



MANUAL TERAPÉUTICO

PARA LA REHABILITACIÓN
DE TRASTORNOS ADICTIVOS

Dr. Humberto Guajardo Sáinz
An. Diana Kushner Lanis

MANUAL TERAPÉUTICO

PARA LA REHABILITACIÓN
DE TRASTORNOS ADICTIVOS

© Editorial de la Universidad de Santiago de Chile
Av. Libertador Bernardo O'Higgins 3363
Tel.: 56-2-6814542
Fax.: 56-2-6812561
www.editor@usach.cl
Santiago de Chile

© Autores
Dr. Humberto Guajardo Sáinz
hguajardo@entelchile.net

An. Diana Kushner Lanis
diana@unidad.cl

CIAD
www.unidad.cl

Mayéutica. Manual Terapéutico. Manual del Terapeuta.
Inscripción N°: 138.977
ISBN: 956-7069-89-1

Portada y diseño: Miguel Lagos Kushner
Diagramación e Ilustración: Kúyen Rayen

Primera edición en Editorial Universidad de Santiago, 2004.

Impreso en LOM Ltda.

Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida, almacenada o transmitida en manera alguna ni por ningún medio, ya sea eléctrico, químico o mecánico, óptico, de grabación o de fotocopia, sin permiso previo de la editorial.

índice Temático

Agradecimientos	•	10
Prólogo terapeuta	•	11 - 12
Prólogo paciente	•	13
PARTE 1	•	
Bases teóricas	_____	I
Modelo de adicciones	_____	II - IX
Vínculo terapéutico	_____	X - XI
El grupo terapéutico en adicciones	_____	XII - XIV
PARTE 2	•	1
Proceso terapéutico		
Capítulo 1	•	3 - 9
Hoy puedes cambiar		
Capítulo 2	•	11 - 18
El consumo de drogas		
Capítulo 3	•	19 - 22
Cómo afectan las drogas al cerebro		
Capítulo 4	•	23 - 26
El principio de atribución		
Capítulo 5	•	27 - 31
Libertad o esclavitud		
Capítulo 6	•	33 - 38
Yo, mi propio responsable		
Capítulo 7	•	39 - 45
Así construye el hombre su personalidad		
Capítulo 8	•	47 - 50
Construcción y estilos del pensamiento		

Capítulo 9	•	<u>51 - 55</u>
El análisis transaccional (PAN)		
Capítulo 10	•	<u>57 - 60</u>
Resolución de conflictos		
Capítulo 11	•	<u>61 - 66</u>
Autodiálogos		
Capítulo 12	•	<u>67 - 74</u>
Entendiendo el proceso de autoconocimiento		
Capítulo 13	•	<u>75 - 80</u>
El proceso creativo		
Capítulo 14	•	<u>81 - 94</u>
La identidad		
Capítulo 15	•	<u>95 - 100</u>
La autobiografía		
Capítulo 16	•	<u>101 - 104</u>
El inconsciente		
Capítulo 17	•	<u>105 - 109</u>
Satisfaciendo necesidades		
Capítulo 18	•	<u>111 - 116</u>
Las emociones		
Capítulo 19	•	<u>117 - 120</u>
Miedo al rechazo		
Capítulo 20	•	<u>121 - 124</u>
La mentira		
Capítulo 21	•	<u>125 - 128</u>
Amores que matan		

Capítulo 22	•	<u>129 - 133</u>
Prevencción de recaídas		
Capítulo 23	•	<u>135 - 138</u>
El árbol de la vida		
Capítulo 24	•	<u>139 - 144</u>
Ser o estar		
Capítulo 25	•	<u>145 - 149</u>
El diálogo con tu niño interior		
Capítulo 26	•	<u>151 - 157</u>
La espiritualidad		
Capítulo 27	•	<u>159 - 163</u>
El sentido de vida como factor de la autorrealización		
Capítulo 28	•	<u>165 - 170</u>
Valores y fortalezas del carácter		
Capítulo 29	•	<u>171 - 174</u>
La búsqueda de la felicidad		
Capítulo 30	•	<u>175 - 179</u>
Reflexiones de sabiduría para el cambio		
Capítulo 31	•	<u>181 - 184</u>
Epílogo		
Capítulo 32	•	<u>185 - 188</u>
La constelación oculta		
Apéndice	•	<u>189 - 196</u>
Vocabulario terapéutico		
Bibliografía	•	<u>197 - 199</u>

Agradecimientos

Para ti, para ellos y para Uds.

