tiene que ver con lo exterior, interiormente están “quebrados”. La oración y la meditación son prácticas que conectan a los ahijados con un Poder Superior, son el medio para tener un poco de claridad en situaciones de conflicto interno y una forma de rendición. Obsidiana comenta:

Así en el peor de los escenarios si no hay nadie, nadie, nadie, nadie, hacer oración, hacer oración, esa es otra cosa que a mí me han enseñado, intentar hablar con Dios en el momento de ofuscación, llorar, gritar, no sé, en el cuarto sola y hablar con Dios como tú lo percibas y le digas lo que tú quieras, y eso calma... (E-2)

El Padrino ayuda al ahijado a conectar con un Poder Superior, es el vínculo, ayuda a “regresar al camino”. También es un brazo fuerte que sostiene y que lleva de la mano ese proceso doloroso de reconocimiento personal. Las caídas del ahijado serán duras, pero suelen ser necesarias para el aprendizaje, estar dispuesto a soltar aquello de lo que no se tiene control. La rendición será necesaria para ser libre de la “prisión interior”. De acuerdo con Melloni (2021): “La rendición permite que uno sea pasaje de algo mayor que uno mismo y reciba la gracia de esa ráfaga que nos excede” (p.68). Salir de sí mismo, del egoísmo, y al mismo tiempo regresar al interior para sanar. Diamante habla del papel que tiene el Padrino en esta conexión:

El recién llegado confía en una persona y lo idealiza, y toda su confianza y su fe está puesta en esa persona, pero lo que no alcanza a ver es que detrás de esa persona está un Poder Superior, pero que algún día esa persona tiene que agarrar de la mano al recién llegado y darle, darle la mano y conectarla con ese poder superior para que pueda volver a tener fe si la perdió, o tener fe si nunca la ha tenido, y que sepa que el Padrino solamente ha sido el



intermediario. (E-2)

En el programa, “soltar aquello que ata” es entregar. Cada paso trabajado de los 12 que abarca la lista, implica rendirse, reconocer y muchas veces quedarse callado; guardar silencio cuando el ego habla; cuando lo que se va a decir hace más daño que bien. Lo más importante es guardar silencio para cuidarse, porque cada palabra dicha regresa en forma de culpa y arrepentimiento. Melloni vuelve a recordar la importancia de esta práctica: “Silenciarse es adentrarse en la realidad de un modo desarmado e inocente para disponerse a ver y a escuchar” (p.30).

La importancia de escuchar, silenciarse para crear vínculo con los otros, y por respeto a ellos; silenciarse para explorar en el interior y escucharse; sobre todo, recibir la respuesta de aquello que se implora al rendirse ante el Poder Superior. En el acompañamiento y la práctica, el Padrino otorga al Ahijado un elemento muy importante, que sin él no se podría dar nada, de lo que se ha venido hablando en este trabajo: amor; en la siguiente subcategoría abordamos este tema.

## **Amor**

La aceptación incondicional y la entrega de un Padrino para el ahijado, así como el acompañamiento, es la mejor ayuda que se puede ofrecer a otro igual. “Acompañarlo en su proceso de desilusión” (Dors, p.2012, p.69) es el amor puesto en práctica. Es importante mencionar el tema del amor cuando se habla de la entrega de todo lo que se es a otro ser humano igual de vulnerable, para abrir el corazón y expresar lo que ahí alberga, lo que duele y lo que no se ha comprendido. El facilitador que en este caso es el Padrino entregará a su ahijado parte de su tiempo, su escucha de una manera profunda. Barceló (2012) lo describe así:

Esta actitud es de amor profundo y generoso, una actitud altruista que se muestra independientemente del hecho que exista correspondencia efectiva, significa penetrar activamente en el interior de la otra persona y sorprenderse

por la maravilla que contiene el otro para poder iniciar una senda de conexión y encuentro (p.137).

Es indispensable lograr un vínculo muy fuerte; una certeza de que esa persona (el Padrino) acepta, entiende, no juzga y mucho menos tendrá el corazón para lastimar al ahijado. Todo eso puede ser posible gracias al amor, un amor incondicional, por el solo hecho de ser y de existir, incluso sin tener un previo conocimiento de esa persona, un amor de ágape. En Fratelli Tutti (2020) dice: ``La altura espiritual de una vida humana está marcada por el amor, que es el criterio para la decisión definitiva sobre la valoración positiva o negativa de una vida humana” (p.683).

Este amor tiene que ver con la aceptación desde el corazón de la persona en la condición que esté. Poner en pausa las propias creencias para escuchar al ahijado, tiene lugar debido al amor que le manifiesta el Padrino, por esa confianza que los ahijados depositan y que es importante conservar. Obsidiana hace referencia a estas pausas:

Y, sin embargo, es más el hecho de que yo detenga mis juicios a pesar de tener argumentos, proviene de ese acto de amor de confiar en mí a pesar de mí ¿sabes?; porque si él a carta abierta me enseña quién es y no se oculta, quiere decir que confía en mí, entonces no me puedo permitir traicionar esa clase de confianza. (E.1)

El amor del Padrino le otorga al ahijado la oportunidad de creer en otro ser humano y de tener posibilidades de cambio, una llamada al Padrino por parte de su Ahijado puede salvarle la vida, puede otorgarle palabras de aliento y le permite a su vez escucharlo. Vaciando el dolor del corazón, el ahijado da ese respiro para poder seguir. Los lazos que se crean y lo que se comparte es sostenido por el amor.

