



Un enfoque sistémico *de las adicciones* en la familia

Las adicciones son un problema que no sólo involucra al adicto, sino que toda la familia se ve afectada por esa situación. Por lo regular, las familias suelen desarrollar codependencias, acerca de las cuales, la Mtra. en Psicoterapia Familiar y profesora investigadora de nuestra Escuela, Gabriela Kanán Cedeño, nos brinda información útil para comprender esta difícil realidad.

Gabriela Kanán Cedeño

El drama de la drogadicción es obvio. Produce violencia, robos, arrestos, intensos picos emocionales, periodos de desesperada ansiedad y muerte por sobredosis. Menos obvia, sin embargo, da como resultado la estabilidad que subyace a estas fluctuaciones, convirtiéndose así en una estabilidad que incluye al adicto y a su familia. Tratándose de fenómenos estables en su previsibilidad, su recurrencia y la función que cumplen para la gente involucrada, en este caso, la familia.

Entendamos así que la familia es el contexto natural para crecer y para recibir auxilio, que en el curso del tiempo ha elaborado pautas de interacción, las cuales a su vez constituyen la estructura familiar y que rige el funcionamiento de los miembros de la familia, que define su gama de conductas y facilita su interacción desde el interior hacia el exterior (Minuchin, 1989). Cualquier familia funcional necesita de una estructura viable para desempeñar sus tareas esenciales, a saber, apoyar la individuación y proporcionar un sentimiento de pertenencia.

Pero, ¿qué sucede cuando una familia no logra desempeñar sus tareas esenciales? De cierta manera, podemos concluir en una disfuncionalidad familiar, la cual puede derivar en una familia con miembros adictos.

Cuando uno o más miembros son adictos activos, la familia es afectada, perturbando su funcionamiento. La dinámica de las relaciones, la comunicación y la conducta de sus miembros, cambian y se hacen disfuncionales, como resultado del proceso adictivo. Los cambios producidos pasan a formar parte del cuadro de la adicción, provocando así codependencia y dando lugar a la conducta adictiva (Collins, R. y Coltrane, 1991).

El sistema familiar recibe de manera frontal el impacto de una adicción, de modo que no existe familia que no muestre signos de disfunción cuando uno de sus miembros se enferma.

También la familia afectada por esta enfermedad, genera como consecuencia, un sistema de conductas que apoyan al desarrollo de la adicción. A esto le llamamos codependencia.

La codependencia es una enfermedad, en la que se generan conceptos como: obsesión, falta de límite, conductas inapropiadas y de rescate, compulsión y control, deseos de cambiar a la persona adicta, dejando de vivir para vivir la vida del otro.

Se define también, como el ciclo de patrones de conducta, y pensamientos disfuncionales, que producen dolor, y que se repiten de manera compulsiva, como respuesta a una relación enferma y alienante, con un adicto activo o en situación de toxicidad relacional.

La codependencia puede ocurrir en cualquier persona que está en contacto con la adicción de otra persona, ya sea un amigo, familiar, compañero, pareja o cliente que sufra de adicción. Además, existen otros desórdenes de conducta y enfermedades que pueden generar codependencia, tales como la esquizofrenia, la violencia, el maltrato y las neurosis (R. Jessor, 1977). Toda persona expuesta a estos desórdenes, puede desarrollar codependencia.

Muchas veces alguien que ha desarrollado codependencia, por crecer en un ambiente disfuncional adictivo, no manifiesta



grandes síntomas hasta que se casa o forma una relación de pareja. Pero si esto no es tratado en algún momento, dicha disfunción la pueden llevar de por vida en sus nuevas relaciones.

Algunos síntomas de la codependencia son:

- ▶ Comunicación cuidadosa, manipuladora
- ▶ Dificultad para establecer y mantener relaciones íntimas sanas
- ▶ Relación sin límites, abusiva, invasiva
- ▶ Congelamiento emocional (negación de sentimientos)
- ▶ Perfeccionismo
- ▶ Relación de victimización
- ▶ Necesidad obsesiva de controlar la conducta de otros (posesivos)
- ▶ Relación de lucha de poder
- ▶ Conductas compulsivas
- ▶ Autoimagen negativa, baja autoestima
- ▶ Dependencia de la aprobación externa
- ▶ Síntomas psicosomáticos
- ▶ Relación de celos e inseguridades
- ▶ Relación inflexible

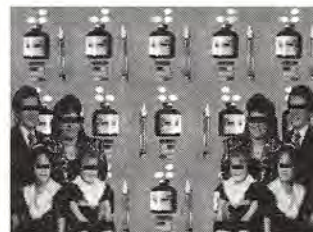
El codependiente sufre todas las características indicadas en todas las relaciones: consigo mismo, con su familia... La comunicación se va haciendo cada vez más disfuncional (Jessor, 1997).

