

La dependència relacional en les dones addictes

Introducció

La nostra inquietud començà en el treball diari de Bilbao. Al nostre Centre arribaven dones cercant ajut i amb una gran necessitat de canviar llur vida; eren i són dones intel·ligents, atractives, amb grans capacitats i un punt comú: la seva vida depèn d'una substància.

Aquest és el problema que fa que arribin a ser tractades per nosaltres. A mesura que van treballant i descobrint qui són, què han fet en la seva vida, què és el que necessiten, hom sent que totes diuen: tinc poca autoestima, depenc d'una altra persona, en la meua vida hi ha hagut violència, abusos sexuals, no em perdono haver-me prostituït... i una cosa important: necessitat de sentir-se estimades i necessitat de què siguin els altres els qui les valorin.

El nostre treball és acompanyar-les en aquest procés, tan emocionant, tan dur i, a vegades, tan dolorós, ser conscients del que han fet amb la seva vida i què és el que volen fer a partir d'aquest moment.

És gratificant veure com dones que van arribar al Centre, algunes per un problema de salut, unes altres per un problema judicial, perquè llur parella les havia deixat, en altres llur família les havia tret de casa i en altres perquè els prenien llurs fills, decideixen ordenar i canviar la vida.

Aquest col·lectiu de dones no solament han de deixar una dependència sinó que han d'afrontar unes altres situacions que pensem que, de vegades, dificulten aquest treball. Tornar novament a la família amb la qual havien trencat, responsabilitzar-se de llurs fills, afrontar en alguns casos la seva pròpia salut: V.I.H., hepatitis, etc; amb totes aquestes dificultats van avançant, però hi ha fantasmes: qui voldrà una extoxicòmana?, qui voldrà una dona que s'ha prostituït?, com dir a algú que tinc V.I.H.?

Una cosa és clara en tot això, i és que quan parlem de toxicòmans posem en el mateix sac homes i dones; potser que sigui aquest el nostre error, les dades ens ho diuen: un 59% de dones que arriben al nostre programa abandonen.

Des d'aquesta inquietud ens sorgien preguntes com és ara: **aconsegueixen millorar llur qualitat de vida?, assolixen un grau més gran d'autonomia?, substitueixen una relació per una altra relació?, saben viure sense parella?**

Aquests interrogants ens portaren a elaborar una hipòtesi de treball.



Hipòtesi de treball

Un gran nombre de les dones que arriben al nostre Centre per a realitzar un tractament de rehabilitació, no solament tenen un problema amb la substància química sinó que, a més, n'hi ha un altre de dependència afectiva. El que converteix aquestes dones no solament en dependents sinó en dones bidependents, és a dir, dependents respecte a la substància química i respecte a les relacions que crea.

Hem anat observant que algunes dones interrompen el procés de rehabilitació quan el company abandona al seu propi tractament, i deixen inacabat el que elles havien anat aconseguint tant a nivell familiar, social, professional, fills, etc. per seguir amb la persona a la qual se senten unides afectivament.

També ens crida l'atenció que un cert nombre de dones abans de finalitzar el tractament de rehabilitació iniciïn una nova relació amb una persona també en tractament, és a dir, extoxicòmana sense haver experimentat abans una autonomia pròpia.

Per a demostrar la nostra hipòtesi hem elegit una població de dones que ha anat arribant al nostre Centre amb problemes de dependència a substàncies.

El període de temps elegit ha estat des de l'1 de gener de 1990 al 31 de desembre de 1998. Aquest període de 8 anys ha estat triat perquè:

- És un període de temps en el qual hem coincidit les persones que realitzem aquest treball.
- Ens sembla que la mostra d'aquesta població és l'adequada, ja que entenem que en aquest període hi ha temps suficient per a què les persones que arriben al nostre Centre puguin dur a terme tot el tractament.

Durant aquests vuit anys, el total de persones arribades per a iniciar el tractament, ha estat de 1.487, essent 261 el nombre de dones enfront de 1.226 dels homes.

El nombre de dones que hi romanen són 106, de les quals 26 segueixen en tractament; és per això que aquestes darreres les desestimem pel fet de no haver finalitzat llur procés.

La mostra escollida es concreta en 80 dones que han finalitzat llur tractament.

No solament tenen un problema amb la substància química sinó que n'hi ha un altre de dependència afectiva

La dona ha estat educada en la sensibilitat però no des del respecte a si mateixa

Els números ens ho diuen, arriben més homes que dones; quan aquestes inicien un tractament és com a conseqüència de què la seva parella ja l'ha començat o el començarà, per la pressió de perdre la custòdia dels fills o per a recuperar-los.