Para ayudar a otro ser humano en el fortalecimiento de todas sus habilidades, el facilitador tiene que contar con tres actitudes básicas de las que habla Carl Rogers una de ellas es la aceptación incondicional, la cual consiste en crear un ambiente carente de evaluación externa, es decir que la persona se sienta libre de juicio (Rogers, 1993).

Estas actitudes a las que Rogers hace referencia tienen un profundo sentido para quienes lo han experimentado; pero sobre todo para quienes han podido recibir ese espacio y lo que ahí se logra, más allá de la práctica profesional, el Padrino está ahí para el ahijado, para regresar lo que él recibió, ese regalo que no tiene precio y que en su momento rescató a un ser humano de la incomprensión y del sufrimiento. Rogers a su vez menciona seis condiciones para que pueda suceder el proceso del cambio en una persona, en la relación Padrino-ahijado se dan claramente: la primera condición es que dos personas estén en contacto, en la práctica del apadrinamiento son: Padrino y ahijado; segunda condición: una de ellas en estado de vulnerabilidad (el ahijado) que es un ser humano con mucha necesidad de ser escuchado. Tercera condición, un facilitador (el Padrino), que sea congruente, que muestre una consideración positiva incondicional como cuarta condición y una profunda comprensión empática hacia el marco de referencia, en este caso del ahijado, ahí la quinta, y por supuesto y como sexta condición, que todo lo anterior lo pueda percibir el cliente (ahijado) (Rogers, 1993). Es indiscutible que en esta relación de ayuda se dan las condiciones necesarias para llevar a cabo la posibilidad de cambio.

Cuando se ha logrado la conexión y el Ahijado se siente comprendido se despierta una profunda necesidad de regresar lo recibido; para ello, se debe trabajar en la propia persona, fortalecer el espíritu y se da en ambas partes Padrino-Ahijado. Jade lo comenta:

Pero también me queda claro que nadie puede dar lo que no tiene, entonces, para darle a alguien, tienes que llenar primero tu recipiente espiritual; pero también ellos contribuyen a llenar ese recipiente espiritual ¿no?, cuando ves que salen de una depresión, cuando logran hacer algo, cuando empiezan a resarcir los daños con ellos mismos, con la familia...(E-1).

El apoyo otorgado al ahijado se ve reflejado en los cambios positivos que se logran aplicándolo paso a paso en la vida diaria, esos escalones ascendidos son fáciles de percibir por aquellos que le rodean, son acciones y reacciones diferentes a lo que los otros conocen. En la práctica del apadrinamiento, también es importante cuidar la intención, es decir, la verdadera razón por la que se actúa. Regresar al otro el amor recibido es poder completar el ciclo. Diamante en su experiencia comparte:

El purificar la intención es: si yo acepto ser Padrino de alguien, debe de estar por encima de todo purificada la intención de dar esa experiencia y ese regalo que a mí me hicieron, porque si yo no tengo a quién dárselo, entonces está incompleto el procedimiento del amor, el otro ¿cómo lo va a recibir?

Amar a otro ser humano se demuestra con acciones, la presencia de un Poder Superior se siente y se comparte a través del amor que se percibe en el intercambio de experiencias y vivencias, en estar el uno para el otro, en guiar al ahijado, comprendiéndolo, otorgando palabras de aliento. Estas sensaciones y demostraciones de amor no son fáciles de poner en palabras, el amor es un ingrediente como la sal, no se ve cuando se utiliza al preparar un platillo, pero por el sabor se sabe que tiene suficiente de ella o que es necesario ponerle un poquito más. Quarzo habla de esto:

Es algo bien raro, es que es algo raro, porque, no sé cómo explicártelo... silencio ... ahí está la magia pues, o sea, está en el sentimiento, está en, cuando tú eres Padrino y cuando das lo que se te dio, no tienes nada, pero es lo que se siente... (E-2).

Hay otras maneras de llamarle al amor, en los facilitadores que logran poner en práctica sus conocimientos acompañando, debe estar presente este ingrediente, se traduce en empatía, comprensión, aceptación. Entender el sufrimiento del otro o al menos validar lo que el otro está sintiendo. A veces hay que encontrar sinónimos a la palabra amor, Larios (2010) escribió:

La empatía nace de los cuidados físicos acompañados de los cuidados psicológicos recibidos por los que proporcionan el tierno cuidado y se desarrolla hasta convertirse en el cuidado de uno mismo y eventualmente, en la capacidad de cuidar a otros. Se trata de un sentimiento de interesarse uno lo suficiente por otras personas en las esferas íntimas o públicas como para relacionarse con ellos de manera que manifiestan el cuidado y la cooperación.» (p.94-95).