A mi compañero de apertura a la sabiduría del amor Humberto.

A mis grandes profesores mis hijos: Miguel desde pequeño un incansable buscador de la verdad, Javier con tu inagotable lucha por vivir, José Ignacio el hombre que consigue lo que se propone y Daniel para el cual el ser no tiene imposibles si usa el conocimiento. Cómo no aprender de la vida con ustedes que me lo dieron todo. Los Amo.

Y a aquellos guerreros que optaron por la valentía de buscar la libertad; al equipo que me acompaña día a día ¡GRACIAS!

Protesta

No puedo dejar pasar este momento para repudiar a aquellos que se comprometen desde distintos ámbitos en fomentar la esclavitud del hombre en el siglo XXI, involucrados en la permisividad mal intencionada del consumo de drogas y alcohol.

La ambición y el poder someten, pero la ¡ignorancia premeditada! es el grillete y las cadenas que arrastran y fomentan la esclavitud.

Diana Kushner Lanis

A nuestros hijos Miguel, Javier, José Ignacio y Daniel con amor y agradecimiento.

A nuestros padres por entregarnos nuestros valores y nuestra autobiografía.

A nuestros colaboradores por ayudarnos a materializar esta ilusión.

A quienes han creído en nosotros.

A Diana por ser y estar con amor.

Dr. Humberto Guajardo Sáinz

Prólogo Terapeuta

“Sólo aquello que te sucede es verdadero. Sólo aquello que florece en ti es verdadero. Sólo aquello que crece en ti es verdadero y vivo. Recuérdalo siempre: evita el conocimiento prestado”. Con estas palabras hemos comenzado el Manual Terapéutico en su versión para los pacientes. Al entregar este Manual para Terapeutas, estamos seguros que quienes lo lean podrán incorporar sus propios elementos creativos que les permitan trabajar con sus pacientes.

Hemos diseñado entonces dos manuales, uno para terapeutas y otro para pacientes. Ambos manuales se complementan y serán usados simultáneamente durante el proceso terapéutico. Se espera que el paciente tenga su Manual como un instrumento de autoayuda y de autoconocimiento permanente, que lo acompañe aún después de su proceso terapéutico.

Este Manual es el fruto de un intenso trabajo que los autores hemos desarrollado por años al formar la Unidad de Adicciones de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Santiago de Chile. En él hemos plasmado nuestra experiencia e investigación y hemos recogido los fundamentos de un Modelo Integrativo de comprensión y tratamiento de las adicciones, incorporando los planteamientos centrales del Movimiento de Psicoterapia Integrativa.

Este Modelo de tratamiento ha sido utilizado en nuestro Centro Integrativo de Adicciones (CIAD), y probado con éxito en decenas de personas que hoy están recuperadas de su trastorno adictivo e integrados a la sociedad.

El terapeuta podrá utilizar este manual en tratamientos ambulatorios y de internación, independiente de cuál sea la estructura de tratamiento que se haya dado el programa o la comunidad terapéutica que lo desee implementar.

El terapeuta encontrará en el manual nuestra visión integradora del proceso adictivo, sus múltiples causas, pero fundamentalmente herramientas de ayuda hacia el paciente.

Aún cuando la esencia de nuestro tratamiento involucra el trabajo grupal en la rehabilitación de las adicciones, muchos terapeutas encontrarán que este material puede ser usado en el manejo psicoterapéutico individual de muchas otras patologías (anorexias, bulimia, depresión, trastornos de ansiedad, trastornos de personalidad, entre otras).