La dona, en l'àmbit educatiu, ha estat educada en la sensibilitat, en els sentiments, però no des del respecte a si mateixa, sinó des de la preocupació per l'altre; en definitiva, un ésser passiu, que sent i pensa per i per a l'altre.

Amb això volem dir que, quan una dona s'està drogant, se subordina a la seva parella per a no ser abandonada i per tal de tenir una identitat (la promesa de, la dona de...). Centrant-nos en les dones drogoaddictes, veiem que solen estar pitjor econòmicament que els homes addictes, un fet que sol ser un reflex de la societat en general. Les dones tenen més dificultats o simplement estan mancades d'accés als recursos socials i econòmics necessaris per a desprendre's per elles mateixes d'aquestes caòtiques i opressives relacions. L'ús de drogues es converteix, aleshores, en la forma d'afrontar aquestes situacions.

Sirvent (1995) utilitza una denominació al nostre entendre més encertada per a les dones toxicòmanes en enunciar els factors psicosocials més significatius en la gènesi de l'addicció: la **bidependència** per a Sirvent és una constant en la dona addicta i s'explica pel *sojuzgamiento o sumisión a una figura, masculina o femenina, generalmente parental, de pareja, proxeneta, etc. mediante el cual se adquiere un hábito pasivizante o de declinación de toma de decisiones que la tornan indolente y dependiente de figuras que le eluden el compromiso de ser autónoma.*

Bustos (1994) publicà un estudi realitzat amb dones heroïnòmanes espanyoles en tractament en el qual es valora aquesta "dependència-protecció" de la parella i en totes hi observa la necessitat d'aferrar-se afectivament a llur parella: *mi pareja me necesita, si le dejo tengo miedo a lo que me pueda hacer, porque me quiere.* L'autora destaca l'aparent contradicció de les expressions de desig d'autonomia durant el tractament i l'experiència de reinserció en la qual totes acaben vivint en parella al cap de poc temps.



Anàlisi de la mostra

Un 87% de les dones que arribaven al Centre havien mantingut una relació amb una persona tòxicomana, però la majoria de les dones arriben soles al tractament.

De les dones que van arribar amb parella, un 42% van mantenir la seva relació enfront del 58% que van trencar l'esmentada relació en el transcurs de la seva rehabilitació.

D'aquestes 80 dones ens trobem amb què: 31 inicien una relació de parella durant el tractament; 8 mantenen llur parella i 41 no inicien cap relació durant el tractament, però d'aquestes darreres tenim constància que un nombre elevat reprenen relacions anteriors i/o inicien una relació amb homes que també han finalitzat un tractament.

La nostra reflexió és: Realitzen un treball sobre autoestima, en una paraula, saben viure soles o necessiten una parella al seu costat?, s'han enfrontat a resoldre els seus problemes, o deixen de drogar-se i la forma de resoldre els seus problemes és un home?

Ens preguntem si el treball que realitzem és reforçar allò femení oblidant-nos de treballar la seva pròpia autonomia.

Som conscients que per a les dones amb problemes de dependència relacional i dependència d'alguna substància (drogues, alcohol, etc.) la recuperació de l'addicció a les relacions ha d'anar acompanyada de la recuperació de l'addicció a la substància de la qual abusaven.

Hi havia una vegada...

Algunes de les dones amb les quals treballem viuen guions que s'assemblen a les històries que es troben en el folklore, en els contes de fades i en la mitologia.

La literatura assenyala les dones fent papers com el de pobretes venedores de llumins, bruixes dolentes, madrastrès tiràniques, futures princeses i joves innocents que rescaten granotes dels pous i bèsties del castell.

Ajudar-les a prendre consciència de la seva pròpia problemàtica relacional

Tenint en compte tot l'exposat fins ara, pensem que el treball amb les dones no solament és fer un treball puntual sobre la seva dependència química sinó a més ajudar-les a prendre consciència de la seva pròpia problemàtica relacional.

Estem d'acord que no hi ha res casual; aquesta frase *els uns neixen amb estrella, i els altres amb esquella* és deixar la vida a mans del destí, de la sort, però sí que és cert que hom triomfa o fracassa segons el pla que hagi traçat. Les dones que arriben al nostre Centre fa anys que repeteixen situacions que les porten al mateix punt, han depès dels altres i, sobretot, d'un home, i unes altres han viscut agressions i continuen exposant-se a situacions similars.

Tots rebem educació familiar, escolar i social, a través de la qual prenem decisions per a construir el nostre marc de referència, la nostra identitat, manera de pensar, orientació cap a alguna vocació, el significat de la parella, elecció de parella.