El amor puesto en práctica construye eslabones duraderos, los actos de amor se vuelven lazos de supervivencia que pueden ser posibles gracias al grupo, al programa y a los Padrinos que acompañan, al interés real por otro ser humano. Se puede fortalecer una parte importante de esa dimensión del ser humano que es la trascendencia en la espiritualidad. Obsidiana comparte la importancia de estos lazos y de lo que ha logrado en ella:

Es que, si volvemos hacia el punto de partida en el que nadie puede dar lo que no tiene, todos este Inter desarrollo que tengo con la gente dentro de un grupo, en una agrupación, practicando un apadrinamiento y desarrollándome con gente, no puedo hablar de actos de amor, estoy hablando de actos de supervivencia, a los que me he mantenido por la gracia de un poder superior, no gracias a mí, ha sido Dios a través de los que me sostienen a flote (E-2).

El amor recibido se agradece en la forma que el programa sugiere, el Padrino fue un ahijado, de hecho, sigue siéndolo; él sabe que se puede salir del sufrimiento,

conoce lo que logra el programa y hay una necesidad profunda de replicarlo a otro ser humano con las mismas necesidades que él tuvo en su momento y que aún se le presentan. Una forma muy poderosa que se tiene de agradecer es a través del servicio. En la subcategoría siguiente hablamos de la importancia que tiene esta práctica.

## **Servicio**

El servicio es otra práctica para la recuperación. Cada persona tiene dones, habilidades y capacidades, estar dispuestos a entregarse al otro, en lo sutil, en lo más simple, ser humilde y aprender a desprenderse del ego; servir como agradecimiento a lo otorgado, al regresarle a otro ser humano la esperanza de una vida mejor. Poner en práctica el servicio requiere de un “acallamiento”, de prácticas simples pero de un aprendizaje profundo. El ego es el mayor de los retos; cuando se es capaz de reconocerlo y parar, se pueden abrir muchas posibilidades de conexión con un Poder Superior en lo profundo del propio ser y a través de otro ser humano. Melloni (2021) menciona: “Cuando conseguimos acallar ese pequeño yo, se agranda el espacio interior” (p.33). Ópalo describe la importancia que tiene esta práctica:

Creo que una parte muy importante de agarrar la espiritualidad es ir en contra de mis deseos personales, cuando yo he podido ir en contra de mis deseos personales de que no ando haciendo lo que yo quiero allá afuera, que pongo prioridad a otras gentes que no son mi vida, ni mis necesidades, como la gente que está internada, como preocuparme por lo que necesitan, lo que les hace falta, por mi servicio, eso es lo que me hace llenarme de espiritualidad, el estar este olvido de mí, olvidado de mí y a la vez no, olvidado de mi egoísmo y esté presenciando más bien las circunstancias que me van a ayudar a alimentar mi espiritualidad (E-1).

El servicio se practica compartiendo, se ofrece conocimiento, herramientas que una vez ayudaron a un Padrino y que ahora recibirá el ahijado. Apartar el ego que hace sentir poderoso o todo lo contrario, es el principal reto; compartir esa consciencia que da bienestar es otra forma de amor. A partir de la práctica del servicio se llena el vacío espiritual, hay un para qué, un propósito en la vida que alimenta la propia, una sensación de encontrar un lugar en la vida donde se pueden colocar los dones recibidos. La mejor forma de agradecimiento es dar a los demás. Diamante en su experiencia comparte:

Sí claro, nadie nadie que tenga algo de sobriedad emocional quiere que resurja el ego nadie, entonces pues la vida me va llevando y las cosas que he vivido con gente mucho amor fuera de la comunidad, he llegado a conocer gente así con un amor incondicional pues nos han compartido sus habilidades, o sea no te enrolles con el ego...(E1).

Obsidiana lo menciona: “Lo digo y lo repito y lo voy a repetir siempre, no es por jactarme, pero si algo me dio Dios se lo quiero poner a su servicio, ¿si sabes?” (E-1).

Entregarse y ponerse al servicio de los demás es una práctica para tener serenidad. Realizar esta disposición desinteresadamente, solo por compartir, permite al ahijado ser útil, suficiente y mantiene el corazón nutrido. El Padrino transmite por medio del programa y de su propio servicio esa enseñanza. Esta práctica continúa mediante el ejemplo; el “barril del ahijado debe ser llenado de agua para poder llenar otras vasijas”, no es posible compartir aquello que no se recibe. Obsidiana en su práctica lo manifiesta así:

Debemos de cuidarnos y debemos de mantener la fraternidad y generar la red de la unidad para así poder transmitirlo a los demás, porque si yo no se los doy a los demás, pues los demás no lo van a dar, a final de cuentas lo

que importa es qué les estoy echando yo a su depósito ¿no? (E-2).

