



Original

Parámetros para diseñar un instrumento psicoterapéutico fundamentado en testimonios de significación social de sujetos drogodependientes

Parameters for designing a psychotherapeutic instrument based on testimonies of social significance of drug addicts

Humberto García Penedo^{1*}

Nayla Carrasco Rodríguez²

María de los Ángeles González Borges³

Ricardo Ángel González Menéndez⁴

1 Universidad de La Habana, Facultad de Psicología. La Habana, Cuba.

2 Empresa de Seguros Nacionales (ESEN). La Habana, Cuba.

3 Universidad de La Habana, Facultad de Comunicación. La Habana, Cuba.

4 Hospital Psiquiátrico de La Habana "Comandante Manuel Ordaz". La Habana, Cuba.

*Autor para la correspondencia: humberto@psico.uh.cu

RESUMEN

A partir de una compilación previa de testimonios de alta significación social de pacientes bajo tratamiento por diversas toxicomanías, se seleccionaron 15 con el fin de emplearlos como recursos psicoterapéuticos. Los mismos se redactaron ajustados a objetivos terapéuticos específicos, a criterios éticos, estéticos, a los géneros periodísticos testimonial y crónica y a criterios funcionales que consideran las características psicopatológicas de los adictos. Los textos fueron analizados por dos grupos diferentes de expertos para recabar sus criterios al respecto; el primer grupo de expertos estaba constituido por 8 psicólogos, 1 psiquiatra y dos periodistas; mientras que el segundo grupo fue conformado por 23 pacientes que se encontraban bajo tratamiento psiquiátrico con internamiento por dependencia a sustancias psicoactivas. Hubo consenso en ambos grupos acerca de la utilidad práctica de los testimonios analizados para complementar la psicoterapia en adicciones. También, de manera general, concordaron que la redacción de los textos era comprensible, estaban éticamente bien tratados, y los profesionales coincidieron, asimismo, en la adecuación de las historias con respecto a los objetivos psicoterapéuticos que se esperaban cumplimentar tras su empleo y presentar enseñanzas a modo de inferencias captables. De esta manera, quedaron finalmente definidos los criterios a considerar para la redacción de anécdotas con fines psicoterapéuticos, ya sea en grupos o para la biblioterapia.

Palabras clave : adicciones; instrumento biblioterápico; testimonios; crónicas; anécdotas

ABSTRACT

Fifteen testimonies were selected in order to use them as psychotherapeutic resources from a previous compilation of testimonies of high social significance of patients under treatment due to various drug addictions. They were written according to specific therapeutic objectives, ethical and aesthetic criteria, testimonial and chronic journalistic genres and functional criteria that consider the psychopathological characteristics of addicts¹. The texts were analyzed by two different groups of experts to gather their criteria in this regard. The first group of experts consisted of 8 psychologists, 1 psychiatrist and 2 journalists; while the

second group was made up of 23 patients who were under psychiatric treatment with hospitalization due to dependence on psychoactive substances.

There was consensus in both groups about the practical usefulness of the testimonies analyzed to complement the psychotherapy in addictions. In general, they agreed that the writing of the texts was understandable and they were ethically well treated. The professionals also agreed on the adequacy of the stories with respect to the psychotherapeutic objectives that were expected to be completed after their use, as well as for presenting teachings as a way of understandable inferences. Finally, the criteria to be considered for the writing of anecdotes for psychotherapeutic purposes either in groups or for the Bibliotherapy were defined.

Keywords: addictions; design of bibliotherapy instrument; testimonies; chronicles; anecdotes.

INTRODUCCIÓN

La biblioterapia es un procedimiento a utilizar como complemento al desarrollo personal, se ha empleado en la intervención psicoterapéutica a personas con diversas alteraciones psicopatológicas, así como en el tratamiento de las drogodependencias.(1,2,3,4,5) La crónica es un género periodístico que, además de narrar un hecho real, se ofrece una valoración sobre ellos, por lo que suele emplearse para sensibilizar al lector con una temática concreta.(6)

El testimonio ha sido siempre un valioso recurso para instruir y sensibilizar a otros acerca de una problemática social;(7) por años se ha empleado en los grupos de psicoterapia, en grupos de autoayuda como Alcohólicos Anónimos (AA), entre otros.

