

A participação da família no tratamento de dependentes de substâncias psicoativas

Tainara Maciel

O uso e abuso de substâncias psicoativas têm se tornado parte das principais preocupações dos pais em relação aos seus filhos nos últimos tempos. Atualmente, às famílias têm enfrentado cada vez mais problemas relacionados ao álcool e drogas entre seus membros. Diante disso, muitas vezes, se vêem perdidas e sem saber a melhor forma de agir. Assim, acabam recorrendo à psicoterapia, clínicas de recuperação para dependentes de substâncias psicoativas, hospitais e atendimentos psiquiátricos.

A procura por tratamento feita por essas famílias é de grande importância. Mas será que só a busca por profissionais especializados é suficiente para resolver esse problema? E como esses familiares se sentem ou agem diante de alguém que faz uso dessas substâncias? O que fazer quando um filho pede dinheiro para usar droga? Ceder ou recusar? Essas questões mostram o quanto uma família pode ficar emocionalmente afetada e em dúvida sobre como agir.

Desse modo verifica-se a importância dos familiares em aderirem ao tratamento psicológico individual. De forma que, ao receberem orientações de como agir adequadamente, possam contribuir para o tratamento do dependente, uma vez que estes são afetados pela convivência próxima ao usuário.

De acordo com a Análise do Comportamento, a dependência como uso compulsivo de drogas é um comportamento que obedece às mesmas leis que governam outros comportamentos, ou seja, é determinado por variáveis genéticas, relações de aprendizagem com seu ambiente e variáveis culturais.

O ato de usar drogas é considerado como algo aprendido, mantido pelas situações atuais e de história de vida da pessoa. Essa determinada maneira de agir se dá em função de variáveis que estão ou estiveram presente na vida do usuário. Tais como: aspectos da relação do indivíduo com o mundo, valores sociais e familiares. O texto **Abuso e dependência de álcool e substâncias psicoativas** presente neste site descreve sobre como se dá essas relações de aprendizagem chamadas de comportamento reflexo e operante.

No tratamento de dependências de substâncias psicoativas, o psicólogo analítico comportamental buscará informações sobre a história de vida do cliente tendo o objetivo de conhecer quais variáveis ambientais são responsáveis pela instalação e manutenção do comportamento de uso compulsivo de drogas. Através da análise de contingências será identificada a função desse comportamento, ou seja, identificar variáveis ambientais antecedentes e conseqüentes que participem da seleção/manutenção desse comportamento. E a partir desse estudo, trabalhará juntamente com o dependente e sua família às alterações nas contingências para emissão de novos comportamentos diante das mesmas variáveis.

Uma família com pouca compreensão dessa problemática e ausência de conhecimento dos reais motivos que levam seu familiar ao uso pode ter atitudes que reforce ainda mais o padrão de uso de álcool e/ou droga dessa pessoa, conseqüenciando inadequadamente o ato de usar substâncias psicoativas com através do excesso de punição, permissividade ou negligência.

Como exemplo, um jovem tímido com um histórico de punição familiar, que se sente triste constantemente e apresenta dificuldades para se relacionar socialmente. Pode, diante de uma situação de exposição social (antecedente), sentir-se triste, apresentar desconfortos físicos (mãos suando, aceleração do batimento cardíaco, etc) e usar drogas (resposta). Como conseqüência pode experimentar sensações prazerosas, sentir-se menos triste, reduzir sensações de desconforto físico e evitar a exposição social.

Nesse caso o comportamento de usar droga está sendo mantido por reforçamento positivo (sensação de prazer) e reforçamento negativo (evito sentir tristeza e entrar em contato com minha falta de habilidade social). Assim, diante das consequências ao uso que diminuem situações e estados aversivos, é grande a chance de ocorrer um aumento na frequência do uso da substância em situações futuras semelhantes.

É comum que a postura de uma família, ao saber que o filho está fazendo uso de substâncias psicoativas, seja adotar algumas tentativas de punição como fazer ameaças e retirar coisas que lhe são importantes, como proibí-lo de usar o computador, de ver os amigos e assistir televisão. Entretanto, no exemplo mencionado, a tentativa de castigo por parte dos familiares pode contribuir para o aumento da frequência de uso do mesmo. Pois a retirada do acesso aos reforçadores positivos (não poder fazer programas mais saudáveis que o uso da droga) pode fazer com que ele se sinta ainda mais triste e assim aumentar sua procura por substâncias que contribuem para se sentir melhor.