Los Ahijados viven un profundo sufrimiento debido a sus experiencias, al encontrar el espacio de entendimiento, consuelo y tener la oportunidad de devolver eso que él recibió, es difícil encontrar en otros espacios. El servicio es la práctica que apoya el programa de 12 pasos, mismos que están para ayudar a quién lo necesite. Frankl (2015) escribió:

No hay nada en el mundo que sea capaz de consolar a una persona de las fatigas internas o las dificultades externas como el tener conocimiento de un deber específico, de un sentido muy concreto, no en el conjunto de su vida, sino aquí y ahora, en la situación concreta que se encuentra (p.461).

El servicio se puede ofrecer en lo cotidiano, en una práctica específica, a gran escala o en los detalles pequeños, siempre en la solidaridad para el hermano; del Padrino al ahijado, en la valiosa práctica de la escucha; cuando se está desconsolado, puede ser “alimento” interior. Se aprende del servicio; se dona el propio tiempo que es tesoro para quien lo recibe. Implica alejar la lupa de sí mismo y ponerla fuera. En los grupos el servicio empieza por lo que parece algo simple, servir un café y ofrecerlo con amor. En Fratelli Tutti (2020) se habla del profundo significado que tiene esta práctica:

El servicio siempre mira el rostro del hermano, toca su carne, siente su “proximidad” y hasta en algunos casos la “padece” y busca la promoción del hermano. Por eso nunca el servicio es ideológico, ya que no se sirve a ideas, sino que se sirve a personas (p.835).

La práctica del servicio, el amor, reconocer la existencia de un Poder Superior y la rendición crean el eslabón que podrá sostener al Ahijado; es una serie de eslabones que más que encadenar son un soporte firme, sólido que rescatan del abismo donde



un ser humano vulnerable se encuentra; eslabones que sujetos a un noray sólido lograrán mantenerse fijos, seguros, y a salvo.

## Capítulo 6 Conclusiones

En las siguientes líneas se expresan las conclusiones a las que se llega en este proyecto de investigación, el cual tuvo como objetivo describir la relación del Padrino con sus ahijados que asisten a grupos de autoayuda donde se implementa el programa de AA y la manera en que contribuye al proceso de recuperación de los ahijados.

En principio, es necesario apuntar que se cumplió con este objetivo. La investigación realizada, las categorías y subcategorías presentadas y el trabajo en sí, se sustentan tan solo como una pincelada de lo que realmente representan, se abordaron brevemente para dar cuenta de los resultados del programa de AA donde la recuperación se logra a partir de la relación Padrino-ahijado donde resalta la congruencia y la honestidad como parte del proceso de recuperación y del fortalecimiento del vínculo entre ambos.

Del mismo modo, los Padrinos y Madrinas que acompañan a sus Ahijados han integrado en su propia vida las prácticas fundamentales del Apadrinamiento formal, la asistencia continua al grupo y el servicio. A través de estas herramientas, y en el marco del programa de 12 pasos de AA, ofrecen un acompañamiento que, en muchos aspectos, es comparable al Enfoque Centrado en la Persona. Su labor no solo empodera al ahijado, sino que le brinda esperanza de una vida mejor, basada en las experiencias y aprendizajes que los propios Padrinos y Madrinas han atravesado en su proceso de recuperación.

El Programa, la labor del Padrino y el grupo fortalecen a un ser humano vulnerable. Con este proceso, una persona puede ser recuperada física, mental y espiritualmente. No todo está perdido para una persona adicta o un alcohólico en recuperación, el apadrinamiento y el programa, hacen la diferencia de una mejor forma de caminar por el mundo.

Se constata que el apadrinamiento es un proceso relacional que coincide con las condiciones del cambio establecidas por Rogers. Está la posibilidad de recuperación a partir de la relación, de ahí podemos entender cómo se generan procesos de recuperación en adictos en rehabilitación, la presencia del Padrino para su ahijado a partir del “lenguaje del corazón” (como ellos lo llaman), logra un cambio de la rutina del día, y en el nivel de comprensión del adicto.

Padrinos y ahijados son seres humanos vulnerables, con historias de mucho sufrimiento, infancias dolorosas, muchas veces sin una estructura familiar sólida que le otorgará a un ser humano indefenso herramientas que le darán seguridad y pertenencia; fueron niños desprotegidos que no merecían esa vida y que los llevó a perderse en aquello que les ofrecía alivio, rotos por dentro intentando mantenerse de pie; para un Padrino, este camino andado será luz para otro ser humano en las mismas condiciones que él.

El Padrino es la figura que representa para el ahijado un guía, un maestro, amigo y compañero de camino, una voz que comparte, la experiencia que dará una posibilidad de recuperación, que relaciona, que permite darle al ahijado serenidad en momentos de caos, es una mano que sostiene. Así mismo, el Padrino es un ser humano frágil, vulnerable, quién cuida sus acciones, sus palabras y que tiene una responsabilidad en sus manos de otro ser humano y la apuesta es enorme.

