

Rehabilitación de drogadictos: un camino de humanización

MATIAS SALAZAR

I. Presupuestos antropológicos

1. Prescindiendo ahora de los efectos físicos que el consumo abusivo de drogas produce en el adicto, quiero fijarme en los deterioros psíquicos y axiológicos.

La experiencia terapéutica demuestra que cuando el consumo de sustancias estupefacientes se inicia en una edad temprana —la adolescencia, por ejemplo— todo el desarrollo personal y todo el proceso de crecimiento y maduración de la persona se detiene, dando como resultado una persona inmadura, insegura, emotivamente débil, éticamente descontrolada, obsesivo-compulsiva: la única idea que manda y absorbe todo el pensamiento es la dosis siguiente; esta idea está por encima de todo y de todos, incluido el amor a la madre.

Y si el consumo se realiza en la 2.^a década de la vida o incluso más tarde, la adicción creada termina con el funcionamiento psíquico y axiológico de la persona, ya que la adicción borra de la conciencia y de la consciencia toda idea y todo valor que no sea la droga.

Este es el peor estrago que la droga acusa en la persona: o detiene el crecimiento interno o lo inutiliza, haciendo actuar

como auténticos niños o como inmorales a los que caen en sus redes.

2. El proceso de educación o rehabilitación exige como «conditio sine qua non» el cese del consumo. Pero esto que es imprescindible no es suficiente para recuperar a la persona y poder reinsertarla en la sociedad haciéndola útil para sí misma y para la sociedad.

Por eso se impone un proceso de educación y/o de terapia. Es urgente desencadenar la mente y los valores durante un tiempo largo de entrenamiento psicológico-terapéutico. Es una tarea difícil pero alcanzable; no es un sueño utópico, sino un objetivo que la antropología y la psicología ayudan a llevar a buen fin.

2.1. La primera característica antropológica que sustenta la reeducación del toxicómano es el hecho de que el hombre es UN SER CONSCIENTE. Tiene capacidad para entrar dentro de sí para conocer sus sentimientos, sus ideas, sus convicciones, su realidad y los móviles de sus comportamientos. Como dice la psicología humanista de Rogers, «conoce sus problemas y tiene capacidad para darles solución».

La psicología tiene instrumentos para lograr que la persona entre dentro de sí, encienda la luz para ver el desorden y la inhabilitabilidad interior y lo inhóspito del yo, los traumas que han quedado marcados a fuego y, aunque sea doloroso, una vez conocida la realidad interior, ayudarlo a que la vivienda interior vuelva a ser habitable e incluso comfortable.

2.2. La antropología nos dice también que el hombre es UN SER LIBRE a pesar de sus muchos condicionamientos. El drogadicto también; y de la misma forma que una persona elige un camino también puede elegir el desandararlo.

La psicología proporciona los instrumentos adecuados capaces de poner en ejercicio esta característica antropológica, con un sentido y dirección opuesto al llevado en la etapa de la adicción.

2.3. La antropología —asimismo— nos dice que la persona ES RESPONSABLE, capaz de asumir las consecuencias de sus actos y de responder ante sí mismo, la familia, la sociedad y ante Dios (si es creyente); que la culpa de sus actos no la tienen los otros, sino uno mismo.

Y la psicología puede ayudar a desmontar el mecanismo psicológico de defensa del victimismo tan caracterizante del toxicómano y empezar a reconocer sus decisiones y actos erróneos y admitir su parte de responsabilidad y de culpa. Desde ahí podrá desarrollar conductas y actitudes de sinceridad, respeto del otro, solidaridad y responsabilidad, pilares auténticos donde se asentará una persona digna de confianza asertiva, con un concepto positivo de sí mismo (autoestima), socialmente positivo.

Las dos características anteriores nos llevan a la conclusión de que el hombre es también UN SER CAPAZ DE CAMBIAR y a la convicción de que el toxicómano es recuperable.

