

CRENÇAS DISFUNCIONAIS DE FAMILIARES DE ADICTOS A ÁLCOOL EM TRATAMENTO

Juliana da Conceição Sampaio Lóss (UENF)

Ju.sampaio@hotmail.com

Larissa de Paula Ferreira (UENF)

larissadepaulaf@gmail.com

Hildeliza Lacerda Tinoco Boechat Cabral (UENF)

hildeboechat@gmail.com

Raquel Veggi Moura (UENF)

Raquelveggi@gmail.com

Rosalee Santos Crespo Istoe (UENF)

RESUMO

Ao analisar as crenças disfuncionais de familiares ao álcool percebemos as implicações presentes neste contexto, onde devemos compreender que o problema da adicção ao álcool é multifatorial. Sabemos que muitos são os problemas decorrentes da adicção ao álcool, porém muitas vezes não é dada devida atenção às relações familiares neste contexto, e não se entende como essas famílias passam pela experiência de acompanhar um familiar adicto ao álcool, como superam essa problemática e o que pensam e sentem. Este estudo buscou compreender as crenças disfuncionais em familiares de adictos ao álcool, onde foi possível constatar que familiares influenciam na recuperação de adictos ao álcool e que manifestam crenças disfuncionais. Como método foram utilizadas a pesquisa bibliográfica, a fim de levantar dados e compreendê-los através das bases de dados nas plataformas Scielo, Redalyc, Pubmed, analisando artigos e livros de autores que versam sobre o tema. Concluiu-se que a família do adicto ao álcool diante da problemática da dependência química, apresenta crenças desadaptativas a saber: “Não tem mais Jeito”, “Não temos como recuperar o alcoolista”, “somos culpados por isso”, “Todo dependente de álcool faz a família sofrer”, entre outras crenças que corroboram para recaídas e piora na recuperação do adicto.

Palavras-chave:

Terapia Cognitivo Comportamental. Adictos. Crenças. Álcool.

1. Considerações iniciais

A Psicologia Cognitivo-Comportamental trabalha sobre os pensamentos disfuncionais do cliente e também de sua família, dá grande ênfase ao cliente e sua maneira de perceber-se no mundo. O objetivo é aprender novas estratégias para atuar no ambiente e promover as mudanças necessárias e assim adquirir qualidade de vida e crenças mais adaptativas.

Diante de todo o exposto nos questionamos quais as crenças disfuncionais observadas em familiares de adictos ao álcool, que nos mostra a literatura na contemporaneidade.

O estudo se justificou dada a grande demanda de familiares que sofrem o problema de adição ao álcool em suas famílias e que buscam ajuda, mas que trazem em seu repertório crenças desadaptadas ou disfuncionais que em nada cooperam para a recuperação de seu familiar. Gerando um quadro de codependência e piorando a relação familiar. Por essa razão este estudo tornou-se relevante, pois através dos dados obtidos será possível intervir para modificação das crenças disfuncionais, obtendo um melhor resultado para a terapia cognitivo comportamental com famílias de adictos ao álcool.

Portanto, será possível ampliar o conhecimento acerca das crenças disfuncionais e contribuir para ampliar o campo da psicologia cognitiva. Através da Terapia Cognitiva os indivíduos atribuem significado a acontecimentos, pessoas, sentimentos e demais aspectos de sua vida, com base nisso comportam-se de determinada maneira e constroem diferentes hipóteses sobre o futuro e sobre sua própria identidade. As pessoas reagem de formas variadas a uma situação específica podendo chegar a conclusões também variadas.

De acordo com BECK, 1963, (2004 p.9) em alguns momentos a resposta habitual pode ser uma característica geral dos indivíduos dentro de determinada cultura, em outros momentos estas respostas podem ser idiossincráticas derivadas de experiências particulares e peculiares a um indivíduo. Em qualquer situação estas respostas seriam manifestações de organizações cognitivas ou estruturas. Uma estrutura cognitiva é um componente da organização cognitiva em contraste com os processos cognitivos que são passageiros.