La codependencia se manifiesta a través de patrones de conducta. La comunicación se hace más confusa e indirecta, de modo que es más fácil encubrir y justificar la conducta del adicto. Esta disfunción se va convirtiendo en el estilo de vida familiar (creación de hábitos) y produciendo en muchos casos el aislamiento de la familia de los contactos sociales cotidianos. Las reglas familiares se tornan rígidas, confusas para sus miembros, así como los roles de cada miembro se van distorsionando a lo largo del proceso de avance de la adicción. Todos los miembros de la familia se afectan de este sistema de reglas disfuncionales, y es allí, donde los niños van formando y absorbiendo su carácter codependiente, que puede facilitar el desarrollo de adicciones o de relaciones enfermas en el futuro.

Los roles familiares disfuncionales, tienen un objetivo: el de proveer a la familia de un mecanismo de defensa para disminuir la ansiedad y el temor y dar la sensación de "estar haciendo algo" para resolver el problema de la adicción. Desgraciadamente el resultado final es que la adicción se fortalece y la familia se enferma más aún, estableciéndose un sistema familiar que gira en torno al adicto, formando un equilibrio disfuncional, pero necesario para la preservación de la adicción, (Stanton, M.D. 1990).

Cada uno de los integrantes de la familia asume un rol, que cumple alguna función, a saber, cualquiera de las siguientes (Jessor, 1997):

- ▶ Cuidador
- ▶ Rebelde
- ▶ Rescatador
- ▶ Héroe
- ▶ Recriminador
- ▶ Desentendido
- ▶ Disciplinador



«Familia 1» N.O.V.A.

Todos y cada uno de los familiares realizan estos roles sin la más mínima idea de que están promoviendo el desarrollo de la adicción. Muy por el contrario, están más que convencidos de que están ayudando. Por esto es importante tomar conciencia de la necesidad de cambios en la familia para poder lograr una recuperación de mayor calidad.

En la dinámica sistémica de la adicción, el codependiente queda atrapado en una serie de conductas compulsivas que se repiten, y que le causan dolor, teniendo en cuenta la negación asociada a las consecuencias de la conducta codependiente, se hace difícil para el familiar percibir que su comportamiento es un problema.

El codependiente facilita el avance de la adicción y ésta puede tomar varias formas, tales como:

- ▶ Intento de control
- ▶ Sobreprotección
- ▶ Asumir las responsabilidades del adicto
- ▶ Adaptación y racionalización
- ▶ Colaboración y cooperación
- ▶ Rescate y sumisión

La importancia de tomar conciencia de la codependencia y poder tratarla con profesionales especializados en el tema, ayudaría y cambiaría el funcionamiento de la familia enferma, el sistema de creencias y la organización de roles y funciones por parte de los integrantes; además, se establecerían nuevos patrones de conducta en la dinámica familiar que serán

más adecuados para la recuperación, ya que la rehabilitación de la familia del adicto va de la mano con la del integrante que consume y viceversa.

En la evolución de la familia, si las defensas no las crea ella misma, el o los miembros de ésta carecerán de recursos para enfrentar los problemas. Si tomamos en cuenta que tanto los hijos como los padres, y en sí, todo el sistema familiar en general, necesitan estructuras firmes, sentido de pertenencia, valoración, refuerzo de la autoestima, reglas claras y límites precisos, el no tenerlos tienen efectos negativos, tales como la debilidad de carácter, o su opuesto, la excesiva rigidez, la incoherencia en las reglas, la indecisión, la indiferencia, la sobreprotección obsesiva, la ausencia de valores, y los modelos diluidos o pesimistas.

La familia es el núcleo social donde se forman nuestros ciudadanos. Es el grupo humano donde se transmiten los valores espirituales por medio del ejemplo. Por lo tanto, es sumamente importante que asumamos nuestra responsabilidad como padres, líderes de familia y proveamos a ésta de herramientas que permitan una vida libre de drogas.



«Familia 2»

N.O.V.A.

BIBLIOGRAFÍA

- Stanton, M.D, y cols. (1990). *Terapia familiar del abuso y adicción a las drogas*. Barcelona: Gedisa.
- Minuchin, S. (1989). *Familias y Terapia familiar*. México: Gedisa.
- Jessor, R. (1977). *Family, and Adolescent Drug Use*. Revista Sociological Perspectives, pp. 53-76.
- Collins, R y Coltrane, S. (1991). *Sociology of Marriage and the Family*. Chicago: Nelson-Hall.