

No lo puedo dejar

Thelema

Asistencia y desarrollo terapéutico



Cigarrillo? Un amor enfermizo?

El bingo? Los dulces?

Bienvenidos al mundo de las adicciones

La mirada del Coach

El anclaje en las creencias

Cuando yo era chico me encantaban los circos, y lo que más me gustaba de los circos eran los animales. También a mí como a otros, después me enteré, me llamaba la atención el elefante. Durante la función, la enorme bestia hacía despliegue de peso, tamaño y fuerza descomunal... pero después de su actuación y hasta un rato antes del volver al escenario, el elefante quedaba sujeto solamente por una cadena que aprisionaba una de sus patas a una pequeña estaca clavada en el suelo.

Sin embargo, la estaca era solo un minúsculo pedazo de madera apenas enterrado unos centímetros en la tierra. Y aunque la cadena era gruesa y poderosa me parecía obvio que ese animal capaz de arrancar un árbol de cuajo con su propia fuerza, podría con facilidad, arrancar la estaca y huir.

El misterio es evidente:

¿Qué lo mantenía entonces? ¿Por qué no huye?

Cuando tenía cinco o seis años, yo todavía confiaba en la sabiduría de los grandes. Pregunté entonces a algún maestro, a algún padre, o a algún tío por el misterio del elefante. Alguno de ellos explicó que el elefante no se escapaba porque estaba amaestrado.

Hice entonces la pregunta obvia: si esta amaestrado ¿por qué lo encadenan?

No recuerdo haber recibido ninguna respuesta coherente.

Con el tiempo me olvidé del misterio del elefante y la estaca... y sólo lo recordaba cuando me encontraba con otros que también se habían hecho la misma pregunta.

Hace algunos años descubrí que, por suerte para mí, alguien había sido bastante sabio como para encontrar la respuesta:

El elefante del circo no escapa porque ha estado atado a una estaca parecida desde que era muy, muy pequeño.

Cerré los ojos y me imaginé al pequeño recién nacido sujeto a la estaca.

Estoy seguro de que en aquel momento el elefantito empujó, tiró y sudó tratando de soltarse. Y a pesar de todo su esfuerzo no pudo.

La estaca era ciertamente muy fuerte para él.

Juraría que durmió agotado y que al día siguiente volvió a probar, y también al otro y al que le seguía...

Hasta que un día, un terrible día para su historia, el animal cedió a su impotencia y se resignó a su destino.

Este elefante enorme y poderoso, que vemos en el circo, no escapa porque cree que NO PUEDE.

El tiene el registro y recuerdo de su impotencia, de aquella impotencia que sintió poco después de nacer.

Y lo peor es que jamás se ha vuelto a cuestionar seriamente ese registro.

Jamás... jamás... intentó poner a prueba su fuerza otra vez...

Queridos lectores:

Las adicciones nos remiten siempre a situaciones de NO-PODER; a esclavitud, a espacios de nuestras vidas que no dominamos.

Elegir no seguir...y no poder detener la acción: el consumo, el llamado, la ingesta; en una repetición que nos enrosca y nos sumerge en el secreto y el auto reproche.

En este número les proponemos entender un poco más las conductas adictivas, como mascarar, como espacios de satisfacción transitorios, como signo de inmadurez.

También a mirar la cuestión desde el lado de los otros, porque los compañeros de vida del adicto cargan con las consecuencias de su accionar: económicas, emocionales, familiares y sociales.

Existe algún camino de salida? En nuestras paginas encontrara esbozos del mismo.

Una vez mas, gracias por acompañarnos!

Lic. María Inés Alvarez
Directora Thelema

=====

Frase del mes:

**El hombre fuma 2 atados de cigarrillos por día.
Cuando sale a correr, tiene un furibundo ataque de tos.
Se dice a si mismo: “Urgente. Tengo que dejar de correr”**

=====

Para comunicarse con nosotros:
centrothelema@argentina.com
centrothelema@yahoo.com.ar
www.centrothelema.com.ar
T.E. 47345483 Lun. a Vier.
De 14 a 22hs y sab. de 9 a 14hs

Adictos al amor

"No puedo imaginarme la vida sin tu amor..."

El amor, sentimiento que mueve al mundo, las pasiones, las ilusiones y los deseos, necesarios muchas veces para la motivación personal y el sentido de la vida. Pero en ocasiones, su necesidad excesiva puede llegar a convertirse en una **adicción** que no lo deja madurar y perturba totalmente la tranquilidad de quienes la padecen y de sus "parejas".

