

¿Cómo ayudar a personas alcohólicas y drogadictas?

Artículo escrito por: Isaú Chávez
ObreroFiel.com- usa este artículo con permiso

Uno de los grandes flagelos que está afectando a un alto porcentaje de la población mundial, tiene que ver con el consumo de drogas, en muchos casos los daños son irreversibles para las personas, es un problema muy complejo que para hacerle frente se requiere de una respuesta que sea integral, en la cual las iglesias podrían hacer una labor mucho más determinante y efectiva como parte de su llamado ministerio. ¿Qué es lo recomendable?

I- Darle un manejo integral al problema del alcoholismo y drogadicción

1.1 Un manejo familiar

- Debe hacerse un diagnóstico del tipo de familia de la que procede el afectado o afectada, para ver si no es drogodependiente.
- Evaluar el tipo de comunicación familiar que ha existido, para mejorarla.
- Identificar las causas de los conflictos y los daños ocasionados a la familia.
- Tratar con las causas y buscarles solución como familia.
- La familia debe convertirse en un apoyo para la persona que es esclava de estos vicios
- Promover la reconciliación en el seno familiar, por los daños ocasionados especialmente por la persona que es alcohólica o drogadicta.

1.2 Manejo espiritual

- Los grupos de alcohólicos anónimos o neuróticos anónimos, tienen la debilidad que carecen del apoyo espiritual.
- El alcoholismo y la drogadicción no sólo son enfermedades, son problemas espirituales, por lo tanto la ayuda espiritual es fundamental. (II Corintios 10:4-6)
- Para la rehabilitación es importante el soporte que pueda dar el médico, el psicólogo, la trabajadora social, pero para que sea integral la ayuda se requiere del acompañamiento pastoral de un líder espiritual, para hacer uso de los recursos sobrenaturales que Dios nos ha provisto.
- Sin duda que lo que puede ser el inicio de la recuperación de una persona alcohólica o drogadicta será, el nuevo nacimiento, como le llama Jesús en (Juan 3: 1-15)

1.3 Manejo Individual

- En muchos de los casos se debe ofrecer un apoyo individual, o sea que sin dejar de ofrecer el apoyo grupal, se debe acompañar a aquellas personas cuyo problema es más complicado y que necesita cierto apoyo emocional un poco más sistemático.
- Se le debe proveer de recursos emocionales y espirituales para que de manera individual pueda ayudarse así mismo.
- Pero es vital que la persona afectada tome la iniciativa por si misma, es decir que él o ella sienta la necesidad y la voluntad de recibir la ayuda porque quiere iniciar ese proceso de rehabilitación.

1.4 Manejo Grupal

- El propósito es facilitar la expresión de emociones, facilitar la toma de conciencia del problema y apoyarse emocionalmente en el grupo.

- El riesgo que se debe evitar es el caer en una total dependencia del grupo.
- Estos son llamados grupos de apoyo que perfectamente pueden funcionar dentro de la iglesia.

II- Ayudándole a recuperar su verdadera identidad

2.1 Valoración de si mismo.

- Detrás de esa apariencia que tienes, se encuentra un valioso y bello ser humano.
- Tú eres muy importante para muchas personas, aunque no lo sientas así en este momento.
- Tienes habilidades, destrezas y dones que puedes poner en práctica para servir a la familia, comunidad y a Dios.



EJERCICIO: Escribe una lista de habilidades o destrezas que tu posees, ya sea en lo intelectual, físico, emocional o espiritual.

2.2 Eres creación de Dios

- A veces puede ser difícil recordar que eres un ser humano bueno y valioso: **Una creación de Dios**
- Tú eres alguien maravilloso como lo reconoce el escritor sagrado. (Salmo 139:14)
- Tu amor propio probablemente ha sufrido un duro golpe y tu cabeza está llena de autocrítica, culpabilidad, preocupación, inseguridad y resentimientos.

2.3 ¿Qué cosas positivas has hecho en la vida?

- El proceso de recuperación requiere de mucho tiempo.
- Entre más tiempo has practicado el vicio y entre más intenso ha sido, más tiempo se requiere para recuperarse.
- La rehabilitación va a suceder, se necesita esfuerzo, paciencia, apoyo de otros y dependencia del Señor por sobre todas las cosas. (Juan 15:5)



EJERCICIO: Haz una lista de todas las cosas positivas que has hecho en la vida.

