

LA FAMILIA COADICTA

Actualmente son conocidas y altamente difundidas las consecuencias y los daños a nivel físico y psicológico, a corto, mediano y largo plazo, que genera en un individuo el consumo de sustancias psicoactivas. Pero tal vez es poco lo que se conoce acerca de las crisis familiares que acompañan cada caso de drogadicción. El deterioro de las dinámicas familiares, los sentimientos de culpa que embargan a los padres y/o familiares del adicto, el enojo, la depresión, el castigo, la hipervigilancia y la frustración son algunas de las respuestas más comunes en los padres de familia que identifican esta problemática en sus hijos.



En este panorama, surge la necesidad de hablar no solo de adicción si no de coadición familiar, término que hace referencia al los fenómenos familiares que se presentan entorno a un hijo(a) en situación de farmacodependencia. La coadición es un rol que se incorpora progresivamente en la evolución de una familia con problemas de adicción que conlleva a un cambio gradual del sujeto adicto y la incorporación por parte de éste de comportamientos, hábitos y costumbres ajenos a los habituales en el seno familiar.

INDICADORES DE COADICCIÓN

Se debe enfatizar que una característica básica de la coadición es la ligazón o relación con una persona adicta por un largo período de tiempo, sin buscar terapia o alguna forma de apoyo. Es obvio que este período largo de coexistencia con un adicto, genera en el codependiente síntomas de ansiedad, depresión, distrés o incluso abuso de sustancias (por ejemplo benzodiazepinas)

Concomitantemente, el coadicto elabora la fantasía de que a través de sus “habilidades” podrá controlar el comportamiento del adicto (o por lo menos disimular las consecuencias). Al mismo tiempo, asume las funciones y responsabilidades que el adicto ha ido abandonando (por ejemplo asumirá la tarea de ir a buscar compañeros de clase de su hijo para desatrasarle sus cuadernos) – con lo cual, obviamente irá abandonando progresivamente sus roles habituales y el cuidado de sus propias necesidades, para privilegiar lo que el adicto va abandonando.

Finalmente, al cabo de cierto tiempo, todo lo realizado por el coadicto habrá resultado estéril para controlar el cuadro adictivo, lo que propicia el desarrollo de una personalidad con baja autoestima, vulnerable a los cuadros de depresión, ansiedad o abuso de ansiolíticos.

TIPOS DE COADICTOS



EL COADICTO PERSEGUIDOR:

Este desempeña el papel de crítico constante de la conducta del adicto. Lo cuestiona por no dejar de consumir, adopta el rol de “juez” o “policía”. No obstante, no realiza actividades que permitan tratar el problema adictivo (por ejemplo buscar ayuda terapéutica), o incluso incumplen las indicaciones pertinentes (por ejemplo “olvidar” las recomendaciones de control, aunque después se cuestiona el consumo subsiguiente).

EL COADICTO VICTIMA:

Su característica fundamental es la de sentirse permanentemente maltratado por el adicto. Se queja constantemente de ser desobedecido, abandonado, no entendido, agredido verbal o hasta físicamente por el adicto. En general no busca ayuda terapéutica o la boicotea, según sea el caso.

EL COADICTO SALVADOR:

Siempre acude a “salvar” al adicto en un momento de crisis de consumo. Conoce los lugares dónde ubicarlo, resuelve las situaciones económicas o legales generados por la crisis. Al igual que en los casos anteriores, no acude en busca de ayuda terapéutica o incumple los reglas prescritas. Este tipo de codependiente combina las características del controlador y del sumiso. Alternan en su actuación ambas características, según sea la necesidad de su intervención para controlar la crisis (por ejemplo, intentará persuadir al adicto a dejar de consumir unas veces ordenándole hacerlo o tratando de ser severo y, en otras oportunidades, se tornará dialogante, incluso implorando que el adicto deje de consumir).

RECOMENDACIONES

- Evitar acciones como revisar los ojos, oler la ropa, revisar la billetera o los bolsillos.
- Procurar no perseguir al adicto, sacarlo del lugar donde se encuentra con sus amigos, ir con él a todas partes o enviar a alguien con él.
- No critique y hable la adicción todo el tiempo.
- Evitar argumentar el daño de la dicción del adicto en la salud o el bienestar del padre, la madre o los hermanos.
- Permita que el adicto lo perciba siempre seguro de su rol.
- Evitar buscar justificaciones para sostengan la conducta del adicto.
- No pagar las deudas del adicto que han sido generadas por su adicción.
- Evitar resolver los problemas que posee el adicto y que han sido generados por dicha problemática. Permita que se responsabilice de su conducta y sus consecuencias.
- En NECESARIO buscar ayuda terapéutica integral tanto para el adicto como el coadicto.
- Tomar conciencia de enfermedad por el adicto y por el codependiente. Este punto es crucial para poder considerar una posible ayuda.
- La familia debe concebirse como coterapeutas, teniendo como premisa importante el actuar en conjunto.
- Una dificultad en el logro de la toma de conciencia es el hecho que la familia entra en crisis a medida que sus miembros van abandonando su rol de coadicción, en tanto se pone de manifiesto una respuesta manipuladora o amenazante que el adicto adopta en reacción al cambio, por lo que es importante no dar el brazo a torcer y perseverar en el cambio.
- La familia debe restituir las líneas de autoridad (perdidas generalmente por los padres o por aquellos a quienes corresponda este rol) que el adicto había ido desconociendo gradualmente. De igual modo, se restablecen las normas de coexistencia familiar (con horarios, responsabilidades y obligaciones) que el adicto haya destruido.



- Es posible que una vez se deje el rol de codependiente se atraviese por procesos de estrés, ansiedad severa o incluso depresión, por lo cual es importante consultar con el terapeuta para hacer contención a estas manifestaciones.
- Brindar un ambiente familiar receptivo, donde haya claridad acerca de la posición que se tiene frente a la conducta del adicto, normas claras y límites definidos.
- Tener una posición clara frente a la situación: No fluctuar entre la agresividad y el opositorismo radical y la posición de diálogo y escucha.