

LOGOTERAPIA E INTERVENCIÓN SOCIAL. LOGOTERAPIA APLICADA EN PROYECTO HOMBRE DE GUIPUZKOA

J. Javier ARANGUREN ARANGUREN

Resumen

Se aborda el problema de la drogadicción y el vacío existencial desde una perspectiva amplia de la intervención social y la concepción antropológica de la logoterapia, más allá de la experiencia de su aplicación cotidiana en programas terapéuticos.

Se realizan propuestas de líneas de intervención y de prevención.

Abstract

Logotherapy and Social Intervention. Logotherapy applied to "Project Man" (Proyecto Hombre) in Guipuzkoa (Basque Country-Spain).

This article approaches the issues of drug addiction and existential emptiness from a wide perspective of social intervention and from the Anthropological perspective of Logotherapy, beyond the experience of its daily application in therapeutic programs.

Intervention and prevention guidelines are presented.

Palabras clave: Logoterapia. Adicción. Intervención. Prevención.

Key words: Logotherapy. Addiction. Intervention. Prevention.

Introducción

Dentro de Proyecto Hombre de Guipuzkoa, tenemos un área de servicio directo de logoterapia, sin embargo, este artículo pretende explicar, cómo podemos aplicar la logoterapia en nuestro trabajo diario, sin tener que montar un programa específico.

Es frecuente que los profesionales, tras unas jornadas formativas, nos vayamos con unos conocimientos y unas emociones que nos hacen volver a nuestros puestos de trabajo con ganas de aplicar lo aprendido. Pero puede pasarnos que choquemos con los estilos particulares de las empresas donde trabajamos y nos quedemos bloqueados, con pensamientos de "esto para los conferenciantes es fácil, pero en mi día a día laboral...".

Vamos a intentar mostrar que estas ideas sobre la logoterapia aplicada al mundo de la drogadicción, son susceptibles de ser aplicadas a cualquier realidad en la que nos encontremos (empresas muy implicadas con la logoterapia o realidades en las que la logoterapia choque frontalmente). Si abrimos el foco del encuentro terapéutico, a una visión antropológica de la persona como la propuesta por Viktor Frankl, estaremos en condiciones de acercar la logoterapia a nuestro trabajo.

Vacío existencial y drogadicción

Todo ser humano siente la necesidad de encontrar sentido en su proyecto de vida, en la familia y en la sociedad.

Este postulado nos es común a todas las personas: la necesidad de encontrar sentido a nuestra propia existencia desde nuestra realidad, dentro de la familia, en la sociedad en la que vivimos, en la propia vida que vamos construyendo con todas las limitaciones que vamos encontrando.

A esto, se le llama **voluntad de sentido**. Todo ser humano, como "ser en el mundo", en la esencia del encuentro con el otro (las personas de una forma o de otra necesitamos al otro para nuestra existencia), sentimos la necesidad de encontrar sentido en nuestro proyecto de vida, en la familia y en la sociedad. Tenemos la necesidad de escribir nuestra propia historia vital y expresar lo propio, con la reflexión, el diálogo, y el compromiso con la existencia.

Nuestros usuarios también tienen esta necesidad de sentido en sus vidas. Generalmente vienen buscando nuestra ayuda con un gran daño en esta área. Tener presente este hecho, al ponernos delante de estas personas, facilita el proceso terapéutico. Ser conscientes de sus necesidades, no solamente asistenciales, médicas, sociales, sino también espirituales nos va a aportar una visión de la persona diferente. Así, podremos llegar mucho más profundamente a la persona que tenemos delante.

Cuando no encontramos respuesta a las preguntas que nos plantea la vida, cuando no conseguimos experimentar que nuestra vida tiene sentido, estamos en riesgo de entrar en un vacío existencial. El ser humano necesita experimentar que su vida tiene sentido y si no es así, siente su existencia frustrada, puede caer en depresión y enfermedad o, cuanto menos, percibirse insignificante e inútil, sin saber para qué vivir y creyendo estar demás en la vida...; es decir, experimenta un "vacío existencial".

El vacío existencial es el caldo de cultivo adecuado para que surjan las tres grandes problemáticas de nuestra época, que Frankl denominó "tríada neurótica de masas": la depresión, la adicción y la agresión. En la práctica esto significa: suicidio en el sentido estricto de la palabra, suicidio crónico con la dependencia y violencia contra los otros, vandalismo, etc.

Cuando no se cubre la necesidad de sentido, el hombre pone en marcha tentativas, que resultan falsas, para atenderla y puede ser fácil encontrar respuestas en los caminos que ofrece el seguir la voluntad de placer y la voluntad de poder. Entre ellos se encuentra la droga.