La adicción afectiva es una más de las tantas que existen. Y al igual que un drogadicto o un alcohólico cuando no consiguen droga o un trago para tomar, los adictos emocionales sufren cuando no sienten amor.

Las razones que originan esta sensación son las mismas que provocan la dependencia química: situaciones no resueltas ocurridas al interior de la familia.

Familias que han vivido hechos de mucho dolor pueden llegar a desarrollar, entre sus miembros, dependencias de este tipo. Son situaciones que nunca se enfrentaron, como secretos, abusos, enfermedades de riqueza y pobreza o infidelidades. En algunos casos, se cree que existe un factor genético-proteico, pero lo importante es que a través de la terapia la persona accede al dolor que ha guardado por años y que no sabía que era la causa, de su adicción afectiva, según dicen algunos especialistas en el tema.

La adicción de pareja no es al azar: el amor se busca copiando historias o patrones familiares. Si la persona aprendió que los padres se peleaban, seguramente repetirá esa conducta al enamorarse.

Es común que en este tipo de vínculos las personas, al conocerse, sientan que hay lazos muy fuertes que los unen. En un comienzo la sensación de amor no se compara a ninguna otra experiencia. Pero el tiempo hace aflorar antiguos dolores que cargan los enamorados, lo que provoca el colapso de la relación. Es normal que hijos o hijas de padres alcohólicos, drogadictos o abusadores se enamoren de personas que presentan la misma enfermedad, declaran las fuentes consultadas.

La adicción afectiva se refleja en las ganas de enamorarse que puede tener una persona y así reforzar su autoestima frente a carencias emocionales.

Son personas en búsqueda del enamoramiento, de la sensación que produce endorfinas que le otorgan bienestar. Más que alegría, lo que siente es euforia y mucho agrado. Lo que no sabe es que la sensación tiende a terminar. Después de eso, al igual que con la dependencia al alcohol o las drogas, se produce el bajón. La persona cree que se equivocó y vuelve, entre comillas, a darse permiso para iniciar una nueva búsqueda.

La vida de quienes presentan este tipo de adicción, por lo general, posee traumas sufridos en la infancia, como abuso, maltrato o negligencia que deterioran sensiblemente su autoestima, de tal manera, que a menudo no validan ni sienten lo que perciben. Son personas que para sobrevivir al trauma se desconectan de ellos mismos y buscan la aprobación del resto.

Quienes padecen de este trastorno necesitan del otro para sentirse completos. Quien sufre

adicción afectiva se auto-incapacita. No cree que pueda sobrevivir sin el otro. Su mente depende de la otra persona. Amar demasiado significa que la persona adicta piense que el otro va a cambiar gracias al amor que le entrega.

En un contexto adictivo, existen relaciones que duran toda la vida, pero también las que se terminan cuando el dolor de los involucrados es demasiado grande. Otras, que vuelven y terminan continuamente debido al vínculo adictivo que los une.

Aunque muchos adictos están conscientes de que el otro les hace mal, no pueden detenerse. Es más, si todo está en orden crean conflictos para vivir el proceso de volver a la "normalidad"...

De tal forma el pensamiento del adicto frente al amor gira alrededor de un ser amado.

Quiere estar con él o ella por periodos cada vez más prolongados, busca controlarlo, es incapaz de tomar decisiones por sí mismo, pierde estabilidad emocional y siente miedo de estar solo/a.

Pueden haber muchos factores que influyen para que una persona esté continuamente en búsqueda de relaciones sentimentales, algunos pueden ser:

* La persona puede tener carencias afectivas y las compensa buscando relaciones amorosas para poder recibir y dar amor.

* La autoestima baja lleva a tener un pobre concepto de sí mismo y trata de aumentar su ego intentando atraer a todas las personas que tiene cerca.

* Hay quienes quieren encontrar al hombre y la mujer ideales y están en una permanente búsqueda.

* En los adictos al amor puede haber un vacío en otros aspectos de la vida, es frecuente que sean personas que no tienen otras metas o proyectos que ocupen su mente.

* También están aquellos que disfrutan de la adrenalina que les proporciona un romance nuevo y sólo se sienten bien estando enamorados.

Quiénes son adictos al amor?