El ahijado para el Padrino es a su vez un espejo, la recuperación será siempre de ida y vuelta, ambos reciben a partir de la escucha plena, sus propias respuestas que van dando claridad, despejando un poco el camino; para el Padrino acompañar a su ahijado también le otorga un valioso aprendizaje, sus vivencias lo conectan con las suyas, surge la comprensión profunda y ambos trabajan aquello que emerge de la relación, dándole un significado invaluable.

El apadrinamiento formal es el programa de AA llevado a la práctica diaria, es un proceso de transformación. El ahijado traspasa su dolor y renace, tiene la posibilidad de un nuevo estilo de vida, a través de acciones concretas aplicadas a la vida cotidiana. Los doce pasos de AA se han mantenido a lo largo de los años con resultados significativos y reales. Este programa es sólido y va de la mano de principios espirituales que otorgan el desarrollo de la persona en todas sus dimensiones.

Para la práctica del programa y el apadrinamiento se requiere contar con actitud y apertura al diálogo, ser honesto principalmente consigo, para luego compartir la situación al Padrino. La confianza también es fundamental, así como seguir las sugerencias para modificar actitudes ante las situaciones diarias. Al practicar el programa se identifican las cualidades y fragilidades de cada quién, es decir, si el ahijado logra ver quién es, abrazarse y aceptarse entonces será capaz de trabajar en sus áreas de mejora y trascender.

La red de apoyo dentro del grupo de AA es fundamental tanto para Padrinos como para ahijados, es la forma en que logran contenerse, pues se establece una alianza sólida, que ofrece alivio, esperanza y comunidad; nadie está solo nunca más; siempre habrá una mano que pueda sostener la de un ahijado o la de un Padrino, es una cadena con eslabones sólidos, si se llega a “oxidar o romperse uno, habrá oportunidad de soldarse con otro”, de manera simbólica los corazones están unidos, se percibe calidez y comprensión sin juicios; una aceptación incondicional.

La cualidad que es importante implementar en la vida y el programa, es la disciplina en la práctica, tanto de principios espirituales, como en el cambio de actitudes antes las circunstancias de la vida; cada ahijado vive situaciones particulares en su vida, que antes veían como caóticas o sentían como imposibles de sobrellevar; con los doce pasos logran verlas más aceptables, posibles de transformar. Los Padrinos,

tienen conocimiento de sí mismos, lo que les hace posible desprenderse de pensamientos destructivos, de imaginarios creados. Con las herramientas que cuentan son capaces de parar la destrucción y atender las emociones que se presentan.

El Padrino acompaña a encontrar respuestas a los cuestionamientos que se hacen a diario los ahijados, el compartir de sus experiencias pasadas, hay un hueco donde entran preguntas, donde las respuestas son vagas, hay una línea muy delgada en el conocimiento en el verdadero conocimiento, es real lo que viven, pero no del todo; decía Melloni “es mi verdad pero no la verdad”, solo alcanzan a ver lo que conocen y lo que con cada generación se va transmitiendo. El Padrino acompaña a esas preguntas que lo ahijados se hacen porque lo viven cada día, porque confían en el amor que les otorga un poder superior.

Los Padrinos saben que para sanar su historia es preciso apropiarse y responsabilizarse de ella. Cada Padrino durante las entrevistas menciona parte de su historia, su infancia, sabe que para sanar hay que hablar de lo que cada uno vivió y sintió, entonces poder reconocerse retomar y trabajar las heridas, llagas abiertas que les dejó su “desdichada infancia” donde aparecen todos esos sentimientos o donde surgen esos momentos dolorosos de su vida pasada, eso que lo marcó y que dolió tanto que inclusive pudo haberlo borrado; el Padrino acompaña en ese proceso y ayuda a atravesar el dolor, que irónicamente es lo que los ayudará a desarrollarse, a crecer y a transformarse.

Las herramientas otorgadas por el Padrino la escucha activa y el programa, llevan a la recuperación del ahijado, se promueve su consciencia, se ofrecen actividades diarias de disciplina en cambios de actitudes y prácticas espirituales como la meditación, la oración; enseñan a trabajar con las emociones y a conectar con un poder superior que da serenidad, valor y sabiduría para dirigirse ante la vida, el

milagro de poder sentir amor por otro ser humano, que finalmente es lo que sana el cuerpo, la mente y el espíritu.

Los ahijados y Padrinos reconocen la importancia del servicio, salir de sí para ponerse al apoyar a los demás, esto requiere de cierto grado de humildad y de práctica. El servicio es uno de los pilares del programa, no solo beneficia a la comunidad de recuperación, de forma individual encuentran un propósito, conexión y crecimiento personal en su viaje a la sobriedad emocional y la recuperación continua.

La práctica y el acompañamiento que dan los Padrinos a lo ahijados, estar para el otro, la aceptación, la honestidad, recibir al prójimo con sus defectos y virtudes desde un entendimiento profundo que puede tener una persona que ha vivido algo similar al otro, y aún sin haber experimentado algo parecido tener la intención de entender desde su dolor y aceptarlo.