En nuestro trabajo terapéutico, vamos a centrar toda nuestra atención en esta pieza del puzzle, el vacío existencial, dándole, así, una nueva dimensión a la terapia. Incorporando la visión logoterapéutica a nuestra labor, ponemos de relieve lo esencial en la persona: la voluntad de sentido desde la libertad, la responsabilidad y la conciencia del ser humano.

Logoterapia e intervención social

Concepción de las adicciones desde la logoterapia

La drogadicción es la fractura de un proyecto de vida porque hay algo que altera o impide al hombre encontrarse a sí mismo y con los demás.

Nos encontramos con personas que en la adolescencia inician el consumo de sustancias estimulantes, con el mero propósito de búsqueda de placer (voluntad de placer), búsqueda de sentirse los reyes de la noche o más capacitados para afrontar situaciones sociales, ligar... (voluntad de poder). Se trata de una búsqueda de la felicidad pero por caminos cuyo único resultado va a ser el vacío existencial.

Lo que se necesita no es la felicidad en sí misma, sino una razón para ser feliz. La felicidad vendrá después, de forma espontánea. La persona con una toxicomanía que se acerca a un centro, necesita, no solamente motivación para hacer el trabajo terapéutico, sino que además necesita saber para qué hacer semejante esfuerzo. Este punto es esencial. ¿Para ser feliz? No es suficiente. Tiene que descubrir para qué quiere ser feliz. Quizás para poder cuidar de un hijo... Nosotros, como terapeutas no podemos darle respuestas a esa pregunta, pero sí podemos estar atentos a las pistas, a las "logopistas", que nos puede facilitar y nos ayudan en su acompañamiento.

El sentido no se asigna, no se otorga, se descubre dentro de la propia realidad de cada persona, dentro del propio mundo, donde cada persona desarrolla su proyecto de vida. La drogadicción provoca una fractura en el desarrollo natural de la persona en su voluntad de sentido. Lleva a ésta al vacío existencial, al impedirle encontrarse a sí misma como ser en el mundo. La droga se convierte en el eje de su vida.

Centrar la terapia desde la familia, la sociedad y las diferentes disciplinas que abordan el problema de la drogadicción, situando a la sustancia, la droga, como el origen de todo mal, es otorgarle a ésta un sentido que no tiene. No podemos obviar que el problema de la dependencia es un problema específicamente humano. No podemos negar la importancia de los valores. La persona adicta, debe asumir su responsabilidad y afrontar los cambios.

Intervención terapéutica ante problemas de drogadicción, desde una perspectiva logoterapéutica

La terapia ha de centrarse en un plano médico. Centrada en paliar deterioros físicos derivados de la propia drogadicción, como causa directa o por un abandono del cuidado de la salud. Debemos centrar la atención en los aspectos psiquiátricos: medicación o atención hacia los posibles trastornos mentales asociados a la drogadicción. El nivel de patología dual es cada vez más alarmante. Actualmente, en la línea tradicional de Proyecto Hombre de Guipuzkoa, estarían atendidos con medicación psiquiátrica en torno al 80% de los usuarios.

También ha de centrarse la terapia en el plano psicológico, trabajando conductas, procesos cognitivos, gestión de emociones... Se han de generar cambios personales y sociales, a través de acciones culturales, educativas, recreativas..., que potencien la vivencia de valores.

Por último, de máxima importancia es rescatar y descubrir valores. Es necesaria la vivencia de valores, desarrollándolos en su propio mundo. Se ha de encontrar un "para qué" y canalizar las posibilidades de desarrollo humano con que cada persona cuenta, a través de compromisos cooperativos y solidarios elegidos personalmente como respuesta a los valores personales. Esto sería potenciar la dimensión de autotranscendencia; no llegar solamente a la satisfacción del autoconocimiento, sino poder trascender, encontrar "al otro".

Nuestra finalidad es promover un proceso de maduración y desarrollo personal, para que superando la dependencia la persona pueda llevar adelante con libertad y responsabilidad su proyecto de vida.

En esta línea, el objetivo del encuentro terapéutico consiste en propiciar que la persona aumente el campo de visión que tiene; que la persona tenga una perspectiva global de su situación, lo más amplia posible, y perciba sus valores orientadores.

Será el diálogo el que esclarezca la escala personal de valores. No se trata de indicarle lo que nosotros pensamos o creemos, sino que ella lo defina a través del diálogo.

No todas las alternativas posibles de decisión son igualmente significativas. No se trata, de ningún modo, de instaurar en el otro la escala valorativa del terapeuta. Debemos ser muy respetuosos con esto. Cada persona tratada tiene su ritmo, nuestra obligación es descubrirlo y respetarlo. El diálogo debe ser acompañamiento, no adoctrinamiento.