* Se puede considerar adictos al amor a las personas ya formadas que están continuamente en la búsqueda.

* Pueden ser jóvenes, tanto hombres como mujeres, pero existe un porcentaje mayor de mujeres.

* Mujeres de mediana edad que tienen una regresión a la adolescencia cuando comienzan a ver que los años pasan.

* Hombres que llegan a una cierta edad y buscan, de alguna forma, retroceder el tiempo.

* Pero no existe un único tipo de personas adictas al amor, puede ser cualquiera y a cualquier edad.

En el proceso de recuperación el adicto al amor debe aprender a valorarse, reconstruir su autoestima y dominar su situación individual para poder brindarle espacio al otro y convivir con independencia o si es el caso, aprender a vivir el amor de otra forma.

"El amor es la aceptación del otro como un legítimo otro, en la convivencia conmigo"
(Humberto Maturana)

Lic. Karina Vimonte
Comunicadora Social
(Los Alphas- Thelema V)



Marvelis

Instituto de Belleza

- *Depilación
- *Belleza de Manos
- *Uñas Esculpidas
- *Pedicuría
- *Masajes Descontracturantes y Anti-Stress
- *Stone Massage (masajes con piedras calientes)
- *Reflexología
- *Peluquería
- *Tintura y Permanente de Pestañas

Sucursales:

Villa del Parque: Nogoyá 2938 / Tel.: 45049670
San Martín: Sarmiento 2071 / Tel.: 4713-5892

N·P·C

NEW PENALTY CONCEPT

DAMIÁN H. ODETTI



So Far

Forward

Asesoramiento jurídico y consultoría

Teléfono: 15-4411-9553 - estudionpc@yahoo.com.ar

Carlos Omar Barrio

CONTADOR PÚBLICO - UBA

CAVASSA 2529
(1678) Caseros - Pcia. Bs. As.

Tel./Fax: 4750-8605
Cel.: 15.5328-4069

E-mail: omarbarrio@arnet.com.ar

Hazmat sa

Materiales para la Construcción

CEMENTO - CALES - ARIDOS

Entregas en Obras

ALMEYRA 2250 (1650) San Martín

Tel.: 4750-0271

Fax.: 4759-5345

Agenda

El objetivo de estos entrenamientos es poder desarrollar las competencias conversacionales y de acción que permitan una comunicación efectiva y el logro de los objetivos personales., trabajando en:

- La disolución de conflictos, dudas y estados emocionales bloqueantes.
- El poder observar y trascender patrones que nos limitan (creencias)
- Disfrutar el hacer
- Desarrollar la creatividad y facilitar la planificación
- Incrementar el poder de acción y mejorar los resultados

Sobre la base de la Ontología del lenguaje y la PNL, además de su parte teórica, están basados en una metodología participativa con ejercicios de dinámica de grupos y Rol playing.

Son fundamentalmente experienciales y el programa completo consta de tres niveles correlativos.

Nivel 1: 30 horas (aprox) distribuidas en 4 días de trabajo

Nivel 2: 45 Horas (aprox) distribuidas en 5 días de trabajo.

Nivel 3: Tiene una duración de 2 meses y alterna la modalidad presencial y a distancia.

Los niveles son correlativos

Próximo **nivel 1**: 13, 14, 15 y 16 de mayo de 2010
Entrenador: Coach Héctor Palacio

Próximo **nivel 2**: junio de 2010
Entrenador. Coach Adrián D'Angelo

Próximo **nivel 3**: Apertura: 8 de mayo de 2010
Entrenador: Coach Adrián D'Angelo
Coach Mariel Sirlin
Coach Alberto Sobrado

Nuevo: Yoga en Thelema. (Ver pág 13)

**Para más información e inscripciones : 47345483
(Lun. A Vie de 14 a 22 hs. Sábados de 9 a 14 hs.)**

**Mail: centrothelema@argentina.com
centrothelema@yahoo.com.ar
www.centrothelema.com.ar**



La Argentina

Apostamos al País

**ábrica de Sándwiches - Ventas por mayor y menor
Calidad - Servicio - Honestidad**

Jorge

Cel. 15-6237-2928

*ID Nextel 601*379*

Cel Nextel 11-3546-6658

2013



**“¿Preguntas qué es la libertad? No
ser esclavo de nada, de ninguna
necesidad, de ningún amor.”**

Séneca

Adhesión Aguilas

Qué es la madurez?