2.4 No te sorprendas por los altibajos

- El proceso de recuperación no es un camino recto como muchas personas lo quisieran.
- Es un camino lleno de altibajos, de saltos y de caídas desesperantes.
- Muy pronto te darás cuenta que cada vez las caídas son menos frecuentes y prolongadas. Porque ya estás en el camino correcto de la rehabilitación.



EJERCICIO: Escribe algunas cosas que ya estás superando

2.5 Pedir apoyo

- No temas en pedir el apoyo a las personas correctas
- Pero no olvides que el mejor apoyo que existe es el que se puede conseguir a través de la oración y de la comunión con Dios, es recomendable por lo tanto la lectura sistemática de la Biblia. (Juan 6:37)
- No es bueno depender todo el tiempo de las demás personas.

2.6 ¿Qué no debes pedir?

- Reconoce que pasar mucho tiempo como limosnero te va a perjudicar
- Cuando pides a otros lo que tu eres capaz de conseguir por tu propio esfuerzo, pierdes amor propio, y dignidad, y esto impide tu recuperación. (Josué 1:9)
- Además vivir del capricho de otros es una tontería

III- ¿Cómo manejar tus problemas emocionales en este proceso?

3.1 Entender el suicidio

- Tu con seguridad has tenido ideas suicidas
- Estos son síntomas naturales de la frustración de tu vicio.
- Estas ideas suicidas incluso las tuvieron siervos de Dios en el pasado, como Elías, Jeremías, Jonás y no debido a un vicio, si no por otras causas.
- No dirijas contra ti mismo la rabia que sientes, aunque sentir rabia es completamente natural.
- Suicidarse es una tontería, pero es una realidad que no podemos negar,.
- Si estas vivo vale la pena seguir viviendo. Jesús dijo: "Yo he venido para que tengan vida"... (Juan 10:10b)

3.2 Entender la crisis o problema

- Es un peligro pero también una oportunidad, como dicen los chinos.
- El peligro está en no hacer nada en este momento
- El peligro también es tomar decisiones incorrectas.
- La oportunidad está en aprovechar que estás vivo.
- La oportunidad está en aprovechar el apoyo que otros te quieren ofrecer.
- La oportunidad está en comenzar un nuevo ciclo, en renacer, ya que eres un ser inteligente y valiente escogerás lo mejor para tu vida. (Romanos 12:2)

3.3 Enterrar tus ilusiones negativas

- Probablemente el paso más difícil de todos es el de renunciar a aquello que has practicado por tanto tiempo y que ya se volvió un estilo de vida.
- Invierte tiempo y energías en tu recuperación.
- Inviértelo en tu vida y en la de los que están contigo.

3.4 Manejar tus recuerdos

- Los recuerdos del pasado pueden ser grata compañía mientras no se convierten en amos del presente.
- Pero hay recuerdos que lo mejor que tu puedes hacer es de no enfocarte en ellos, porque te pueden hacer retroceder en tu proceso de rehabilitación.



EJERCICIO: Escribe los tres recuerdos más dolorosos y luego los tres recuerdos más agradables de tu pasado.

3.5 Evita caer nuevamente en la adicción

- En este momento estas todavía muy susceptible a cualquier caída.
- Ten cuidado con cualquier cosa a la cual podrías resultar dependiente.
- Lo importante es evitar cualquier forma de escape
- Hay que enfrentar la realidad dándole la cara, haciendo uso del dominio propio.

3.5 Proponerse metas para la vida

- Fíjate algunas metas sencillas y específicas para la vida y lucha por lograrlas.
- Cuando nos proponemos metas, tenemos más deseos de vivir y de luchar por aquello que nos gustaría alcanzar algún día.



EJERCICIO: Escribe dos metas que te gustaría realizar en los próximos meses.
Escribe también los pasos que piensas dar para lograr las metas que te has propuesto.

Conclusiones

- Tú eres responsable de dar el primer paso y no desmayar en este proceso de rehabilitación hasta alcanzar la total recuperación
- Puedes dar gracias a Dios, los amigos, al pastor o líderes, a la familia que te ayudaron, y que están dispuestos a continuar apoyándote hasta verte liberado totalmente de esta esclavitud.
- No te confíes a pesar de que ya te sientas fuerte, depende sobre todo de la oración y la palabra de Dios que es viva y eficaz y de la ayuda sobrenatural del Espíritu Santo. (Hebreos 4:12)

ObreroFiel.com- Se permite reproducir este material siempre y cuando no se venda.