2.4. Finalmente la antropología define al hombre como UN SER SOCIAL con la capacidad de relación que ello implica y con la apertura que presupone a construir. Esta característica humana es la base del amor dado y recibido. Es la puerta de salida y de entrada de toda la ayuda que el hombre necesita y de la que puede aportar para sentirse bien.

Y la psicología ayuda en esta tarea analizando transacciones, la comunicación, en especial de los sentimientos, la solución de conflictos, la autoestima, la asertividad, la confianza y todo aquello que crea en la persona un estado interior del yo donde se pueda vivir, donde pueda sentirse bien.

A modo de conclusiones:

1. Si las drogas son el camino de la deshumanización, del vaciado personal, es la educación de la persona entera (físico-psíquico-espiritual) la que puede evitar la caída en la sima profunda de la adicción.

2. La prevención ha de ir encaminada a eliminar los factores externos a la persona, pero que influyen en el proceso de la construcción personal y a la fisiología conductual: la vivienda, la formación, el trabajo, la pluridimensión del tiempo libre, el asociacionismo y el acompañamiento activo de los adultos, de los jóvenes y niños son puntos que no se pueden olvidar.
3. Es necesaria la represión policial que dificulte la fácil adquisición de las drogas a los más jóvenes. Pero es necesario llegar al convencimiento de que la prevención empieza por uno mismo y por su entorno más próximo.
4. Por eso es necesario insistir una vez más en la tarea imprescindible de la familia en la prevención, ya que ésta coincide con la educación, tarea que corresponde a la familia, porque es ahí donde se crea el estado interior de bien-estar o mal-estar que la persona necesita para su desarrollo sano.

Y uno de los factores importantes que la familia puede aportar es el clima afectivo y la coherencia de conducta y de códigos éticos: estos dos elementos ayudan al niño-joven a ser lo que es: consciente, libre, responsable y social.

II. La autoayuda

Otro elemento importante en la tarea educativa de «Proyecto Hombre» es la autoayuda.

El concepto de autoayuda está explicitando la condición humana de que cada uno es el protagonista de sí mismo, de su realización personal integral, de la solución de sus problemas, el responsable de sus actos y de su vida. Y el convencimiento de que cada uno tiene los recursos para dar solución al malestar interior, para saber cómo encontrar salida a lo que le impide ser libre, a lo que estorba sus relaciones personales, a lo que quiere cambiar.

Por eso la autoayuda requiere como condición la no-directividad.

Pero a la vez la autoayuda expresa el convencimiento de que, aunque lo tiene que hacer él mismo, no puede hacerlo solo, sino que necesita de la ayuda de los demás.

Lo que los demás pueden hacer es prestarle apoyo para soportar el daño y el dolor que la persona tiene (empatía); pueden ayudarle a ser claro y transparente; pueden ayudarle a llevar adelante las decisiones que uno ha visto que tiene que tomar.

Los demás pueden, asimismo, aportar su propia experiencia en situaciones o problemas similares; pueden hacer de espejo, ayudarle a aclararse, a ver el problema en todas sus dimensiones y consecuencias.

La autoayuda supone:

1. Claridad por parte de la persona a la hora de hablar de sí mismo, de sus situaciones, desasosiegos, de su malestar.
2. Honestidad-sinceridad, que es la base de toda relación humana y el principio de toda solución de problemas.
3. Deseo empeñado de solucionar su malestar o de cambiar su situación.
4. Convencimiento de que los demás nos pueden ayudar y de que nos podemos fiar de ellos.

El concepto de autoayuda lleva también implicado el compromiso de ayudar a otros, ya que quien ha sentido la alegría de la ayuda se ve internamente impelido a echar una mano a los demás. Este impulso nace desde la gratitud, desde la gratuidad y desde la solidaridad y no de otros intereses bastardos: prestigio, protagonismo...

La autoayuda, aunque es útil y se puede realizar en una relación dual, tiene su máxima expresión y realización en grupo: grupo de autoayuda. Así es como se realiza en «Proyecto Hombre».

III. El voluntariado en «Proyecto hombre»

En «Proyecto Hombre» el voluntariado ocupa una importancia práctica de primer orden.