Hemos llegado a la edad madura,
cuando teniendo para escoger entre
dos tentaciones, elegimos la que nos
permita llegar a casa más temprano.

D.B.

Adhesión Gerardo Cobián

“No lo puedo dejar” - Adicción a personas

La última vez dure 12 días, al final no aguante..No dormía, temblaba, no podía pensar en otra cosa (Daniel. 31 a)

Se que me hace mal. No se porque insisto con esto. Ni yo me entiendo.(Fiore, 36)

Usted cree que estas frases corresponden a oscuros consumidores de drogas o a empedernidos alcohólicos? No...se escuchan a menudo referidos a personas “enamoradas”?? (o así lo creen ellas)

En estos cuadros aparece un debilitamiento de la voluntad, una imposibilidad de llevar a cabo una decisión ya tomada de concluir una relación amorosa que provoca un gran sufrimiento y sin embargo no puede interrumpirse.

Qué es el **enamoramamiento** y como distinguirlo de una “adicción”?

Como define la ontología del lenguaje: el ser humano es la intersección entre cuerpo, emoción y pensamientos.

Desde el punto de vista bioquímico se trata de un proceso que se inicia en la corteza cerebral, pasa al sistema endocrino y se transforma en respuestas fisiológicas y cambios químicos ocasionados en el hipotálamo mediante la segregación de Dopamina .

Por otra parte, el enamoramamiento es un estado emocional surcado por la alegría y la satisfacción de encontrar a otra persona que es capaz de comprender y compartir tantas cosas como trae consigo la vida. Es extremadamente complejo entender porque seleccionamos a alguna persona y a otras no para enamorarnos, aquí aparecen proyecciones, construcciones psíquicas infantiles, mandatos inconcientes y un sentimiento de **satisfacción incomparable** (“nunca antes me sentí así..”)

No menor es el papel que juegan los pensamientos e ideas cuando nos relacionamos con otro al que consideramos particularmente significativo, *Que interesante lo que dijo!*, *“no puedo dejar de pensar en ella”*, *Que estará haciendo?* Y siempre esta presente la amiga o el amigo confidente que recibirá interminables charlas sobre nuestro amado/a.

Hasta acá el incomparable hecho de encontrar al ser amado.

Y cuando se complican las cosas? Cuando, con el correr de los meses, el

tiempo agradable (“la pasamos re-bien”) en una relación es mucho menor que el tiempo “destrutivo” (destinado a discutir, a reproches, llantos presenciales o vía telefónica); y llegamos a la conclusión que no va más. (nótese que llegamos a la conclusión se sitúa dentro del plano Mental) En este instante de lucidez, razonamos, repetimos los motivos, hacemos una lista de razones que comentamos con nuestro amigo confidente, y declaramos que la relación no va más, que está terminada.

Que pasa entonces con los otros dos socios? Las emociones y con el cuerpo?

Lo primero que empieza a quejarse es el corazón (siento que lo/la extraño...pero tengo que ser fuerte), anoche soñé que me llamaba, me angustia pensar que puede irse con otro, iba en el tren y no podía dejar de llorar...(todo este acontecer es en el plano de la emoción)

Y el cuerpo, más lento en reaccionar: me duele la cabeza, me oprime el pecho, me muero por acostarme con el/ella...

LA PARADOJA ES LA SIGUIENTE: SI NO LA VEO ESTOY MAL, SI LA VEO ESTOY BIEN (UN RATO), Y DESPUÉS EL CALVARIO VUELVE AEMPEZAR.

Muy posiblemente, el lector elija una y otra vez volver a la relación, “saciarse” y a los días volver a separarse...en un ciclo angustiioso que hasta da vergüenza contar a los amigos (con los que uno juro mil veces”: este corte es definitivo”)

QUE ES UNA CONDUCTA ADICTIVA

“Es la actividad observable, medible y a menudo patológica de un organismo, que representa su incapacidad de superar un hábito consistente en un deseo insaciable por una substancia o por la realización de ciertas acciones. La conducta adictiva incluye la dependencia excesiva, física y emocional, por el objeto del hábito que es de algún modo, perjudicial para el sujeto.

Es decir que, la heroína, el alcohol, los cigarrillos y la comida chatarra estimulan la misma zona de corteza cerebral que el amor, segregando dopaminas y la consiguiente sensación de bienestar.