La construcción de historias para fines psicoterapéuticos ha de regirse por criterios, tanto artísticos como científicos, (8) para que sean potencialmente más efectivos como complementos de psicoterapia; estos criterios hacen que en dicha tarea resulte necesario un equipo multidisciplinar de especialistas. Una variante de trabajos de este tipo se ha hecho con las metáforas: relatos que buscan estimular la reflexión para lograr una reconfiguración cognitiva saludable;(3,9) esta modalidad parece tener la virtud de facilitar la expresión emocional.(10)

Las adicciones afectan la capacidad del juicio y el autocontrol de la conducta debido a la afectación temporal de la actividad de la región cerebral frontal,(5,11) cuya recuperación a

partir de la abstinencia es paulatina pero toma meses. Las principales afectaciones no son solamente cognitivas, sino que constituyen verdaderas disfunciones emocionales.(12)

Lo anterior demanda la búsqueda de recursos que estimulen la catarsis y a partir de esta se facilite la reevaluación cognitiva de las experiencias. El filósofo chileno Maturana(13) planteó que las premisas de todo sistema racional no son racionales, sino emocionales. Al estar las emociones en nuestro punto de mira, no es difícil entender por qué interesarnos en los testimonios de alta significación social asociados a las adicciones como recurso de punto de partida para realizar psicoterapia y también biblioterapia, con alto potencial para sensibilizar y facilitar la reflexión.

Recabar testimonios de alta significación social fue el primer paso del presente estudio, su redacción posterior obedeció a criterios que luego deberían ser valorados por los expertos. Esta investigación indaga acerca de la pertinencia de criterios iniciales acordados por expertos, tanto de salud como de la comunicación social, como requisitos de una producción literaria con fines asistenciales a personas con alguna adicción, ahora desde un paradigma bidisciplinar (el de los artísticos literarios, inherentes a los géneros mencionados; y el de la psicología clínica).

El objetivo del presente artículo es precisar la pertinencia de un grupo de criterios empleados en la redacción de los textos con fines psicoterapéuticos a drogodependientes.

MÉTODOS

Método de criterio de expertos (11 expertos entrevistados: 8 psicólogos, 1 psiquiatra y 2 periodistas). Se les aplicó un cuestionario para obtener criterios sobre los 15 textos (6 testimonios y 9 crónicas), también se aplicó un cuestionario a una muestra de 23 toxicómanos seleccionados de manera intencional (13 alcohólicos, 7 adictos a varias sustancias y 3 al crack) de un universo de 50 en tratamiento psiquiátrico, para conocer sus criterios sobre los textos. Además, se estimuló la recogida de aspectos cualitativos para enriquecer el estudio.

A cada experto se le dio a leer un folleto con las 15 historias y se le pidió que registrase su criterio acerca de cada una de estas en las hojas de respuesta.

Se tuvieron en cuenta como criterios de inclusión que fueran pacientes ingresados bajo diagnóstico y tratamiento por drogodependencia, la voluntariedad de participar en la investigación, el nivel escolar medio como mínimo y que el rango de edad 30-55 años. Se excluyeron los pacientes que presentaran una comorbilidad psiquiátrica clasificada como psicosis o trastorno orgánico.

RESULTADOS

Las consultas a los expertos (profesionales) arrojaron los siguientes resultados. Las consideraciones acerca del aspecto "premisa bien planteada" (PBP) se concentran entre los valores "bastante" y "mucho", lo que indica un logro satisfactorio de este propósito (tabla 1). Quedó, entonces, refrendada la pertinencia de guiar la redacción de un texto con fines psicoterapéuticos.