2. A terapia cognitivo comportamental e a adição a drogas

Este estudo utilizou-se da psicologia cognitivo comportamental. Beck (2013, p. 15) nos mostra que o modelo cognitivo se baseia a partir da hipótese de que as emoções, os comportamentos e a fisiologia do sujeito sofrem influencias pela forma como ele percebe os eventos, ou seja, não é o contexto em si, mas a forma como ela interpreta o contexto. Assim, Beck (2013) afirma que a forma como o sujeito se sente emocio-

nalmente e a forma como ele se comporta está associado ao que ele pensa e como interpreta a situação.

Beck (2013, p. 15) mostra em seu livro terapia cognitivo comportamental – Teoria e prática que os terapeutas cognitivos comportamentais estão interessados no nível de pensamento que pode operar simultaneamente com um pensamento óbvio de nível mais superficial. Esses pensamentos são chamados pensamentos automáticos, são pensamentos que aparecem como lampejos, espontaneamente, normalmente são rápidos.

Beck (1987 *apud* BECK, 2013, p. 114) nos ensina que as crenças são compreensões que as pessoas têm de si mesmas e dos outros como ideias verdadeiras e absolutas, são as crenças mais centrais ou crenças nucleares, ou seja, são compreensões duradouras fundamentais e profundas que constantemente não são articuladas nem para si mesmo.

As crenças nucleares influenciam o desenvolvimento de uma classe intermediária de crenças, que são as atitudes, as regras e os pressupostos. (BECK, 2013, p. 57). Essas Crenças interferem na forma como o sujeito vê a situação que por sua vez interfere como ele pensa, sente e age.

Jungermam e Zanellato (2007, p. 63) apontam que inúmeros artigos científicos trazem em seus estudos a dependência como um fenômeno que atinge não só o usuário de drogas, mas também toda família, o que nos mostra que estudos nesta área são importantes por tratar dessa questão da relação familiar.

A partir de 1980 com a reforma psiquiátrica, o núcleo familiar passou a ser percebido como mais um fator importante no tratamento dos portadores de comportamento, assim a família é parceira no tratamento do seu familiar, bem como na reabilitação. (JUNGERMAM; ZANEL-LATO 2007, p. 128).

Elucidam Jungermam e Zanellato (2007, 122) que quando os familiares buscam por ajuda ou tratamento eles estão em grande sofrimento, em crise, onde tem uma visão pessimistas, estando desacreditadas, não acreditam que o problema possa ser reversível, sem qualquer informação, tornam-se imbuídas de sentimentos negativos de tristeza, impotência, desamparo, medo.

3. *A família do adicto ao álcool*

Segundo Moré e Orth (2008, p. 294) é possível perceber que há influência da família no desenvolvimento da adicção ao álcool que é constatada em artigos científicos e por profissionais que trabalham com famílias em suas práticas de intervenção, trabalhando com o grande desafio por ser um tema complexo, associando a isso o fato de não poder definir a priori apenas um tipo específico de funcionamento familiar.

A cerca das famílias se obtém o seguinte pensamento que expressam Moré e Orth:

Podem ser consideradas não funcionais, no sentido de não ter fatores de proteção necessários para o desenvolvimento de todos seus membros. Por sua vez, cabe apontar, no entanto, que em muitas famílias com dependentes, ocorre um processo de circularidade em que a não funcionalidade e o abuso de drogas reforçam-se mutuamente, mantendo, assim, a homeostase familiar que sustenta a presença desta nas relações familiares. (MORÉ; ORTH, 2008, p.295)

Moré e Orth (2008, p. 298) nos ensinam que as mães de filhos homens superprotegem os filhos adictos os vendo como frágeis, justificando o comportamento deles, vitimizand-os, comportando-se de forma apegada e fazendo que o filho adicto ocupe um lugar na família de favorecido em relação aos outros irmãos.

Assim podemos perceber que a situação familiar é delicada no tange ao problema de dependência do álcool, gerando muito sofrimento para a família os deixando vulneráveis, fragilizados e marginalizados, suscitando nosso olhar para esta problemática, bem como sobre as crenças disfuncionais, que estão presentes nos sujeitos envolvidos na trama familiar.