Es muy importante como sociedad aceptar al enfermo emocional, al codependiente, al adicto a situaciones y personas; abrazar y contener el fondo de sufrimiento de cada uno. Ojalá que esta práctica no se limitara solamente en comunidades con ciertas características, sino fuera de ellas, desde nuestra praxis política, en formas concretas en acciones; en estar dispuestos a hacer para el otro, a poner los dones al servicio de los demás, a escuchar y a no ser indiferente ante el propio dolor y el de los demás; esta labor que hacen los Padrinos; es un modo de vivir y da esperanza.

## Referencias

- Abuse, N.I. (2020). Understanding Drug Use and Addiction. Retrieved from NIDA. [1921-understanding-drug-abuse-and-addiction-what-science-says\\_1.pdf \(nih.gov\)](#)
- Ander-Egg, E. (2003). Repensando la investigación acción participativa. México: Grupo Editorial Lumen Hvmanitas.
- A.A. Grapevine, I. (1961). *Apadrinamiento-Amantes de la historia de alcohólicos anónimos* [AA Grapevine y La Viña | Alcoholics Anonymous](#)
- A.A. Grapevine, I. (1991). *Libro azul*
- A.A. Grapevine, I. (2017). *Preguntas y respuestas sobre el apadrinamiento*. New York [Preguntas y Respuestas Sobre el Apadrinamiento | Alcoholics Anonymous \(aa.org\)](#)
- A.A. Grapevine, I. (1970). *Los doce pasos*. México, D.F: Central Mexicana de Servicios Generales de Alcohólicos Anónimos, AC. [Los Doce Pasos | Alcoholics Anonymous \(aa.org\)](#)
- Agrest, M. (2013). *La ayuda entre pares en AA. Reportaje a Raúl, participante de AA por 30 años*. Argentina. Universidad de Favarolo
- Aguilera Ceja, X., Morales Lizardi, M. C., & Roensch Cervantes, M. (2004). *La Familia durante el proceso inicial de Rehabilitación de uno de sus miembros con problemas de adicción: Análisis de dos casos desde el Enfoque Sistémico estructural*. Tesis profesional para obtener grado de Licenciado en Psicología. Tlaquepaque, Jalisco: ITESO
- Barceló, T. (2012). *Las actitudes básicas Rogerianas en la entrevista de relación de ayuda*. Miscelánea Comillas, vol.70 núm.136.
- Brazier, D. (1997). *La condición necesaria es el amor: más allá del self en el Enfoque Centrado en la personal*. Bilbao, España: Desclée de Brouwer.

- Cabarrús, S. C. (2003). *Ser Persona en Plenitud*. Guatemala CA: Universidad Rafael Landívar.
- Cambron, J. (2007). *Aportaciones de la psicoterapia gestalt al modelo de apadrinamiento en alcohólicos anónimos*. Instituto Humanista de Psicoterapia gestalt, México.
- Convención Internacional | Alcoholics Anonymous (aa.org)
- D'ors, P. (2012). *Biografía del Silencio*. Madrid: Editorial Siruela.
- Egan, G. (1987). *El Orientador Experto. Un modelo para la ayuda sistemática y la relación interpersonal*. México, D.F.: Grupo Editorial Iberoamérica.
- Flores, M. Gómez, N. Pérez, M. & Arce, C. (2020). *Soy adicto, soy adicta, dicen que soy hipersensible*. Guadalajara, Jalisco: IXITIA Editorial.
- Francisco (2020). *Carta Encíclica. Fratelli Tutti. Sobre la fraternidad y la amistad social*. Vaticano. Buena Prensa
- Frankl, V. (1991). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona editorial: Herder
- Frankl, V. (2015). *En el principio era el sentido. Reflexiones en torno al ser humano*. Barcelona: Editorial Paidós.
- Fuster, D. (2018). *Investigación cualitativa: Método fenomenológico hermenéutico*. Lima, Perú. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7889-2243>
- García-Herrera, J. R. (2019). *Análisis de los vínculos afectivos en personas con adicción, desde una perspectiva fenomenológica*. Trabajo de obtención de grado, Maestría en Psicoterapia. Tlaquepaque, Jalisco: ITESO.
- Gómez, N. & Cervantes, S. (coord) (2015). *Agente y lazos sociales; la experiencia de volverse comunidad. La solidaridad. Matices de Vinculación*. Guadalajara, Jalisco: Iteso