Escrivim el nostre guió que duem a terme, un pla o programa concebut en la infància, sobre la base de les influències del parentiu, i després oblidant o reprimint, però continuen els efectes.

Ens endinsarem en dos tipus de guions que es repeteixen amb més assiduitat dins del nostre col·lectiu femení.

- Ventafocs: la que aprèn a acceptar el sofriment fent tasques desagradables, mentre espera un home que la rescati de la seva horrible misèria.
- Caputxeta Vermella: la que aprèn a incitar els homes i després els rebutja i arrenca a córrer pels boscos, parcs o carrers solitaris.

Ventafocs

Una ventafocs de la vida real tendeix a tenir un fort tema de “**fins que**”.

Ella no pot sortir de la cendra **fins que** algú l'ajudi, no pot conèixer l'home dels seus somnis **fins que** algú li ho arregli. Pateix turments infringits per les seves cruels germanastres i madrastra **fins que** algú li millori la situació, no deixarà de viure pobrament **fins que** es casi.



La ventafocs sempre necessita d'una fada padrina com a persona que pugui ajudar. Són persones que, tot i que puguin treballar molt dur, les motivacions resten adormides i s'aferren a la il·lusió d'algun dia: d'alguna manera ella serà salvada.

Com es pot trencar aquest patró? Han après a sentir-se trepitjades, abusades i confoses. Es queixen de la pròpia vida, però no fan el salt per a canviar. De vegades es pregunten: per què això sempre em passa a mi? Quan apareixen els homes, coquetegen, sedueixen com a forma de cercar-ne un que les salvi, i després es tornen salvadores d'aquests homes. Les dones s'han de conèixer i és un treball que han de realitzar, però han de pensar; els seus pensaments, sentiments i actes han de ser coherents.

Han de fer un treball per tal que siguin conscients que la seva vida ha estat un esperar algú que les alliberi dels problemes i que les facin felices. Han d'acceptar que els homes que van elegir no estaven bé. Descobrir quins models i pautes van copiar, quins han de canviar. Si continuen fent pel que esperen dels altres. Descobrir la seva flaqueza i les seves limitacions, canviar les que puguin i acceptar les que no puguin canviar.

Què pot fer una ventafocs? Pot:

- Deixar de viure en el futur
- Deixar d'esperar la salvació
- Deixar de viure a través dels altres
- Deixar d'esperar **fins que**
- Començar a viure ara
- Començar a fixar metes per als seus propis èxits
- Començar a acceptar que ella pot ser la seva pròpia fada padrina per a qualsevol meta que es fixi

Per començar a canviar el seu guió, la ventafocs es pot preguntar:

- He de deixar que la gent s'aprofiti de mi perquè així pugui perdonar els qui em turmenten?
- Com puc fer per manera d'obtenir el que vull per a mi mateixa?
- Si mai no trobo l'home adequat, què faré amb la meva vida i amb el meu temps?

Caputxeta vermella

Aquest infant que hi ha dins nostre creu que no som dignes de ser estimades. Ens han rebutjat, han abusat de nosaltres, ens han deixat de banda. Mai no han estat disponibles quan els hem necessitat. Sempre estem a punt per anar a corre-cuita a ajudar els altres. Quan era nena és possible que Caputxeta fos tocada sexualment per un home més gran semblant al seu avi (o qui sap fins i tot si pel propi avi). Ella hi confiava i creia que no podia explicar el que li havia fet. Ara, com a dona, la seva vida és plena de vells llops i possibles salvadors.

Malgrat que Caputxeta Vermella sembla innocent, també sembla sexy, potser de manera ingènua. La seva ingenuïtat és seductora. Juga, i comunica per una banda disponibilitat sexual, però després refusa en realitat aquells que li fan alguna proposta.

D'aquí ve que Caputxeta passi molt del seu temps fent encàrrecs per tot arreu tan excitada com una nena.

Si treballa, possiblement és la que es posarà el seu abric vermell i sortirà a comprar cafè, entrepans. Si es troba amb un problema, demana l'ajut d'un salvador proper, però fa ben poc per salvar-se ella mateixa. Caputxeta anima els homes en la seva vida a jugar.

Pot:

- Deixar d'estar disponible per fer encàrrecs
- Deixar de córrer sempre com una nena
- Deixar l'eterna recerca dels homes més grans que li retornaran excitació a la vida.
- Començar a afrontar la vida amb dignitat de dona
- Començar a protegir-se de situacions insegures
- Començar a portar excitació a la seva vida basada en els seus propis èxits

Per començar a canviar el seu guió, la Caputxeta Vermella pot preguntar-se:

- Com puc relacionar-me amb els homes sense rebutjar-los?
- Com puc fruitar més de la meua pròpia sexualitat?
- Què puc aprendre a fer que frueixi completament per mi mateixa?