Y que pasa con nosotros que parecemos no poder distinguir entre lo que nos hace bien y lo que nos daña?

La trampa son los plazos.

Hay cosas que nos hacen bien por un ratito..y después nos acarrear un largo dolor. Elegir “tenerla” sin importar lo que pase después, es cambiar un bienestar a largo plazo por la satisfacción inmediata de una pulsión. “Estuve con él y me sentí mejor”. Ese es el alivio de la abstinencia, que te da una pronta satisfacción a costa de un largo padecimiento después. Tal es lo que pasa en el drogadependiente, el obeso y el alcohólico..y en el enamorado de la persona equivocada

No es que “no se da cuenta” del objeto que lo daña..sino que no se “aguanta” el proceso de abstinencia; no lo puede dejar. “Volví porque lo sentía”. Otra trampa! Claro que lo sentías! Pero elegir desde el sentir sin chequear con el razonamiento, es andar a ciegas, correr sin un mapa de ruta, ser llevado por el viento a cualquier destino...

EL CAMINO DE SALIDA

Teniendo en cuenta que el control de esfínteres en el organismo se logra entre los 2 y 3 años, la adquisición del control de los impulsos después de los 5 y la capacidad de razonamiento abstracto después de los 11 años; **hay una relación directa entre las conductas adictivas y la inmadurez**. Es decir que, para terminar una relación de pareja dañina, es necesario tolerar la frustración, aceptar un “dolor a corto plazo” para luego obtener un beneficio a largo plazo (nótese que esto es imposible para los niños, que siempre eligen “satisfacción ya”).

Alinear el cuerpo y la emoción bajo la regencia de los pensamientos, nos vuelve ordenados, maduros y nos permite progresar; correr a satisfacer nuestro anhelo destructivo nos conecta con el alivio inmediato, pero insostenible en el paso del tiempo.

Lic. Maria Inés Alvarez
Psicóloga U.B.A

Publicite con nosotros

Por este medio y en la web

4734 - 5483

**"Quien tiene muchos vicios
tienes muchos amos"**

Plutarco

*Adhesión Juan (11 en línea)
y Silvana (Más de 100 motivos para Shambala)*

NUEVO EN THELEMA

Actividad corporal con elementos de yoga

Destinada a ampliar la conciencia del propio cuerpo.

Esta actividad trabaja la unión cuerpo-emoción-mente-ser.
La unión no es necesario crearla.

Existe.

Actuamos, sentimos, pensamos, somos. El cuerpo nos
acompaña cada segundo de nuestra vida, estemos
pensando o sintiendo. Somos cuerpo.

La división es una ficción. Los hindúes llaman a esta ficción: "La
ilusión de la realidad".

A través de ejercicios y secuencias, abordaremos la
alineación/eje, el **desarrollo de la concentración**, la
flexibilidad y la **acción**.

- * registro y búsqueda de la postura corporal propia
- * movilidad articular
- * estiramiento y flexibilidad muscular

El objetivo: volver al **cuerpo dúctil** y **disponible**; **atento** y
moldeable; **alineado**, **potente** y **sensible**.

Verónica Melnik
Profesora/terapeuta

Cupos limitados de hasta 10 personas!

Clase abierta y gratuita: lunes 26 de abril- 19 hs.
(Es necesario reserva telefónica al 47345483 de 14 a 22 hs)

DE MASCARAS Y ADICCIONES

Mucho y desde hace mucho se habla además de escrito- sobre las adicciones a las drogas en todas sus variantes. Al tabaco y al alcohol, hasta les dedicaron tangos los poetas del arrabal. “Tiempos Viejos”, en su letra, añora una era en la cual “...no se conocían cocó ni morfina”.

Columnas, columnatas y pilastras han sido escritas en publicaciones especializadas y de las otras, sobre estas tremendas adicciones cuyas consecuencias las cantamos de memoria. Sin embargo, existen otras adicciones que, si bien no implican el uso de droga alguna, no por esto son menos peligrosas o inocuas.

La adicción al trabajo, por ejemplo, es una de las más consideradas y tratadas en estos tiempos nuevos en los que el “tener” ha ocultado al “Ser”. Para horror de Heidegger y satisfacción de mi abuela que no se cansaba de repetirme “Mira Toto, tanto tenés, tanto valés”. Se la presenta, incluso, como un paradigma del Homo Faber, producto cumbre de la filosofía positivista generadora de La Revolución Industrial y hasta como una virtud, pero declarar “como” no es decir “igual”, tal como una máscara no es la verdadera faz de quien la porta.

