AÇÕES QUE CONTRIBUEM PARA A AUTOESTIMA DO DEPENDENTE QUÍMICO

ACTIONS THAT CONTRIBUTE TO SELF ESTEEM OF CHEMICAL DEPENDENT

Beatriz Celloto Puga \*¹

Danielle da Silva Souza\*¹

Flávia Oliveira Reis\*¹

Iuri Arantes Cruz\*¹

Marília Gabriela Amaral Vaz\*¹

Phatrícia Juliana de Paula Silva\*¹

Sara Cristina Zambelli \*¹

Ana Paula Barbosa\*²

RESUMO: O presente artigo se refere a uma pesquisa bibliográfica e de campo realizada com dependentes químicos, onde o objetivo foi observar como as ações praticadas pela Instituição ASCORE, tais como, arteterapia, laborterapia, atividades lúdicas e dinâmicas, contribuem para a autoestima do dependente químico. A metodologia utilizada para coleta de dados foram a observação, o questionário e a entrevista. Em suma, esta pesquisa trouxe uma ótica diferente sobre a realidade da autoestima e da dependência química, contribuindo de forma singela com a formação acadêmica e pessoal dos estudantes que realizaram o projeto.

PALAVRAS-CHAVE: Autoestima, dependente químico, ações.

ABSTRACT: This article refers to a bibliographic and field research conducted with addicts, where the goal was to observe how the actions taken by the institution ASCORE such as art therapy, larbotheraphy, playful and dynamic activities, contribute to the self-esteem of the chemically dependent. The methodologies used for data collection were observation, questionnaire and interview. In short, this research has a different take on the reality of self-esteem and addiction perspective, simple way of contributing to academic and personal development of students who completed the project.

KEYWORDS: Chemically dependent, self-esteem and actions.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\*¹ Alunos do curso de Psicologia da Universidade de Franca, cursando o 6° semestre da disciplina de laboratório de Pesquisa IV.

\*² Professora orientadora do projeto, docente do curso de psicologia da Universidade de Franca, Especialista em Didática, Mestre em Educação pela Universidade Federal de São Carlos, Doutora em Serviço Social pela UNESP de Franca-SP.

INTRODUÇÃO

O objetivo desse trabalho foi desenvolver um projeto de pesquisa na instituição ASCORE (Associação Recanto Recompensa) , sendo que utilizamos uma metodologia dedutiva, através de questionários, entrevistas e observação para analisar as diversas ações da casa de recuperação que contribuem com a autoestima dos dependentes químicos.

Este projeto foi importante para nós enquanto estudantes de psicologia, pois, analisamos a dificuldade do tratamento dos dependentes químicos e como o processo de reconstrução da autoestima dos mesmos é um trabalho árduo tantos dos colaboradores como dos sujeitos que estão em tratamento.

A ASCORE desenvolve um trabalhos social visando auxiliar de forma gratuita os dependentes químicos que não possuem condições financeiras para um tratamento em uma clinica particular. Vale ressaltar que a instituição embora seja gratuita, conta com o auxilio de um psicólogo semanalmente, o que infelizmente não é suficiente à demanda dos residentes, segundo os mesmos.

Através do contato com o coordenador da instituição, do contato com seus moradores e voluntários que atuam na casa, foi possível analisar o quanto as drogas vêm destruindo muitas vidas e famílias em todos os aspectos biopsicossociais, o que valoriza ainda mais o trabalho da instituição em relação à autoestima dos dependentes, visto que através dessas ações, ela vem recuperando e auxiliando varias pessoas que estavam à margem da sociedade preparando-as, bem como suas famílias para a ressocialização.

REFERENCIAL TEÓRICO

Ao se falar sobre dependência química, as questões sobre a autoestima do usuário parecem não serem muito relevantes. No entanto, desde que o sujeito conhece a droga e fica pertinente ao vício, sofre muitos prejuízos como a perda do trabalho, a desestruturação ou até mesmo o abandono familiar e consequentemente à destruição de sua autoestima, já que essa está interligada com sua imagem pessoal na percepção alheia e de si próprio.

Moysés (20012, p.26) concorda com essa ligação da autoestima e autoimagem quando diz que “nunca é demais ter em mente que a autoestima representa o nível de satisfação que a pessoa sente quando se confronta com o seu autoconceito. Como esse é multifacetado, certos ângulos do autoconceito podem ser muito elevados e a autoestima pode ser calcada nele, mais do que nos demais”.

As casas de recuperação destinadas aos dependentes químicos trabalham numa perspectiva que não utilizam medicamentos no tratamento e recuperação dos dependentes, diferentemente das clínicas de recuperação que abordam esta concepção.

