

FAMILIA Y ADICCIONES (Ludopatía)
Ángela Carmona Alba
Psicóloga Ajuter

La familia es una parte fundamental en la historia de las adicciones, en su detección, aceptación, orientación, canalización, tratamiento, rehabilitación y mantenimiento de abstinencia.

El ludópata ha perdido el control de su manera de jugar y sufre del caos y desorden producidos por su adicción. Él vive en una trampa de negación de sus sentimientos verdaderos de soledad, vergüenza y culpa. La trampa es un ciclo vicioso de compulsión y negación. Juega compulsivamente para escapar del dolor de su vida y sólo encuentra las consecuencias dolorosas de su manera de jugar. Ahora en su vida, lo que era una solución es un problema. Él depende del juego, pero también depende del codependiente para cuidarlo, para hacerse responsable de él. No existe un adicto sin un codependiente o una serie de codependientes.

La codependencia se caracteriza por un sentido de urgencia por el control de la conducta de otros, especialmente hacia el adicto. Por eso uno de los temas a trabajar en primera instancia es el desprendimiento emocional. Este desprendimiento se hace a través del cambio de formas de pensar, de actuar que vienen con la recuperación. Desprendimiento no es desentendimiento, sino, más bien la vía razonable para enfrentar el problema de la adicción. Nadie que esté enganchado en una dinámica de codependencia puede ayudar a un adicto a recuperarse. La adicción daña las relaciones familiares, haciendo muy difícil la expresión de amor sano.

El desprendimiento emocional habilita al codependiente para poder ejercer y brindar el amor que él siente por el adicto. A la misma vez que le permite establecer límites sanos con claridad y firmeza. Uno de los problemas más serios que enfrenta la familia son las intensas y frecuentes manipulaciones y mentiras que recibe del adicto.

La manipulación consiste en despertar en el interlocutor, (por lo general familiar, un amigo, compañeros de trabajo e incluso el terapeuta),

emociones de protección, lastima o compresión que lo lleven a obtener su deseo de mantenerse en su adicción y así evitar las consecuencias de sus actos sin asumir las responsabilidades que ello implica.

Existen diferentes emociones y afectos que se producen por el adicto, las más comunes son, pena, lastima, dolor, tristeza, rabia, culpa, desconfianza y temor. Otros sentimientos que son comunes en los familiares es confusión, ansiedad, temor al juicio social y familiar, sensación de fracaso como padres, pareja y temor a enfrentar el problema.

Los codependientes primarios son las personas más cercanas al jugador, como esposos o padres. Como codependiente, se siente responsable de todo, hasta del mismo juego patológico de su cercano. Una conducta clásica de la codependencia se ve cuando se justifica las acciones, dando excusas por él a otros, para ocultar o evitar las consecuencias de la ludopatía. Frecuentemente la mujer o el hombre piensa, "si yo fuera mejor esposa, mejor cocinera, mejor ama de casa o mejor madre, él no tendría la necesidad de jugar y seríamos una familia feliz." Se trata de controlarlo a él y a los demás compulsivamente. Así ella muestra su adicción al enfermo y sus problemas. Por pena, ella no comparte su situación, ni sus sentimientos verdaderos de enojo, incapacidad y culpa con casi nadie y se siente aislada. De esta manera la negación del problema familiar continúa.

Podemos ver que la adicción y la codependencia son la misma enfermedad. Ambos, como cualquier proceso de adicción, comparten las mismas características de negación, obsesión, compulsión y pérdida de control. (El codependiente mantiene una ilusión de control, pero su vida es ingobernable).

La recuperación de la familia del adicto es necesaria para poder sanar de manera integral todo el daño producido por la adicción en el sistema familiar. Porque la familia es un sistema, podríamos decir que la familia es como un móvil de los que utilizamos sobre las cunas de los bebés. Tocamos una parte del móvil, y las demás partes se mueven para equilibrarse.[

Es preciso señalar que la familia del adicto se ve afectada seriamente durante todo el periodo en que se fue desarrollando la adicción. Y

generalmente es primero un familiar el que toma conciencia del problema y da los primeros pasos en busca de ayuda.

Al principio el codependiente está tan obsesionado con ayudar al adicto, que necesita apoyo para poder enfocarse en sí mismo y comenzar él un proceso de recuperación. Pronto será evidente para el codependiente, que solo puede ayudar, si él mismo esta en recuperación, puesta esta enfermedad afecta a toda la familia.

La familia debe aprender y generar conductas orientadas a que la responsabilidad de mantener la abstinencia es en primer lugar del adicto y luego de la familia y esta debe mantener una actitud firme ante una recaída, el adicto debe retomar el proceso de rehabilitación.

El amor que la familia debe ejercer es llamado “Amor Duro”, es un afecto que es el más apropiado y útil en las relaciones con una persona que sufre adicción. Como familiares a veces el cariño puede evitar que pongamos límites adecuados para protegernos o para evitar colaborar con la conducta adictiva. Sin embargo el amor de la familia combinado de manera balanceada con la firmeza necesaria para establecer límites saludables, es una herramienta vital en el proceso de rehabilitación.

Los codependientes muchas veces también tienen recaídas, estas vienen porque el ludópata ya está mejor y el codependiente deja de cuidar su recuperación personal. Otras veces viene producto del desánimo que resulta de una recaída del adicto. Una recaída no debe ser interpretada como fracaso total, sino que debemos aprender de ella y retomar el proceso de recuperación lo antes posible.

Como mencionamos anteriormente, la familia es una parte fundamental en la historia de los adictos, en su detección, aceptación, orientación, canalización, tratamiento, rehabilitación y mantenimiento de la abstinencia, y además vital en la disminución o provocación de recaídas, es por lo tanto un elemento clave en la recuperación y proceso de rehabilitación de la ludopatía.