Es la sensibilidad personal hacia los problemas y necesidades de los demás lo que provoca una cierta identificación, un interés desinteresado por el otro y el impulso a dedicarle tiempo y energías para ayudarlo.

La solidaridad requiere estar abierto a las personas y a la sociedad y una capacidad de trabajo y compromiso a favor de los demás. Se trata de una forma de vida y de integración social en las que se superan las pautas y aspiraciones tan comunes de egocentrismo, afán individualista de dinero-poder-placer, de seguridad y comodidad.

Actitud de servicio y gratuidad. La motivación última es la persona. La ayuda al otro, la potenciación y el protagonismo del otro. Es esta la actitud más radical y definitoria del voluntariado y la más difícil de discernir. La pregunta que todo voluntario debe hacerse es: ¿Por qué hago este trabajo? ¿Por mí o por el otro? Cuando alguien busca el propio prestigio, el protagonismo, la gratificación personal directa a través del reconocimiento y el halago, la solución a la soledad o al aburrimiento..., difícilmente se integrará de modo continuado en una acción común. Creará tensiones y dificultades en el grupo, no aceptará las críticas o la confrontación sobre su modo de actuar y pronto será vencido por las dificultades, la monotonía y el cansancio.

Otras actitudes importantes son la agilidad, movilidad, disponibilidad, la capacidad de adaptación a las necesidades y a la revisión y al cambio, la creatividad, la integración en la organización del grupo. El voluntariado no ha de funcionar simplemente desde la buena voluntad, el voluntarismo, la espontaneidad y la improvisación.

Si es así, fácilmente caerá en errores y provocará efectos contraproducentes. Requiere preparación y formación, organización

e integración en un grupo o programa, con unos objetivos y una metodología estructurada, revisión y evaluación. Ha de ser un servicio inteligente, útil y eficaz. Ello requiere, además de la voluntad de ayudar al otro, la capacidad de comunicación interpersonal, de adaptación, la disponibilidad de hacer aquello que resulte necesario en un momento dado y la humildad de aceptar la revisión personal y la confrontación de los demás.

En cada programa centenares de personas trabajan gratuitamente en múltiples campos, desde la colaboración directa en la actividad terapéutica a actividades culturales, académicas, administrativas, profesionales (médicos, ATS, asistentes sociales, abogados, profesores...), materiales, económicas... Pero, el voluntariado en «Proyecto Hombre» es mucho más: forma parte de su esencia, de su «filosofía», es uno de sus principios fundamentales. Todos los programas de «Proyecto Hombre» se denominan «Centros de Solidaridad». Nacen de la única motivación y finalidad de ayudar a las personas y familias afectadas por la drogadicción, descartando cualquier otro interés personal o institucional.

Las instituciones que patrocinan, colaboran y apoyan a «Proyecto Hombre» saben que favorecen exclusivamente un trabajo de ayuda a la persona, una ayuda incondicionada. «Proyecto Hombre» excluye por principio cualquier tipo de condicionamiento económico, ideológico, político, religioso y profesional, con el fin de hacer accesible a todos la oferta de ayuda del Programa Terapéutico.

Los equipos terapéuticos de «Proyecto Hombre» saben lo que significa el voluntariado y el espíritu de voluntariado en cuanto a motivación, dedicación de tiempo y de trabajo, movilidad para cambiar de lugar de trabajo o de rol, disponibilidad para la confrontación, la autoayuda y la revisión personal. A un nivel más profundo, los terapeutas aprenden desde el primer momento a situarse con los residentes y las familias desde el encuentro interpersonal, la comunicación y la empatía. (Es de persona a persona como se lleva a cabo toda la labor terapéutica). Solamente así las personas cambian y crecen, no sólo la

persona afectada por la drogodependencia y otro cúmulo de problemas, sino también la persona de terapeutas y voluntarios.

IV. Estructura terapéutica del programa

El programa terapéutico-educativo «Proyecto Hombre» está articulado en tres fase: Acogida, Comunidad Terapéutica y Comunidad de Reinserción.

