

“EU SOU UM ALCOÓLATRA EM RECUPERAÇÃO”

Dr. Laís Marques da Silva

Custódio não alcoólico por nove anos e Presidente da JUNAAB por seis.

O grande problema encontrado por quem se propõe, ou dispõe, a tratar um alcoólico está em superar uma série de desafios e o primeiro deles é vencer a negação. A negação é como um enorme bloco de pedra que bloqueia o caminho da recuperação. É impossível progredir no tratamento diante de um paciente que nega ter problemas com o álcool e o faz tantas vezes quantas forem necessárias. Não havendo problema, não há o que tratar e é nisso que fica fixado o paciente de forma definitiva, pétrea, não obstante ser confrontado com fatos que mostram claramente a existência de problemas resultantes do beber descontrolado.

A negação está ligada à autoafirmação, à sobrevivência e à tentativa de manter-se como ser gregário, na medida em que procura se afastar ou eliminar do sistema da vida tudo aquilo que possa causar alguma sensação de risco para a integridade e para a sanidade do eu, como a culpa, a incapacidade, a impotência, etc.

Quando confrontado com os fatos que evidenciam a existência de graves problemas com a bebida, passa a dar explicações bem elaboradas, isto é, racionaliza, ou atribui a outra pessoa o problema e aí projeta. Os pacientes mais instruídos e inteligentes são também os que têm maior capacidade de negar e podem até admitir parcialmente o problema, mas de forma tangencial. E nada vai adiante no caminho do tratamento.

A negação, num primeiro momento, pode ser entendida como um recurso para se proteger das tensões mas isso pode levar a perder a confiança em si mesmo. Nega o fato porque enfrentá-lo seria tão estressante e traria tanta dor que o alcoólico se sente incapaz de “ver” a própria realidade, mesmo que estando ela na sua frente. O alcoólico cria um mundo de fantasia que o protege daquilo que não consegue enfrentar. Um alcoólatra, mesmo perdendo o emprego, a licença para dirigir e sofrendo o afastamento da família, não admite ter problemas com a bebida. O álcool o faz esquecer o que não consegue enfrentar.

Podemos pensar a negação como a tentativa de não aceitar, na consciência, algum fato que perturba o ego. Temos a tendência de fantasiar que certos acontecimentos não são, de fato, como são, ou que nunca aconteceram. Essa ilusão pode tomar várias formas, algumas das quais podem parecer pouco racionais para quem observa de fora, mas fazem sentido para o sujeito que lança mão dessa forma de se defender contra lembranças angustiantes.

Negar algo, durante algum tempo, faz parte do aprendizado da vida e da solução de problemas até que se esteja preparado para lidar com eles pelo amadurecimento da estrutura psíquica ou pela aquisição de conhecimentos. Quando de um acidente grave com perdas de vidas

humanas, não é raro ouvir que aquilo não é verdade, que não aconteceu, que não pode ser. É como se a negação momentânea ajudasse a preparar o espírito para uma realidade difícil de ser assimilada até se conseguir lidar com a dor que o fato prova. Mas negam quando mentem para evitar a tomada de decisões, quando dizem não estar dispostos ou doentes para não fazer o que deve ser feito. É a forma mais simples de não aprender com a vida ao admitir que os erros não existam ou que não sejam tão sérios, e aí não crescem.

Mas ocorre que, estando diante de tudo isso e não conseguindo progredir no tratamento que nos propusemos realizar, o que vemos é que o “nosso” paciente, pouco tempo depois de ingressar no A.A., inicia o seu depoimento com a seguinte declaração: “sou fulano, um alcoólatra em recuperação e que, graças ao Poder Superior e à ajuda de vocês, hoje eu não bebi”. Isso é maravilhoso e espanta pelo fato de que todos os antigos “irremovíveis obstáculos” foram superados no grupo e iniciado o caminho de libertação da dependência química. Isso é maravilhoso mas também intrigante. A negação fora superada, com aparente rapidez e facilidade e esse é um fato!