El manual que entregamos es producto de la recopilación, sistematización y ordenación de los conocimientos, instrumentos y herramientas terapéuticas, que por años hemos utilizado en nuestro trabajo clínico. Sin lugar a dudas, representa una guía sumamente útil para el paciente en rehabilitación y una herramienta muy eficaz para el terapeuta. A través de estas orientaciones es posible reconocer las causas de la adicción, detectar los fallos de personalidad y superar los problemas que impiden al adicto desarrollarse. El proceso terapéutico es similar para cualquier droga que se consuma, independiente si el paciente consume una sola droga ilegal, es un alcohólico o poliadicto. Lo que trataremos no es la droga en sí, sino

las características de personalidad que el paciente debe modificar para superar su adicción.

El Manual del Terapeuta tiene algunas diferencias respecto del Manual del Paciente. A comienzo, se presentan tres capítulos de contenido teórico que explican las bases del Modelo de Atención, las características del grupo terapéutico y el vínculo terapéutico; los diferentes capítulos en el caso del Manual del Terapeuta incluyen aspectos teóricos explicativos, indicaciones adicionales para el manejo de la técnica y elementos de interpretación de lo realizado por el paciente.

12

Por considerar que los terapeutas que trabajarán con este manual tienen conocimientos y capacitación respecto a las principales drogas y las características del fenómeno adictivo, hemos obviado referirnos a estos aspectos, entrando de lleno al trabajo terapéutico.

Este manual es un aporte a muchos terapeutas que trabajan esforzada y anónimamente en la rehabilitación de adicciones, para ellos vaya nuestro reconocimiento, apoyo, cariño y agradecimiento.

Dr. Humberto Guajardo Sáinz
An. Diana Kushner Lanis

Prólogo Paciente

“Sólo aquello que te sucede es verdadero. Sólo aquello que florece en ti es verdadero. Solo aquello que crece en ti es verdadero y vivo. Recuérdalo siempre: evita el conocimiento prestado”.

El material que tienes en tus manos es producto de la recopilación, sistematización y ordenación de los conocimientos, instrumentos y herramientas terapéuticos, fundados en el modelo de tratamiento de adicciones desarrollado por la Unidad de Adicciones de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Santiago de Chile (USACH). Dichos conocimientos, instrumentos y herramientas han sido aplicados con probada eficacia en el Centro Integrativo de Adicciones (CIAD), dependiente de la misma Unidad, en decenas de exadictos, ahora reeducados y reintegrados exitosamente a la sociedad. Sin lugar a dudas, representan una guía sumamente útil para el paciente en rehabilitación. A través de ellos, es posible reconocer las causas de la adicción, detectar los fallos de personalidad y superar los problemas que impiden al adicto desarrollarse.

No obstante, este manual pretende más que ser sólo un texto teórico o práctico. Aspira a constituirse en un mapa que, empleado concienzudamente, pueda conducirte al descubrimiento de un bien de valor incalculable.

Los conocimientos que vas a adquirir allanarán el camino cuya desembocadura es el despegue completo y definitivo de tu vida. Son parte del proceso de encuentro con el verdadero sentido de ésta y deben ser capaces de dar respuesta a todas tus preguntas.

La solución de todo lo que no se entiende, la evidencia de todo lo que no se conoce y la respuesta a toda pregunta, todo ello, vive en tu interior. El misterio anida en el conocimiento y se apoya en la información.

Con mucho amor y respeto, te invitamos a que desvelemos juntos este misterio y te damos la más cordial bienvenida a esta fraternidad de guerreros que caminan por la existencia librando con valor, en forma resuelta y decidida, la dura batalla contra el flagelo de las adicciones.

Estamos seguros de que este manual - y los ejercicios que en él se contienen - generarán un impacto positivo en tu vida y tu entorno, y que los resultados obtenidos de ellos te reconciliarán con la existencia y mejorarán más la relación contigo mismo y con los demás.

Dr. Humberto Guajardo Sáinz
An. Diana Kushner Lanis