Fase de acogida

En esta fase se trabaja para conseguir estos objetivos:

1. Alejamiento y cese del consumo de drogas.
2. Toma de conciencia de que el problema no es la droga, sino la persona misma.
3. Conocimiento inicial de sus problemas y dificultades personales, familiares, sociales.
4. Motivación para trabajar en las soluciones a esos problemas.

Los instrumentos terapéuticos y educativos empleados son:

- a) La organización del centro con sus dinámicas de participación como respuesta a la necesidad de pertenencia, identificación y socialización.
- b) Modelado en todas sus vertientes (coping, mastery, vicario...).
- c) Coloquios clínicos en el sentido de Rogers dirigido sobre el comportamiento.
- d) Grupos de apoyo con intervención sobre el comportamiento.
- e) Reforzamiento de aproximaciones sucesivas a la conducta deseada.
- f) Técnicas de «tiempo fuera» con distintas modalidades.
- g) Técnicas de coste de respuesta.

- h) Seminarios.
- i) Actividades culturales, recreativas, deportivas...

Fase de Comunidad Terapéutica

La Comunidad Terapéutica (CT) es un lugar de crecimiento: los jóvenes que han vivido una experiencia de drogodependencia han crecido físicamente, pero no psicológicamente.

La CT es un lugar para tomar conciencia de los propios límites, para encontrar la fuerza para superarlos, redescubrir las propias capacidades de activación y conducta madura, reencontrar la fuerza en sí mismo.

En esta fase se trabaja para alcanzar estos objetivos:

1. Continuar los de fase de Acogida.
2. Conocimiento y expresión controlada de los sentimientos como forma de ir adquiriendo y realizando conductas de responsabilidad, sinceridad, respeto de los otros y capacidad de dar ayuda, ya que los sentimientos son el motor de las conductas.
3. Mejora de la asertividad y de la autoestima.
4. Análisis del pasado en cuanto influye en las conductas actuales.

Los instrumentos terapéuticos y educativos usados son:

- a) La propia organización de la CT con su estructura y organización.
- b) Organización del tiempo: significación del ritmo temporal.
- c) Coloquios clínicos sobre sentimientos y comportamientos.
- d) Grupos de sentimientos.
- e) Grupos sobre el pasado comportamental y afectivo.
- f) Seminarios terapéuticos.

- g) Desempeño de responsabilidades.
- h) Actividades culturales, artísticas, deportivas...

Fase de Comunidad de Reinserción

La Comunidad de Reinserción (CR) es la última fase. No se trata de una verificación de los resultados alcanzados hasta ahora en el proceso de maduración personal del drogodependiente, sino que es un paso más hacia el crecimiento personal en condiciones de menor protección y mayor contacto con el exterior.

Los objetivos de esta fase son:

1. Continuar el proceso de crecimiento personal y de autonomía.
2. Reafirmar la reinserción familiar que se ha iniciado en las etapas anteriores.
3. La reinserción laboral o el término de los estudios.
4. La reinserción social: socializar con amigos y prestar servicios a la sociedad desde el campo del voluntariado.

Los instrumentos terapéuticos y educativos son:

- a) El grupo de autoayuda.
- b) Los coloquios clínicos en el sentido de Rogers.
- c) Los grupos de autoevaluación y de programación.
- d) La ocupación del tiempo libre.
- e) Actividades culturales, deportivas, participación en asociaciones y grupos del medio.

V. Ayuda a las familias

Durante el tiempo que el drogodependiente realiza su proceso, a las familias se les presta ayuda con el fin de que no sólo no entorpezca el proceso del hijo, sino que tenga o mantenga una relación y comunicación nueva con todos sus miembros.

Para ello, a lo largo de los 2 años y medio que dura el proceso del hijo, para la familia se organizan grupos específicos, seminarios de información y de formación para el conocimiento del programa y sobre todo los grupos de autoayuda familiar.

Dirección

Matías Salazar
«Proyecto Hombre»
Manzanera, 11
26004 LOGROÑO (La Rioja)
Teléfono: (941) 24 88 77