Tabla 1 - Premisa bien planteada

Historias	0 Nada	1 Algo	2 No sé	3 Bastante	4 Mucho	Totales
1		1		2	8	11
2				4	7	11
3			1	3	7	11
4			2	2	7	11
5			1	2	8	11
6			1	2	8	11
7				3	8	11
8				1	10	11
9				2	9	11
10			1	4	6	11
11			1	1	9	11
12		1		2	8	11
13		1		3	7	11
14		1	1	2	7	11
15			1	2	8	11

En la tabla 2 se muestran los resultados acerca de las "inferencias captables"; de modo general se logró que los textos dejaran entrever los mensajes no declarados explícitamente. Este aspecto cobra mayor valor, dado al hecho de que emplear este recurso permite comunicar lo que se quiere de forma indirecta, lo que tributa a disminuir las resistencias que puedan

emerger en los clientes de salud, dicho resultado también logra refrendar la pertinencia de este otro criterio para redactar textos con fines de salud.

Tabla 2 - Inferencias captables

Historias	0 Nada	1 Algo	2 No sé	3 Bastante	4 Mucho	Totales
1				3	8	11
2				3	8	11
3				3	8	11
4			1	2	8	11
5			1	3	7	11
6			1	3	7	11
7				3	8	11
8				2	9	11
9			1	2	8	11
10			1	4	6	11
11			1	2	8	11
12			1	3	7	11
13			1	4	6	11
14			1	5	5	11
15				2	9	11

La sumatoria de valores otorgados por los expertos a los textos respecto al criterio de ética respetada en su redacción, se ubicó entre "bastante" y "mucho" (tabla 3). Estos resultados apuntan a la pertinencia del referido criterio para ser considerado en la construcción de

textos.

Tabla 3 - Criterios éticos requeridos

Historias	0 Nada	1 Algo	2 No sé	3 Bastante	4 Mucho	Totales
1				2	9	11
2				2	9	11
3			1	1	9	11
4			1	1	9	11
5			1	1	9	11
6				1	10	11
7				1	10	11
8					11	11
9			1		10	11
10				2	9	11
11			1	1	9	11
12			1	1	9	11
13					11	11
14			1		10	11
15			1		10	11

La tabla 4 resume los valores que los expertos otorgan al criterio "utilidad práctica (UP)", los que se ubican en las mismas categorías que las anteriores categorías referidas anteriormente.

Tabla 4 - Utilidad práctica

Historias	0 Nada	1 Algo	2 No sé	3 Bastante	4 Mucho	Totales
1				3	8	11
2			1	3	7	11
3			1	3	7	11
4			2	2	7	11
5			1	2	8	11
6			1	1	9	11
7		1		3	7	11
8		1		1	9	11
9			1	2	8	11
10			2	2	7	11
11			2	2	7	11
12		1		2	8	11
13		1		3	7	11
14			2	2	7	11
15			1	2		11

Finalmente, la tabla 5 expone los criterios aunados de los expertos respecto al criterio "estética literaria (EL)". El objeto de estudio de la comunicación social no es menos importante para considerarlo entre los mediadores de la construcción de textos para fines psicoterapéuticos, quedando, a juicio nuestro, también aceptado como otro criterio más a considerar en la construcción de historias.

Tabla 5 - Estética literaria

Historias	0 Nada	1 Algo	2 No sé	3 Bastante	4 Mucho	Totales
1			1	3	7	11
2		1		5	5	11
3		1		3	7	11
4			3	3	5	11
5		1	1	2	7	11
6			2	4	5	11
7				2	9	11
8				4	7	11
9			1	3	7	11
10			1	3	7	11
11				3	8	11
12		1		3	7	11
13		1	1	3	6	11
14		1	1	3	6	11
15			2	3	6	11

De modo general los resultados se concentraron entre los valores "bastante" y "mucho". No obstante, las discretas dispersiones de valores hacia escalas inferiores en algunas historias nos indican que los textos aun requieren revisión para su perfeccionamiento como instrumentos de trabajo.

