

**Ángela Carmona Alba**  
**Psicóloga**  
**Ajuter**

*“Nunca deje de ir al grupo, ni aún en temporadas que me enojaba con ellos, porque se pasa por distintas etapas que hoy puedo analizar retrospectivamente. Se pasa por momentos donde se ponen excusas, o hay cansancio etc. Pero igual, yo nunca falté. Y le agradezco todo lo que pude cambiar y mejorar; por eso, lo mejor que le podría decir a alguien que está con el mismo problema es que no abandone el grupo.*

*No importa si tiene ganas de ir o no, si se siente bien o mal con lo que le dicen; el grupo es sabio, es muy difícil que el grupo se equivoque, normalmente el que se equivoca es uno y siempre, por más que se esté mal, uno se lleva algo. Ya no es una obligación, ha pasado a formar parte de mi nueva vida. Estoy con mis iguales, me entienden y yo entiendo a muchos. Me hace bien poder transmitir al recién llegado un mensaje de esperanza, que “SE PUEDE” salir de esto”.*

Testimonio de un jugador llamado “Enrique” (Bava, L. 2004)

La terapia grupal ha tenido amplia aceptación en todo tipo de adicciones, por cuanto es conocido el efecto positivo que ejerce este modelo, a través del respeto que genera la figura de quien está superando un problema similar al del nuevo consultante o participante del grupo.

Los participantes al sentir que ayudan a sus pares, se benefician al darse cuenta del significado de sus experiencias, este conocimiento experiencial se incrementa al acumular experiencias de muchas personas que han sufrido dificultades o dolores comunes.

El grupo permite crear un contexto que facilita la comunicación abierta y honesta. Los participantes tienen la oportunidad de aprender sobre sí mismos y entender cómo los demás lo comprenden a él, se crea una interdependencia positiva, dando pie a lealtades difíciles de romper.

La honestidad del trabajo grupal, pasa por la confianza que el grupo genera en el otro, la confianza y lealtad puesta en el grupo, no debe traicionarse nunca, ya que esto producirá un quiebre muy difícil de recuperar.

Los beneficios directos encontrados en estos grupos son:

- Descubrir formas nuevas de relacionarse con los demás
- Aumento de sentimientos de autoeficacia y mejora la autoestima
- Disminuye sentimientos de aislamiento y soledad
- Desarrolla sentido de ser útil cuando se que puede dar ayuda
- Oportunidad de descubrir que no es la única persona que atraviesa por momentos difíciles, esto le da un sentido de seguridad
- Permite nuevas formas de afrontar la vida con el aporte de los otros participantes y terapeuta
- Mejora autoconciencia y promueve el desarrollo y crecimiento personal

Con el grupo, las personas recuperan la esperanza a partir del mensaje que les transmiten sus propios compañeros “si yo pude salir y pude parar, tú también vas a poder”. Lo anterior no sólo genera fe, confianza, sino que trasmite mucha fuerza. Se produce un efecto de mutua ayuda, que se traduce en acciones concretas. Esto es factible a partir de la vivencia de compartir una misma y dolorosa experiencia.

Es indudable el “efecto” que ejerce un par en recuperación; sobre todo al principio del tratamiento. Tiene más fuerza y es escuchado con respeto, aun más que la palabra de un profesional.

Se establece una relación de compromiso con los demás en donde la cohesión, confiabilidad van dando sentido a su rehabilitación y con su propio trabajo de recuperación, en donde se produce un efecto de retroalimentación positiva.

## **AJUTER y su tratamiento terapéutico**

Está centrado en Terapia grupal, enfocada al reencuentro de la persona con ella misma, descubriendo su propia capacidad de desarrollo espiritual, su libertad, su responsabilidad, sus valores y prioridades lográndose una recuperación y rehabilitación, con la finalidad de poder dar un sentido al dolor, motivando a la persona a encontrar su proyecto personal, volver a sentir paz, equilibrio y bienestar personal.

En una primera etapa se trabaja con la necesidad de efectuar cambios de conducta con respecto a la Ludopatía y estilo de vida. Todo se orienta a la abstinencia (no jugar), y un fuerte trabajo con las conductas impulsivas y falta de autocontrol, evitar estímulos y prevención de recaídas. Una fuerte motivación a la permanencia en el grupo y el aporte que este realizará en el proceso.

Con respecto a la prevención de las recaídas, hay que identificar las situaciones de riesgo y tener prevista la conducta que debe seguirse. La recaída debe ser considerada como parte del proceso de curación, y no solo como un fracaso. Ésta se debe reconceptualizar, de tal forma que no lleve a la desesperanza y se pueda analizar como un hecho del cual aprender, y fomentar la capacidad de autocontrol y de aprovechar las estrategias aprendidas.

Luego, viene la toma de conciencia de pensamientos distorsionados, ideas irracionales y percepciones erróneas acerca de la Ludopatía, resistencias, negación, autojuicios negativos, bajas expectativas de autoeficacia, análisis de resolución de problemas que facilitará la toma de decisiones y el auto control.

Un fuerte trabajo con la problemática existencial, como una forma de internalizar todos los cambios que se van produciendo durante la terapia, llegando a un autoconocimiento, reconstrucción de lo que es correcto, de la moral dañada, y del desarrollo de un crecimiento espiritual que favorecerá una búsqueda de un sentido personal de vida.

*“Cuanto más grave es el trastorno de una adicto al juego, más alejado de su desarrollo existencial personal se halla.*

*Cuanto más compromiso tiene con su aficción, menos compromiso tiene consigo mismo, menos responsabilidad tiene de sus actos, más alterados están su valores y más ausencia de sentido espiritual tiene de su vida”. (Bava, L., 2004)*

## Bibliografía

Frankl, V.; *El Hombre en busca del sentido*,. Barcelona, Herder, 1989.

De la Gandara, Fuertes C, Alvarez T.; *Jugar perjudica seriamente la salud*,. Barcelona, Plaza & Janés Editores, 2002.

Bava, L.; *Cuando jugar enferma*,. Buenos Aires, Ediciones Lumiere S.A. 2004.