Isso não quer dizer que os pais devem adotar uma postura passiva e simplesmente aceitar o uso de drogas do filho. Porém é de extrema importância que eles recebam orientações dos profissionais sobre a melhor forma de consequenciar seu filho para que assim evitem que algumas atitudes da família possam reforçar ainda mais o padrão do dependente. Nesse exemplo o comportamento do jovem pode estar sendo mantido em alta frequência por conta das consequências reforçadoras ditas anteriormente. E, para que este consiga romper com o padrão de uso, é necessário que ocorra o aprendizado de outras formas de se comportar para se sentir bem sem ser através do uso de alguma substância.

De maneira simples pode-se dizer que a função do comportamento de uso do jovem na situação descrita foi esquivar-se de uma situação aversiva a qual ele apresenta déficits em seu repertório social. A partir dessa análise, uma das possíveis intervenções deve-se basear no desenvolvimento de habilidades sociais, para que em situações futuras semelhantes ele tenha repertório social para emitir uma nova resposta diante do mesmo antecedente e assim obter uma nova consequência reforçadora. Como exemplo, diante do mesmo antecedente (exposição social) esse jovem pode ao invés de usar drogas, iniciar uma conversa e perceber que as pessoas foram atenciosas e demonstraram interesse pelo o que estava dizendo. Assim por consequência, pode diminuir estados de desconforto físico, sentir-se valorizado e ficar feliz (reforçamento positivo e negativo). De acordo com essas novas consequências reforçadoras, em situações futuras, é possível que aumente a chance dele se expor mais ao invés de fazer uso de drogas.

Através da análise funcional, a família pode compreender melhor a função do comportamento de uso de uma pessoa e assim avaliar a melhor forma de agir diante de determinada situação. Nesse exemplo, essa família deveria se atentar à timidez e ao sentimento de tristeza constante do filho. Ao invés de castigá-lo, pensar em conjunto com o terapeuta formas de ajudá-lo a enfrentar suas dificuldades, tendo acesso a momentos prazerosos como tentativa de diminuição do sentimento de tristeza e consequentemente diminuição dos motivos que o leva ao uso de drogas.

É importante que os pais estejam atentos aos detalhes, por menores que sejam, da vida de seus filhos. Saber o que tem ocorrido com eles, como eles pensam sobre eventos de sua vida, seus valores, como resolvem seus problemas, como se sentem com tais problemas e como lidam com esses sentimentos. Para que os pais atentem-se aos detalhes é preciso estarem presentes, dialogar, ouvir, não julgar, compreender, incentivar, expressar sentimento, descrever percepções sobre atitudes dos filhos, dentre outras, sempre com amor e respeito.

Esses detalhes fazem a diferença no tratamento dessas pessoas, pois a família pode contribuir no tratamento reforçando diferencialmente qualquer outro comportamento adequado que não seja o ato de usar drogas. Dar atenção, valorizar comportamentos sociais agradáveis e de interesse por outras atividades de forma que seja interessante para a pessoa se tornam grandes contribuições. Podendo assim, contribuir no desenvolvimento de habilidades necessárias que possam concorrer com o comportamento de uso como

evitar situações de risco, assertividade, emissão de comportamentos alternativos, ampliação do sentimento de auto-confiança e auto-estima, dentre outras.

A orientação familiar no tratamento de dependentes é de grande importância, pois a partir deste trabalho, pode-se obter resultados significativos. Não se pode esquecer que o prognóstico do tratamento é melhor quando o próprio usuário tem vivido situações em que o uso de drogas tem gerado mais perdas do que prazeres, aumentando assim, o interesse por mudanças. E sem esquecer também, que existem muitas contingências em operações que podem influenciar na eficácia do tratamento.

Com o aumento do número de pessoas que passam por este problema de uso compulsivo de drogas e álcool muitos estudos estão sendo realizados para se avaliar formas mais eficazes de tratamento. Os estudos têm apontado que a participação dos familiares, como tentativa de contribuir para as mudanças de contingências necessárias para extinção do comportamento de uso, tem apresentado resultados satisfatórios.