

Por: Dr. Jaime Ponce Alcocer

Esta edición especial está dedicada a “la familia y las adicciones” porque sabemos que no solo es el elemento básico de la sociedad, sino porque en el caso específico de la prevención y tratamiento de las adicciones, juega un papel esencial.

Sabemos que dentro de ella se origina y desarrolla, todo lo que en un futuro, esta persona, hombre o mujer, compartirá con la sociedad. Podrá ser un ciudadano ejemplar, un excelente profesionalista, un empresario exitoso, pero todo derivado básicamente de lo que haya asimilado en casa, del ejemplo de sus padres y hermanos mayores.

Cuando encontramos dentro de una familia un miembro adicto, ya no podemos aceptar, que es la “oveja negra” de la familia, como se le etiquetaba desde la cultura del miedo, sino ahora, desde la cultura de la confianza, aceptamos que es una manifestación clara de que existe una “enfermedad familiar emocional, con diferentes expresiones, en todos los miembros de la familia.”

Tenemos que aceptar, como lo demuestran los diferentes enfoques psicológicos y sociales, como el sistémico, que se juegan diferentes roles insanos dentro de las familias, en donde tan sólo uno de ellos, es el que juega el adicto.

En el artículo, “la familia y las adicciones” hablamos sobre las funciones básicas de la familia, y al hablar sobre prevención y tratamiento, comentamos de la necesidad de que cada miembro se vea con sinceridad a sí mismo, y cambie lo que tenga que cambiar; no basta que el adicto deje su adicción, sino que cada uno y la familia en su conjunto aprendan a vivir y a relacionarse sanamente.

Recordemos que la codependencia, es un tipo de relación insana que daña mucho a las personas, sobre todo dentro de un sistema familiar, como bien nos lo comenta John Bradshaw: “Todo tipo de pseudo-amor es destructivo; uno de ellos es la codependencia.”

Un factor importante para poder detectar un adicto en la familia, es la “apertura,” para ya no solo dejar la negación, como mecanismo de defensa al no querer aceptar que un miembro de mi familia es adicto, sino sobre todo para aceptar que “yo” dentro del sistema familiar también estoy enfermo emocionalmente y necesito buscar ayuda (Al-Anón).

Muchos familiares de adictos se sienten que están siendo “despedazados” por los sentimientos de culpabilidad y por el autorreproche de los adictos. Esto los ha dejado sin un ápice de estimación propia. Llegan a Al-Anón como personas insignificantes, pero con el deseo de llegar a ser alguien. No se trata de que anden buscando aprobación y alabanza de los demás, sino que necesitan tener la seguridad íntima de que son adecuados y dignos de respeto. Les es preciso saber que tienen derechos como individuos, por mala que sea la situación de su hogar.

Por eso la literatura de Al-Anón les dice: “Me siento aliviado al saber que puedo tener una imagen más clara de mi mismo que la que tenía cuando llegué, y que debo respetarme y apreciarme como persona antes de poder comenzar a crecer espiritualmente.”

Es fundamental el realizar campañas integrales de prevención de adicciones tomando en cuenta a toda la familia, es decir, mandando mensajes no sólo a los hijos, como probables víctimas de la adicción, sino también a los padres para que modifiquen sus patrones insanos de comunicación y busquen a través de un nuevo diálogo, la armonía y la convivencia en paz y serenidad. ^a