 O trabalho de psicólogos e assistentes sociais nestas casas são o de proporcionar aos indivíduos uma compreensão da reconstituição psicossocial de si mesmo. É visto que há a necessidade dos dependentes exporem tudo aquilo que os trouxeram na atual situação, sendo assim o papel do psicólogo ouvir e auxiliar este indivíduo em sua recuperação preparando-o para enfrentar a vida após o tratamento.

“Durante o tratamento são utilizadas diversas técnicas para se alcançar o objetivo procurado pelo adicto, que é a recuperação. Essas técnicas têm como primeiro princípio estabelecer uma relação empática do terapeuta para com o paciente, para que assim facilite a compreensão do terapeuta sobre os pensamentos, as crenças, os valores e os esquemas construídos pelo dependente químico” (Range & Marlatt, 2008).

 Além do tratamento disponibilizado aos dependentes, é importante salientar o trato também com a família dos dependentes, que muitas vezes estão consideradas do mesmo modo doentes, ao vivenciar todo sofrimento trazido com o vício das drogas e do álcool. As visitas familiares geralmente ocorridas uma vez na semana interferem de maneira direta, na autoestima dos dependentes químicos.

 Devido ao processo de desintoxicação que os indivíduos são levados a viver dentro das casas, ocorre o processo de retorno à realidade, ocasionando assim comportamentos de agressividade, como também de pensamento negativo. Este fenômeno ocorre devido à abstinência das drogas, que anteriormente proporcionava uma autoestima elevada e durante o processo de recuperação encontra-se arruinada.

 Para auxílio dos dependentes, as equipes que trabalham nas casas de recuperação tendem a intervir na intenção de aumentar a autoestima dos indivíduos, proporcionando atividades que os fazem sentir confiantes em si mesmo, que elevam suas qualidades e boas ações já realizadas. As religiões e a prática da espiritualidade dentro destas instituições têm contribuído de forma positiva para elevar a autoestima dos dependentes, oferecendo também recursos sociais de reestruturação: “novas redes de amizades, ocupação do tempo livre em trabalhos voluntários, valorização das potencialidades individuais, coesão do grupo, apoio incondicional dos lideres religiosos, sem julgamentos” (SANCHEZ, 2006, p.345-346).

 A fé é considerada um sentimento pessoal, que pode despertar interesse pelos outros e por si mesmo, dando ao indivíduo um sentido e significado para a vida, uma razão para estar vivo, e, portanto podemos inferir que esse sentimento contribui para a autoestima uma vez que está intimamente ligada à qualidade de vida do sujeito.

"A fé promove a qualidade de vida. A adoção de referenciais da religião faz com que o fiel confie na proteção de Deus e respeite as normas e valores impostos pela religião, melhorando a qualidade de vida dos adeptos. Esse comportamento levaria ao afastamento natural das drogas, à falta de interesse impulsionada pelo medo ou apenas pela conscientização da degradação moral associada ao abuso destas substâncias" (SANCHEZ, 2008. p.269).

A realização da arteterapia dentro das casas de recuperação é de extrema importância, pois propiciam ao individuo que ele canalize seu sofrimento psíquico através de músicas, cantando ou dançando. Como afirma Andrade (2000, p.43):

“Através do ato de criar é possível pensar um paralelo entre a função social e terapêutica da arte enquanto forma de externar, viabilizar uma nova apreensão da realidade como produto individual e social a arte permite uma orientação para novos rumos na cultura, na ciência no conhecimento e vida humanos.”

As atividades lúdicas também são realizadas com bastante frequência no processo de reabilitação dos dependentes. Geralmente essas atividades são realizadas através de dinâmicas e sempre tem um efeito positivo e moral, o que também contribui para melhorar a autoestima dos participantes.

Outra forma de desenvolver de forma positiva a autoestima do sujeito dos internos é a realização de exercícios físicos já que também é uma forma de aumentar nossa concentração e poder de controle sobre nós mesmos, como afirma Coutinho (2001, p.77) ao dizer exercícios físicos consiste em um “tipo de exercício em que predomina a produção de energia pelas vias que utilizam o oxigênio”. Sendo assim, ao falarmos de atividades físicas não estamos nos referindo especificamente ao uso de aparelhos em academias, mas podemos, por exemplo, associar a atividades braçais como capinar e cuidar de uma horta de verduras, ou seja, estamos falando também de laborterapia. Este tipo de terapia, além de ocupar ociosidades, prepara também o indivíduo para o convívio social em pares e em grupos, já que geralmente são realizadas assim nas instituições.

Muitas outras atividades podem ser realizadas nas casas de recuperação para os dependentes químicos como a terapia ocupacional, passeios como ir ao cinema, a igreja ou ao teatro, a logoterapia, entre outras ações.