Conclusions

Ens adonem que la presència del factor dependència és fonamental a l'hora de realitzar qualsevol abordatge de la toxicomania en la dona.

Quelcom de reiteratiu en aquestes dones és la tendència a repetir la seva relació de parella amb diferents addictes una vegada i una altra, és a dir, buscar les seves noves relacions entre gent de característiques semblants.

A la vista dels nostres resultats i després d'analitzar els diversos autors i autores que aborden aquest tema, pensem que la dependència és una de les claus d'addicció en la dona. Aquest paper de doble dependència típic de l'heroïnòmana l'aboca a una subordinació amb el seu company també addicte, que és amb qui manté la doble dependència, d'ell i de l'heroïna.

Cal que aquestes dones prenguin consciència de què la llibertat i la independència no es poden arrabassar als altres sinó que s'han de desenvolupar dins seu.

Podem dir que la dona que creu en ella mateixa no s'enganya amb somnis buits sobre coses que van més enllà de les seves aptituds. Però, alhora, no vacil·la davant tasques en les quals és competent i per a les quals està preparada. És realista, ferma en els seus propòsits, i no li manca autoestima. Finalment és lliure d'estimar els altres...perquè s'estima a si mateixa. Totes aquestes coses, com a mínim, són patrimoni de la dona que ha fet el salt cap a la llibertat.

M. Rosario Lete
M. Carmen Revuelta
Encarnación Sánchez

La llibertat i la independència no es poden arrabassar als altres sinó que s'han de desenvolupar dins seu

Bibliografia

- Beattie, M.** *Libérate de la Codependencia*. Ed. Sirio. Málaga
- Bononato, L.** (1998) "Mujer y Codependencia". A *Proyecto Hombre*, 19.
- Coletti, M.; Linares, J.L.** (1997) *La intervención sistémica en los servicios sociales ante la familia multiproblemática*. Terapia Familiar. Paidós. Barcelona.
- Coria, C.** (1991) *El sexo oculto del dinero*. Paidós. Barcelona.
- Dowlig, C.** *El complejo de Cenicienta*. Ed. Grijalbo. Barcelona.
- Ehrhardt, U.** *Las chicas buenas van al cielo y las nalas a todas partes*. Círculo de Lectores.
- Jongeward, D.; Scott, D.** (1986) *Mujer triunfadora*. Addison Wesley Iberoamérica.
- Kiley, D.** *El complejo de Wendy*. Javier Vergara Ed. Buenos Aires.
- Llopis, J.J.** (1998) Ponencia a las XXV Jornadas Nacionales Sociodrogalcohol (abril). Tarragona.
- Noewood, R.**(1985); **Vergara, J.** (1986) *Las mujeres que aman demasiado*. Ed. S.A. Buenos Aires.
- Salem, G.** *Abordaje terapéutico de la familia*. Masson. Barcelona.
- Sue Stern, E.** *La mujer indispensable*. Círculo de Lectores.



La dependència relacional en les dones addictes

La dependencia relacional en las mujeres adictas

El factor dependencia es fundamental al realizar cualquier abordaje de la toxicomanía en la mujer. Una doble dependencia, característica de la heroína: al compañero, también drogodependiente, y a la heroína. Un colectivo de mujeres sienten la imperiosa necesidad de un cambio. Los guiones de sus vidas parecen historias de cuentos de hadas. Cabe, pues, plantearse la problemática de sus relaciones humanas. Tienen que dejar de ser cenicientas y caperucitas rojas, descubriendo que la libertad y la independencia no las pueden arrebatar a los demás sino que tienen que desarrollarlas desde su mismo interior.

Relational Dependency among Women Addicts

The dependency factor is fundamental in the management of female drug addiction. Double dependency, a characteristic of female heroine dependency: to her mate, drug addict as well, and to heroine. Collectives of women feel the imperious need for change. Their lives resemble fairy tales. It is necessary, therefore, to consider their human relationship issues. They must stop being Cinderella or Little Red Riding Hood, discovering that freedom and independence cannot be instilled by others, but rather must be developed from within themselves.

Autores: M. Rosario Lete, M. Carmen Revuelta, Encarnación Sánchez

Article: La dependència relacional en les dones addictes

Referència: Educació Social núm. 14, pp. 26-35

Adreça professional: Fundació Gizakia

Avda. Madariaga, 63, 48014 Bilbao

Tel. 94 447 1033

gizakia@lander.es