¿Cuál es la verdadera personalidad de quien se oculta detrás de esa máscara de Ser Humano laborioso? ¿Realmente trabaja de Sol a Sol por el bienestar de su familia o, en realidad, se trata de “un raje fenomenal” de la casa porque no soporta el pío-pío demandante de la célula básica de la sociedad? Si las células funcionan de este modo, no nos sorprenda la escasa salud del organismo social todo.

La máscara: ajustada a la personalidad con los hilos de racionalizaciones como “preocupación por mi familia”, “¡Mis hijos! Todo mi sacrificio es por ellos”, pero un buen día o mal día- la gorda, que dejó su belleza, juventud y lozanía en esos hijos; le dice al primer trabajador: Me voy a casa de mamá.

La máscara se ha quebrado. Si tiene suerte de que esto se produzca frente a un espejo, simbólicamente hablando, reflexionará sobre su actitud y el quiebre de sí mismo será superado. De no tener capacidad de reflexión, cabe la posibilidad de que algún amigo, café de por medio, le sugiera consultar a un psicólogo para superar la depresión que, invariablemente, suele continuar a la caída de la imagen que nuestro imaginario personaje solía tener de sí mismo.

Existen, por supuesto, otras adicciones que están relacionadas al trabajo. Otras máscaras. La adicción a las planificaciones perfectas y sumamente detalladas hasta en los aspectos más irrelevantes y que sirven para que determinado proyecto caiga derrotado en las primeras etapas cuidadosamente planificadas, expuestas en atractivos diagramas de barras, intrincados esquemas de Camino Crítico. Llegadas las cosas a este estado, cabe preguntarse: ¿Gran capacidad profesional o extrema neurosis obsesiva? ¿Máscara que oculta la adicción a controlar todo y a todos? ¿Tendencia patológica al auto sabotaje? Porque está demostrado por la experiencia y cuantificado en estadísticas que las excesivas y minuciosas perfectas planificaciones: fallan. Esta observación, realizada nada menos que en la NASA, dió lugar a las conocidas Leyes de Murphy, coronel que comprobaba como la minuciosa planificación necesaria para una misión espacial y con el objeto de coordinar a la gran cantidad de contratistas que involucraba el proyecto, fallaba por las cosas más insignificantes. El informe del coronel Murphy no sólo trataba sobre los inconvenientes técnicos que se presentaban, sino que comprendía, también, al factor humano.

¿Por qué la máscara en relación con las adicciones? Porque la máscara es un elemento que da seguridad al que la usa. Desde los tiempos de las primeras tribus, los guerreros se pintaban la cara, no sólo para atemorizar al enemigo, sino para adquirir seguridad en sí mismos en el combate. Luego se utilizaron yelmos como protección de la cabeza, pero también con diseños atemorizantes hacia el enemigo y generadores de autoconfianza en el portador. Grandes cimbras utilizaban los griegos para aparecer más altos ante los adversarios ocasionales. Grandes cuernos en los de godos y samuráis.

La adicción al otro, inspiración de memorables y pegajosos boleros, tangos y mambos (musicales y de los otros) suele enmascarse de “amor sublime y eterno” el famoso “Pasarán más de mil años, tal vez más”- tal vez esconda el ansia irrefrenable de salir de la casa de papá y mamá con el primero/a que se cruce, lo cual hace dudosa la sinceridad del amor declarado, entonces suele suceder que para reafirmarse en inseguras declaraciones y demostrar al universo que lo ama, se tatuará el nombre de su adicción o la imagen en el cuerpo a fin de que todos sepan sobre que está dudando en realidad.

Imagino que muchos me acusaran de ser uno de los tantos Refutadores de Leyendas, de los que habla Alejandro Dolina en su libro “Crónicas del Ángel Gris”. Posiblemente, pero es un hecho que esta adicción está íntimamente ligada a la idealización que se realiza del otro, máscara que al caer, deja ver a la decepción en todo su esplendor. Horroroso esplendor.