Este es un extracto de la "misión" de Proyecto Hombre de Guipuzkoa. Se propone una terapia en la que la responsabilidad de la misma es compartida. Cada uno tiene su papel y, por tanto, su responsabilidad correspondiente.

La responsabilidad del terapeuta es la buena práctica psicológica, para realizar el diagnóstico, ofrecer el mayor número posible de herramientas a la persona para su desarrollo en todas y cada una de sus dimensiones (física, psíquica, social y espiritual) y la realización de un buen acompañamiento del proceso terapéutico, respetuoso con el otro y comprometido con la búsqueda del significado de la vida.

La responsabilidad de la persona en terapia será la de aceptar su tarea en el proceso terapéutico, asumiendo el riesgo y sufrimiento que supone la toma de conciencia y los cambios, pero también la satisfacción

del mérito que acompaña el conseguir los objetivos propuestos y el bienestar (que no es lo mismo que bienestar) que supone un sentido para vivir.

La propuesta de la Logoterapia para prevenir la drogadicción

Recogemos algunas propuestas en el campo de la prevención que también han de tenerse presentes en los programas.

Percibir al ser humano como un "ser en el mundo".

Trabajar la conciencia de los niños, jóvenes, en nuestros propios usuarios, potenciando su capacidad para descubrir el significado que tiene para ellos, las situaciones únicas que les toca vivir, con las que nos confrontamos en la vida. Hacerles sentir como personas en el mundo. En relación activa con este. En responsabilidad directa. Una característica de la persona con toxicomanía es su victimismo. Desresponsabilización de sus actos y de lo que acontece. Es la marioneta de un mundo que le arremete y contra el cual no puede hacer nada, mas que evadirse. Se trata, por tanto, de devolverle su "libertad de voluntad". De poder decidir y actuar. De forma responsable. Con "voluntad de sentido", proporcionándole, ayudándole a responder a la vida, a encontrarle un "sentido de vida".

Teniendo muy en cuenta como terapeutas, que nadie puede proporcionar un significado a otro, ni puede distribuir recetas sobre lo que deben hacer los demás.

Trabajar por la constitución de redes sociales.

Una intervención social que pretende prevenir la drogadicción, ha de trabajar por crear y consolidar redes sociales que se dirijan a:

- Generar cambios personales y sociales.
- Canalizar la autotranscendencia.
- Reorientar la comprensión del fenómeno de la drogadicción y su prevención.

Educación en el sentido de la vida.

La educación orientada al sentido implica reconocer la libertad personal. No el "hacer aquello que se quiere", sino en el "querer aquello

que se debe hacer"; entendiendo "aquello que se debe hacer", como esas decisiones que tomo, que debo tomar, con toda mi libertad. Todo ello reconociendo y aceptando mis limitaciones, que son condicionantes, pero no determinantes, y ejerciendo, al mismo tiempo, mi responsabilidad, escuchando sistemáticamente mi conciencia, a través de una lectura atenta de las situaciones en las que vivo. La libertad va ligada al concepto de responsabilidad.

Encontrar las perlas de la vida en la cotidianidad.

En cualquier situación que nos brinde la vida, podemos encontrar "perlas", esos aspectos positivos que nos pueden seguir alimentando la existencia, la vida. No es caer en un positivismo ciego de la realidad, sino desarrollar la capacidad de ver, a pesar de todo lo desagradable que nos pueda ocurrir, que la vida siempre esconde aspectos positivos ("perlas"), que están ahí, dispuestas a ser descubiertas.

Es importante que en la terapia ayudemos a potenciar la capacidad de los valores creativos, vivenciales y de actitud, indispensables para poder encontrar respuestas y significado a las preguntas que nos lanza la vida. No importa lo negra que sea la situación, siempre podremos desarrollar, como mínimo, uno de los tres valores. Bien sea creando una respuesta, bien nutriéndonos de la vivencia o bien adoptando una actitud ante la adversidad que nos enriquezca nuestra vida.

Tanto en la labor terapéutica, como en una acción de intervención social general, hemos de favorecer:

- Experiencias de trabajo y de formación, sin caer en la búsqueda de resultado a cualquier costo.
- La experiencia del amor, del arte, de la naturaleza... con relativos espacios de originalidad e íntima satisfacción.
- Afrontar con dignidad la experiencia del límite físico y de lo ineludible e inevitable de la vida.

J. Javier ARANGUREN ARANGUREN es Terapeuta en Proyecto Hombre de Guipuzkoa y miembro de AESLO.