- Gómez-Gómez, N. & Alatorre-Rodriguez, F.J. (2014). *La intervención socioeducativa. Cuando se juega en la cancha del otro*. Sinéctica, núm.43 Guadalajara, Jalisco: ITESO
- González, D. (2002). *Elaboración de aprendizajes significativos a partir del procesamiento de la vivencia en experiencias estructuradas*. Guadalajara, Jal. CEHUS
- González, M. (2002). Aspectos éticos en la investigación cualitativa. En *Rev. Iberoamericana de Educación*. (29). 85-103. En: <https://www.redalyc.org/pdf/800/80002905.pdf>
- Heidegger, M. (1927/2024). *Ser y Tiempo*. (Traducción de J. E. Rivera). Philosophia.cl. [https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/ser\\_y\\_tiempo-martin\\_heidegger.pdf](https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/ser_y_tiempo-martin_heidegger.pdf)
- Lafarga, J. (2005). *Mi comprensión del Desarrollo Humano*. Prometo, 45, 7-12.
- Lafarga, J. (agosto de 2010). *¿Qué es el desarrollo Humano en México? Origen y Proyecciones*. DF, México: INIDH.
- Lafarga, J. (2013). *Desarrollo Humano El crecimiento personal*. México, DF.: Trillas.
- Larios, R. y Macías, A. (2010). *Corazón de pérdida... ¿yo?* Guadalajara, Jal.
- Liettaer, G. (1997.). Capítulo 1: *Autenticidad, Congruencia y Transparencia en Brazier, D. (1197) Más allá de Carl Rogers*. PP. 25-42. Bilbao: Desclée de Brower.
- Lorenzo, G. (2012). *'La adicción es una enfermedad física, mental y espiritual'. Concepción de enfermedad y tratamiento de sujetos bajo consumo problemático de cocaína*. *Gazeta de Antropología*, 28 (2): artículo 09 (2012). [\[http://hdl.handle.net/10481/22925\]](http://hdl.handle.net/10481/22925)
- Martín, A. (2013). *La ayuda entre pares en AA. Reportaje a Raúl, participante de AA por 30 años*. Argentina. Universidad de Favaro.

- Melloni, J. (2010). *El cristo interior*. Barcelona: Editorial Herder.
- Melloni, J. (2013). *Sed de ser*. Barcelona: Editorial Herder
- Melloni, J. (2021). *De aquí a Aquí*. Barcelona: Editorial Kairós, SA
- Moreno, S. (2014). *Entrevista fenomenológica: Una propuesta para la investigación en psicología y psicoterapia. Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies, XX (1)*, pp.71-76
- Muñoz, P. (2012). *Una Hipótesis Humanista sobre la Emoción*. México, D.F. Editorial: Proyecto Espiral, A.C.
- Ramírez, G. (2004). *El Acompañamiento Personal y Grupal*. Colegio San Ignacio.
- Rogers, C. (1993). *El proceso de Convertirse en persona*. Mi técnica terapéutica. Buenos Aires: Editorial PAIDOS.
- Rogers, C. (2012). *Terapia, personalidad y relaciones interpersonales* 1era Ed. Buenos Aires: Nueva Visión.
- San Pedro, P. (2006). *El Individuo como agente del cambio: El proceso de empoderamiento*. FRIDE
- Sánchez, A. (2017). *Empoderamiento, liberación y Desarrollo Humano*. Psychosocial Intervention vo.26 no.3. Madrid.
- Sánchez, A. (2023). *Las posibilidades constructivas del poder: Empoderamiento y desarrollo humano*. Revista Cubana De Educación Superior, 38(4 especial). Recuperado a partir de <https://revistas.uh.cu/rces/article/view/2282>
- Sassenfeld, A. & Moncada, L. (2006). *Fenomenología y Psicoterapia humanista-existencia*. 15 (1), pp.91-106. Universidad de Chile
- Serra, J. (2010). *Método en los Ejercicios Espirituales de San Ignacio de Loyola*. México: Buena Prensa
- UNDOC (2023). *Informe mundial sobre las drogas 2023*. Publicación de las Naciones Unidas 2023

- Vasilachis de Ghialdino, I. (2006). Cap. 1 la investigación cualitativa. En Vasilachis de Ghialdino I. (coord.) *Estrategias de investigación cualitativa*. 23-60 Barcenola. Editorial Gedisa.
- Wilson, W. (1995). *El lenguaje del Corazón*. AA Grapevine, Inc. New York
- Yalom, I. (1998). *Psicoterapia existencial y terapia de grupos*. Barcelona. Editorial PAIDOS.
- Zermeño, P. (2007) *La Autoestima y el crecimiento personal en el Centro "amigos del alma" en unión de San Antonio Jalisco. Intervención desde el Enfoque Centrado en la Persona*. Trabajo de obtención de grado, Maestría en Desarrollo Humano. Tlaquepaque, Jalisco: ITESO.
- Zohn, T. y Moreno, S. (2008). *El Sanador Herido*. Mirada revista de espiritualidad y desarrollo humano, 7(26), 5-11

## Anexos

Se incorporan a este documento los anexos correspondientes, los cuales incluyen formatos utilizados durante el desarrollo de la investigación. Estos proporcionan material adicional que respaldan y complementan el análisis presentado en el estudio.