Entre los aspectos cualitativos recabados por los expertos se hallaron las sugerencias que emitieron para mejorar la redacción, ya sea en función de la estética, de su comprensión o de los fines de salud para los cuales habían sido escritos.

Los expertos concordaron en que los textos eran pertinentes para ser empleados como instrumento complementario a la psicoterapia.

Los criterios recabados del grupo de 23 pacientes fueron ajustados a su condición de beneficiarios de las historias. A los pacientes se les preguntó sobre: "identificación personal", "utilidad para la rehabilitación" y "comprensión del texto" (según el lenguaje).

Los pacientes comprendieron los textos de ambos géneros literarios en su mayoría y consideraron, además, la mayoría de las historias como útiles para la rehabilitación psicosocial. Sin embargo, el criterio "identificación personal" mostró un resultado inesperado, pues la mayoría de los pacientes no se identificaron con las historias (tabla 6).

Tabla 6 - Identificación personal, utilidad para la rehabilitación y la comprensión del texto

Historias	Cr.	Test	Identificación personal					Útil para la rehabilitación					Comprensión del texto				
			0	1	2	3	4	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
1 Día paseo	X		8	7	0	3	5	0	2	2	9	10	0	3	0	6	14
2 Autoestima		X	12	2	2	3	4	0	1	4	7	10	0	4	2	7	10
3 Perdóname	X		6	5	3	2	7	0	2	1	7	13	0	0	3	5	15
4 Se levanta	X		14	3	0	4	2	1	1	5	4	12	1	2	3	6	11
5 Odio a papá	X		15	3	2	0	3	3	2	0	7	11	1	1	3	7	11
6. Odio a todos		X	15	5	1	1	1	2	4	1	5	11	1	2	1	8	11
7 Regreso		X	10	5	2	3	3	1	1	2	5	14	1	1	1	4	16
8 Colchita	X		12	5	1	2	3	1	1	5	9	7	0	3	1	4	15
9 Testamento		X	12	6	0	2	3	1	1	4	10	7	0	3	1	4	15
10 Análisis	X		11	4	3	2	3	1	2	2	10	8	0	2	3	7	11
11 Pelado	X		17	3	1	1	1	2	1	1	8	11	1	1	1	5	15
12 Varón	X		2	6	5	2	8	0	0	0	7	16	0	0	1	4	18
13 Llorando		X	18	1	2	2	0	0	3	5	5	10	0	2	3	6	12
14 Perrito	X		18	1	2	2	0	0	3	5	6	9	0	2	3	6	12
15 Odio y adicción		X	12	1	2	3	5	1	0	3	9	10	0	2	2	5	14

Leyenda: 0 = nada, 1 = algo, 2 = no sé, 3 = bastante y 4 = completo

Este resultado sobre la identificación personal ocurrió a pesar de que como promedio el grupo llevaba 20 años en el consumo de sustancias y solo 3 de ellos llevaban 2 años o menos como dependientes. Estos resultados obligan a replantearse la redacción de las historias para que favorezca la identificación de los pacientes, ya no por el hecho de que a ellos les haya acontecido algo similar en sus vidas, sino, para lograr que sean capaces de reflexionar como lo hizo uno de ellos: "Lo único que me faltó fue tiempo y consumo para llegar hasta ese punto" .

Este resultado, en apariencia adverso, también se atribuye al hecho de que las historias analizadas reflejaban hechos de profundo impacto social, las que, por lo general, suelen tener lugar cuando las personas, producto de la evolución de la enfermedad, experimentan un deterioro biológico, psicológico y social, el cual ha ido dejando una estela de hechos dolorosos. Entonces, en opinión de expertos de Alcohólicos Anónimos, los alcohólicos no recuperados suelen tener el hábito de compararse con los otros para evitar identificarse, lo mismo puede haber estado sucediendo con los pacientes que formaron parte de la muestra. Aunque debe mencionarse que el argumento más esgrimido por los sujetos de investigación fue que "ellos nunca habían pasado por experiencias como esas y punto".