Contudo, independente da forma como são realizadas todas tem que objetivar a elevação da autoestima do dependente químico, para que este seja capaz de fazer as escolhas coerentes para que ele e os seus tenham qualidade de vida tanto no processo de recuperação quanto na reinserção social.

ANÁLISE DE DADOS

 Através da entrevista realizada concluímos que os internos avaliam a autoestima e o contato com o psicólogo como algo fundamental para sua reabilitação, e de acordo com as informações que nos foram passadas por eles, 59% dos dependentes afirmaram que autoestima é se sentir valorizado; 82% afirmaram que o atendimento individual com um psicólogo seria de grande ajuda para melhorar a autoestima; 65% afirmaram que o bom convívio com os demais também tem influências na autoestima; 59% dos dependentes também disseram que o elogio é de grande importância para ajudar na autoestima e 53% destacaram a importância das atividades religiosas proporcionadas pela casa de recuperação.

De acordo com a entrevista realizada com os funcionários, podemos concluir que as atividades laborais são de grande ajuda na reabilitação dos internos já que estas auxiliam no processo de interação entre eles, que todos os dependentes quando iniciam o tratamento chegam a casa com a autoestima baixa e que devido a essa baixa autoestima eles encontram certa dificuldade na hora de puni-los, pois eles não conseguem entender o sentido dessa punição; e também afirmaram que a visita dos familiares aos domingos é essencial para a autoestima dos internos.

METODOLOGIA

O projeto foi realizado entre os meses de Fevereiro e Junho, em uma casa de recuperação localizada na cidade de Claraval, Minas Gerais, nomeada ASCORE (Associação Comunitária Recompensa) com um grupo composto por vinte e cinco sujeitos do sexo masculino.

 Para alcançar os objetivos da pesquisa foram realizadas entrevistas e observação nos moradores em reabilitação. Além desses métodos foram aplicados tanto nos funcionários quanto nos dependentes, questionários que nos propiciaram informações valiosas para compreendermos a importância das ações da instituição bem como as dificuldades encontradas no que diz respeito à autoestima durante o tratamento.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir da pesquisa realizada na ASCORE podemos ter acesso a realidade do dependente químico no processo de recuperação, e notar como a autoestima pode contribuir no processo de reconstrução de uma nova identidade do sujeito para que ele possa ser reintegrar na sociedade.

Com a pesquisa tivemos acesso às ações realizadas pelas casas de recuperação e como essas contribuem para a melhora e motivação dos indivíduos, o que pode ajuda-los no processo de recuperação. O papel do psicólogo dentro desse contexto é sem dúvidas muito importantes, pois poderá proporcionar uma visão do grupo mais abrangente, além de encoraja-los a participarem das atividades oferecidas pela casa como as lúdicas, as laborais, além da arteterapia.

 Não poderíamos deixar de mencionar que a casa oferece aos seus dependentes algumas atividades religiosas, cujo objetivo é fazer com que o “rito” que o usuário faz no processo de utilização da droga, seja substituído por “ritos” saudáveis, os quais se enquadram na religião. Portanto foi possível perceber o quanto a espiritualidade desenvolve nos sujeitos, um “apoio” emocional, o qual ao enfrentar a desintoxicação, a reabilitação, é utilizado como forma de abastecimento.

Enfim, foi muito gratificante presenciar todo este processo e perceber o quanto o ser humano batalha fortemente para ultrapassar as suas próprias fronteiras, acreditando sempre que podemos ir muito além do que imaginamos.

**REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

ANDRADE, A. G. **Drogas: atualização em prevenção e tratamento**. São Paulo: Lemos 1993.

COUTINHO, Walmir. **Enciclopédia do emagrecimento.** São Paulo: Goal editora, 2001.

MOYSÉS, L. **A auto-estima se constrói passo a passo**. 8.ed. Papirus. Campinas. SP. 2012.

RANGE, Bernard P; MARLATT, G Alan. Terapia cognitivo-comportamental de transtornos de abuso de álcool e drogas. **Revista Brasileira de Psiquiatria**. 2008, vol.30. Disponível em: <http://www.scielo.b > Acesso em: 25 maio 2014.

SANCHEZ, Z. M. **As práticas religiosas atuando na recuperação de dependentes de drogas:** a experiência de grupos católicos, evangélicos e espíritas. Tese (Doutorado). UNIFESP. São Paulo, 2006.

SANCHEZ, Z. M.; NAPPO, A. S. Intervenção religiosa na recuperação de dependentes de drogas. (online) **Revista de Saúde Pública** [online]. v.42. n.2. pp. 265-272. ISSN 0034-8910. 2008, São Paulo.