### Diseño para la primera entrevista:

VIVENCIAS DE APADRINAMIENTO	PREGUNAS CONCEPTUALES	HERRAMIENTAS PARA CONTENCIÓN
<p>¿Qué tuvo que pasar en tu vida para que llegaras a un internamiento o a un grupo?</p> <p>¿Qué sientes que perdiste a parte de la salud?</p> <p>¿Cómo viviste tu proceso de rehabilitación?</p> <p>¿Cuál es la historia del apadrinamiento de tú apadrinamiento?</p> <p>¿Cómo veías al inicio a tu Padrino/Madrina?</p> <p>¿Qué sucedió con tu Padrino que no sucedió con tus padres?</p> <p>¿Cuánto tiempo llevas de Madrina?</p>	<p>¿Qué significa tu Padrino/madrina para ti?</p> <p>¿Qué haces para ganarte ser una Madrina?</p> <p>¿Qué es una Madrina?</p> <p>¿A que le llaman Apadrinamiento?</p> <p>¿Qué significado tienen tus ahijados para ti?</p> <p>¿Qué significa la responsabilidad de ser guía y facilitador para otros?</p> <p>¿Qué elementos o circunstancias crees que como Madrina fueron importantes para tu recuperación?</p>	<p>¿Cómo se ha modificado su vida al convertirse en Madrina de un adicto en recuperación?</p> <p>¿Cómo trabajas tus recaídas, qué sientes y qué hace tu Padrino para que te sientas mejor en esos momentos?</p> <p>¿Qué relación tiene el apadrinamiento con trabajar con principios espirituales?</p> <p>¿Más allá del Centro y tus responsabilidades, que tan importantes son tus actividades fuera de la comunidad y cómo complementan tu rehabilitación?</p> <p><b>CIERRE</b></p> <p>¿Algo más que desees compartir?</p> <p>¿Cómo te quedas en este momento?</p>

## Diseño para la segunda entrevista:

Apadrinamiento formal	Trayecto Familiar	Herramientas para contención
<p>¿Qué es ser un Padrino Formal?</p> <p>¿Qué admiras de los Padrinos de mayor tiempo?</p> <p>¿Qué te inspiró de tu Padrino?</p> <p>¿Cómo eres como Padrino?</p> <p>¿Qué tipo de padrino no quisieras ser?</p> <p>¿Cuáles son tus debilidades como Padrino?</p> <p>¿Por qué un Padrino es una necesidad? (A)</p> <p>¿Qué sentiste cuándo te elige tu primer ahijado (A)</p> <p>¿Qué es ser un buen ahijado?</p> <p>¿Cuál es la situación más difícil que has tenido que enfrentar como Padrino?</p> <p>¿Qué hace cuando tienes un problema y no está tu Padrino?</p> <p>¿Cómo te presentas ante tu ahijado?</p> <p>¿Qué es lo que identificas que te sirvió más de todo tu proceso?</p>	<p>¿Cómo te fue con tu mamá o papá?</p> <p>¿Con quién te identificabas más?</p> <p>¿Cómo te sentías en aquel tiempo con respecto a tus padres?</p> <p>¿Cómo sanaste la relación con tus padres a partir de tu proceso de rehabilitación?</p>	<p>¿Cómo cuidas la implicación con tus ahijados?</p> <p>¿Cómo cuidas la sobriedad?</p> <p>¿Por qué hay una necesidad de regresar lo recibido?</p> <p>¿Con qué herramientas cuentas hoy que te han ayudado y puedes ayudar?</p> <p><b>CIERRE</b></p> <p>¿Cómo ves tus logros ahora y qué sientes cuando volteas a verte y recuerdas cómo llegaste?</p> <p>¿Tienes algo más que desees compartirme?</p> <p>¿Cómo te quedas en este momento?</p>

## CONSENTIMIENTO INFORMADO

Fecha: \_\_\_\_\_

Yo \_\_\_\_\_ certifico que he sido informado (a) con claridad y veracidad sobre el objeto y condiciones de la aplicación de las entrevistas en las que estaré participando, las cuales se llevarán a cabo en el lugar y fecha acordada con el entrevistador y tendrán una duración pertinente al contenido e interés de la entrevista.

Estoy de acuerdo en que me audio y video grabe \_\_\_\_\_ con fines académicos, y estoy en el entendido de que el contenido pertenece únicamente al proyecto de investigación: “El desarrollo de la capacidad de agencia y la reconfiguración emocional en adictos en proceso de ‘rehabilitación’. Hacia una propuesta de prevención”, del ITESO, coordinado por la Dra. Elba Noemí Gómez Gómez.

Soy conocedor (a) del derecho que poseo para retirarme u oponerme al ejercicio académico cuando lo estime conveniente y sin necesidad de justificación alguna.

Soy conocedor (a) de que se respetará la buena fe, la confiabilidad y anonimato de la información por mí suministrada, así como también mi seguridad física y psicológica.

Para cualquier aclaración favor de contactar a la Dra. Elba Noemí Gómez Gómez al siguiente correo electrónico:

[ngomez@iteso.mx](mailto:ngomez@iteso.mx)

\_\_\_\_\_  
Participante

\_\_\_\_\_  
Investigador (a)