Como aspectos cualitativos que fueron resultado de la investigación, varios pacientes argumentaron lo siguiente acerca del procedimiento de leerles las historias:

-Para mí sería más fácil si el especialista también fuera un adicto, ya que este entendería muchos de los sucesos y experiencias vividas, ya que no es fácil en ocasiones explicarle a una persona que nunca lo ha experimentado el por qué es tan difícil salir del consumo y mantenerse limpio por un tiempo prolongado. Por eso, en muchas de las ocasiones que intenté buscar ayuda prefería los grupos de AA y NA, ya que estos sufrían de los mismos males que yo. Pero al experimentar este nuevo método me he dado cuenta que se puede encontrar ayuda en todos lados y que los profesionales están haciendo todo lo posible para poder hablar el mismo idioma.

-Todas las historias me han agradado porque nos enseñan y conocemos experiencias que aunque no las hayamos vivido, podríamos llegar a ellas en una recaída; me han hecho comprender y alejarme del tóxico que me esclavizaba.

-Siempre hubo algo que me llevé para instruirme con experiencias de otros adictos.

CONCLUSIONES

Los criterios utilizados para redactar los textos de referencia resultaron pertinentes para elaborar otros textos con fines asistenciales según consenso de los expertos. Estos también consideraron pertinentes todos los textos para ser utilizados como instrumentos psicoterapéuticos. En cambio, por la parte de los pacientes, también apreciaron la utilidad práctica de lecturas de este tipo como recurso de utilidad para su rehabilitación, las que apreciaron como comprensibles, pero en lo referente a identificarse todos con las historias, eso no ocurrió.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Carrasco Rodríguez N, García Penedo H. Biblioterapia aplicada a drogodependientes. Un método para valorar la pertinencia de literatura a esos fines. Tesis de licenciatura en Psicología. Universidad de La Habana; 2013
2. Alonso García O. Biblioterapia y desarrollo personal. La Habana: Ed Ciencias Médicas; 2008.
3. Blenkiron P. Using Story and Metaphor in Psychotherapy. RCPsych Exeter. 2014;7(4).
4. García Penedo H. Asistencia psicológica al alcohólico y otros drogadictos. La Habana: Editorial UH; 2011.
5. González Menéndez RÁ. Misión: Rescate de adictos. Guía para la relación de ayuda con toxicómanos. La Habana: Casa Editora Abril; 2012.

6. Rodríguez Betancourt M. Acerca de la crónica periodística. Selección de textos. La Habana: Ed. Pablo de la Torriente; 2005.
7. Gargurevich J. Género periodístico. La Habana: Félix várela; 2006.
8. De Cós Milas F, García Sánchez V, Gómez Macías. El uso de la metáfora en psicoterapia. An. Psiquiat. 2009;25(1): 26-31.
9. Ruiz Fernández, MÁ, Díaz García MI, Villalobos Crespo A. Manual de técnicas de intervención cognitivo conductuales. Bilbao: Ed Desclée De Brouwer, S.A.; 2012.
10. Moix, Queraltó J. Las metáforas en la psicología cognitivo-conductual. Papeles del Psicólogo. 2006;27(2).
11. National Institute on Drug Abuse (NIDA). Las drogas, el cerebro y el comportamiento. La ciencia de la adicción. 2014;15-5605(S).
12. Manes F, Niro M. Usar el cerebro. Buenos Aires: Editorial Paidós y Libros del Zorzal; 2014.
13. Maturana H. Emociones y lenguaje en Educación y Política. Santiago de Chile: Ed. Dolmen Ensayo, Ed. Décima; 2001.

Agradecimientos

Se agradece, en primer lugar, a los pacientes, que tuvieron la gentileza de compartimos anécdotas de profunda significación personal asociadas a sus respectivas adicciones para ser empleadas en el tratamiento psicoterapéutico de otros pacientes. Se agradece, además, a las periodistas y otros expertos que revisaron los textos y propusieron las justas correcciones para mejorarlos.

Conflicto de intereses

Los autores declaran que no tienen conflictos de intereses