Ver a través de máscaras distorsiona el objeto a observar, siempre y cuando ella permita hacerlo en alguna medida, porque las hay ciegas que impiden la visión totalmente, de manera que el portador de estas, se tiene que manejar utilizando otros sentidos, los cuales, lamentablemente, también brindarán una realidad distorsionada, pero el usuario puede tener momentos en que es plenamente consciente que está equivocando su apreciación de la realidad. Tiene un quiebre, indudablemente, que lo coloca ante una alternativa: o se saca la máscara, marcando el fin de su adicción o finge no saber, puesto que declarar que sabe lo obligaría a dejar esa zona de bienestar y confort, puesto que el panorama de libertad que se le ofrece implica la incomodidad que todo equipo de lucha ocasiona. Recuerdo un diálogo de la película Roller Ball, en la que el personaje principal, protagonizado por James Caan, le dice a su esposa en referencia al estado de la sociedad en que vivían: “Entre la libertad y el confort, han elegido el confort”. El traidor en Matrix, para más datos, delata la posición de la resistencia a cambio de que Matrix le haga vivir la ilusión de que es millonario y pueda darse la mayor cantidad posible de placeres imaginables.

La relación máscara-adicción está fundada en el miedo paralizante, el cual nos conduce al evitar compromisos para con los demás, pero fundamentalmente, para con nosotros mismos. Y aparecen en la góndola de las máscaras infinidad de ellas:

Fabricar excusas, construir historias, enfermarse, analizar hasta la exasperación, quejarse, vivir ansioso, preocuparse por “la humanidad”, discutir, pelear, hacer planes perfectos, empiezo mañana. Hay muchas más, de manera queridos lectores: les propongo completar la lista con la adicción de la cual son ustedes conscientes y que les parece una manía inofensiva, chiquita, un berretín como dicen en los tangos. Cuidado: los chicos crecen.

Héctor López Arias
Thelema XI

Ludopatía: Cuando el juego deja de ser un juego.

¿Que es la ludopatía?

Si bien el juego patológico, también llamado ludopatía (Et: Del latín ludus, juego y del **griego** pathēia, afección o padecimiento) es considerado por la Sociedad de Psiquiatría de Estados Unidos como una patología de la impulsión (baja capacidad del sujeto para controlar sus impulsos), nos es importante destacar en esta nota el carácter adictivo de esta práctica que puede equipararse a la adicción que genera en una persona el alcoholismo o la drogadicción.

El ludópata se presenta como aquel al cual le es imposible refrenar su impulso a jugar deteriorando de esta manera no solo su economía si no también los lazos sociales entre los que se encuentran la familia, los amigos, el trabajo, etc. El mismo ve en su continua apuesta ya sea en la ruleta, en los tragamonedas, en el poker, entre otros juegos de azar, el refugio, la vía de escape a sus miedos, inseguridades, ansiedades, frustraciones y conflictos personales. A través del juego evade su realidad dolorosa e impotente creando un mundo de fantasía en el cual le es posible dominar el azar y en el que el placer y el sufrimiento coinciden en el hecho de perderlo todo.

La adicción al juego que experimenta esta relacionada con la inmediatez del premio, es decir cuanto más cercano se encuentra la apuesta del premio más adictivo se torna el juego de azar. Por ejemplo la quiniela, el loto, debido a que impone al jugador una espera entre la compra del billete y el sorteo de los números son considerados de menor carácter adictivo que la ruleta, el bingo o el tragamonedas.

El ludópata al igual que el drogadependiente experimenta en el juego aunque sin consumo de sustancias, un momento de euforia apareciendo irritabilidad o inquietud cuando no puede jugar padeciendo de esta manera lo que se conoce como “síndrome de abstinencia del jugador”.

En el proceso de adquisición de esta adicción algunos autores distinguen 3 fases. En la fase inicial el sujeto comienza a aumentar la cantidad de dinero apostado y la frecuencia con la que juega. Esta situación permite que el jugador tarde o temprano pase por ciertos periodos de ganancias. En una segunda fase son las ansias de recuperar lo perdido lo que motiva el juego. Esta conducta expone al sujeto a un círculo tramposo en el cual comienza a endeudarse, llegando a usar la mentira y el engaño para justificar sus pérdidas. Más tarde y ya instalado el trastorno comienza el deterioro de sus vínculos ya que cada vez mas esta actividad ocupa su vida.

¿Cómo se diagnóstica?