Duarte, Nunes, Kristensen (2008, p.5) apontam que na literatura em TCC existe uma variedade de termos para designar que algumas destas cognições mais centrais e arraigadas a respeito do self estão, em certo grau, inadequadas à realidade do sujeito e, portanto, causadoras de uma série de dificuldades interpessoais e sofrimento psíquico. Os termos mais comumente empregados como qualificadores dessas cognições consistem em desadaptativos, negativos, disfuncionais, maladaptativos ou irracionais, entre outras definições. Tais cognições específicas são denominadas crenças, e estas são os conteúdos básicos de um esquema, que é uma estrutura mental responsável pelo processamento da informação.

Assim podemos entender que crenças negativas prejudicam e muito a recuperação de um adicto, influenciando sua forma de se comportar, o levando a não acreditar na possibilidade de recuperação. Beck (2013, p. 39) ressalta que as crenças desadaptativas podem ser desaprendidas e novas crenças mais reais e funcionais podem se desenvolver e fortalecer no percurso do tratamento. Portanto o tratamento com TCC envolve em sua fase inicial identificação e modificação de pensamentos automáticos derivados de crenças nucleares, e intervenção para modificação dessas crenças.

Diante do exposto, compreendemos que as crenças afetam diretamente a função da família e sua maneira de pensar poderá influenciar todo o andamento na recuperação do adicto, pois ter um pensamento positivo, uma comunicação adequada, não olhando para o dependente como um fracassado poderá ajudá-lo a fortalecer a luta na abstinência.

4. Considerações finais

Através desta pesquisa bibliográfica percebeu-se a necessidade em abordar temas ligados a família do adicto, já que as pesquisas tratam mais do próprio adicto e não de sua família. Observar crenças pode ajudar o terapeuta a traçar uma melhor conceitualização para atuar no caso.

A família muitas vezes age de forma errônea por não ter conhecimento, não ter acesso a informação o que é de suma importância, saber que a dependência é um problema que deve ser encarado com a devida importância.

Inicialmente havia a hipótese de que a família do adicto teria crenças voltadas para busca de apoio, saber mais sobre a dependência química, todavia a mesma não se confirmou. O que se observa é que a família vem a ser essencial no tratamento da dependência química tendo crenças de desvalor e sinais de depressão com crenças mais negativas em relação ao quadro, provocando desordem na família e desânimo para enfrentar tal problema.

Como vimos neste estudo o familiar se constitui um co dependente, tendo crenças disfuncionais, e comportamentos disfuncionais também, neste caso precisamos ampliar o olhar para este público que necessita de ajuda para conquistar um melhor desempenho para sua família.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BECK, A. T. *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: International Universities Press, 1976.

_____. A.T. Além da crença: Uma teoria de modos, personalidade e psicopatologia. In: SALKOVSKIS, P. M. (Ed.). *Fronteiras da terapia cognitiva*, p. 21-40, São Paulo: Casa do Psicólogo, 2013.

DUARTE, A. L. C; MARIA, M. L. T; KRISTENSEN, C. H. Esquemas desadaptativos: revisão sistemática qualitativa. In: *REVISTA BRASILEIRA DE TERAPIAS COGNITIVAS*, 2008, Volume 4, Número 1. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbtc/v4n1/v4n1a04.pdf>> Acesso em 24 fev. 2016.

GONÇALVES, J. B. *Dependência e Codependência: A recuperação é uma escolha*. São Paulo: Ave Maria, 2010.

JUNGERMAN, F. S. Tratamento psicológico do usuário de maconha e seus familiares: um manual para terapeutas. In: Flávia S. Jungerman, Neide A. Zanelatto. São Paulo: Roca, 2007.

ORTH, Anaídes Pimentel da Silva; MOREÍ, Carmen Leontina Ojeda Ocampo. Funcionamento de famílias com membros dependentes de substâncias psicoativas. In: *Psicologia Argumento*, [S.l.], v. 26, n. 55, p. 293-303, nov. 2017. ISSN 1980-5942. Disponível em: <https://periodicos.pucpr.br/index.php/psicologiaargumento/article/view/19729>>. Acesso em: 25 abr. 2019.

SILVA, E. A. *Abordagens familiares*. *Jornal Brasileiro de Dependência Química*, 2 (Supl. 1), 21-24, 2001.