Para recibir el diagnóstico, según el DSM IV (Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales) el individuo debe cumplir con cinco o más de los siguientes síntomas:

.....
Página 16

1. Preocupación. El sujeto tiene pensamientos frecuentes sobre experiencias relacionadas con el juego, ya sean presentes, pasadas o producto de la fantasía.
2. Tolerancia. Como en el caso de la tolerancia a las drogas, el sujeto requiere apuestas mayores o más frecuentes para experimentar la misma emoción.
3. Abstinencia. Inquietud o irritabilidad asociada con los intentos de dejar o reducir el juego.
4. Evasión. El sujeto juega para mejorar su estado de ánimo o evadirse de los problemas.
5. Revancha. El sujeto intenta recuperar las pérdidas del juego con más juego.
6. Mentiras. El sujeto intenta ocultar las cantidades destinadas al juego mintiendo a su familia, amigos o terapeutas.
7. Pérdida del control. La persona ha intentado sin éxito reducir el juego.
8. Actos ilegales. La persona ha violado la ley para obtener dinero para el juego o recuperar las pérdidas.
9. Arriesgar relaciones significativas. La persona continúa jugando a pesar de que ello suponga arriesgar o perder una relación, empleo u otra oportunidad significativa.
10. Requerir a ajenos. La persona recurre a la familia, amigos o a terceros para obtener asistencia financiera como consecuencia del juego.

¿Cómo recuperarse de esta adicción?

Es necesario que el ludópata pueda comenzar un tratamiento psicológico y si es necesario psiquiátrico para dominar su impulso al juego siendo de importante ayuda la contención familiar.

Es imprescindible saber que en la generalidad de los casos no hay conciencia de enfermedad y como en toda adicción la convicción de salir solo de esta problemática es dificultosa siendo necesaria la ayuda de un profesional que pueda junto al paciente determinar entre otras cosas cuales son las causantes que llevan al sujeto a tener esta conducta, que situaciones dolorosas evita a través del juego invitándolo de esta forma a poner palabras al impulso irrefrenable.

También es importante desde la familia el apoyo, la comprensión del que paciente sufre de una adicción y el estricto control del dinero, del acompañamiento en el tiempo libre y del alejamiento de las compañías que lo inciten al juego.

**Lic. Laura Mariel Campana
(Jailihuei)**



**Policlínica
del niño**

Consultorios de Atención

- RECIEN NACIDOS
- NIÑOS
- ADOLESCENTES

- *Pediatría*
- *Cardiología Infantil - E.C.G.*
- *Dermatología Infantil*
- *Traumatología y Ortopedia Infantil*
- *Nutrición - Obesidad - Diabetes*
- *Ginecología gral. e Infanto juvenil*
- *Fonoaudiología - Audiometrías*
- *Psicología Infantil*
- *Psicopedagogía*
- *Estimulación temprana*
- *Cirugía Infantil*
- *Urología Infantil*

Atención Lunes a Sábados Aranceles Especiales a Particulares

CORP. ASISTENCIAL - GENESEN - CYNTHIOS - ASI - TIME - VALMED - CASA
CAMUDAP - OSMECOM - IOMA - BCO. PROVINCIA - PODER JUDICIAL - COMEI Y OTRAS

Av. San Martín 2178 - P.B. "B" - CASEROS

TEL.: 4734-5950

" SOMOS LO QUE HACEMOS ... "

Conduccion y Produccion Gral.
Karina Vimonte

*Para cambiar la mirada social
hacia la discapacidad*

En directo para
www.discapacidad.tv
(Barcelona, España)

www.programasomosloquehacemos.net
www.karivimonte.blogspot.com

Servicio Post Impresion



Medio corte - Trazados

Puntillados - Micropuntillados

*Av. Crovara 379 - Lomas del Mirador - Tel.: 4454-2530 Tel./Fax: 4454-1114
ID: 597 3154*

Bienvenida Milagros!!!



*Felicitaciones a Valeria (la mamá)
y a Guille (el papá)*

Equipo Thelema

Página 19



Estudie para Coach

Centro Thelema
47345483

www.centrothelema.com.ar

Thelema

Centro de asistencia y desarrollo terapéutico

Psicología - Psiquiatría

Terapia de grupo - Discapacidad

Orientación Vocacional

Constelaciones familiares

Coaching Ontológico

Atención obras sociales - Honorarios institucionales

Moreno 5412

Turnos

Bermudez 2115

- Caseros -

4734-5483

- Villa Devoto -

centrothelema@argentina.com
www.centrothelema.com.ar