

Un futuro incierto El alcoholismo de generación en generación

Escrito por Ernesto Salayandía García
Domingo, 04 de Septiembre de 2016 17:51



El alcoholismo de generación en generación

La enfermedad, es contagiosa, mortal, neurótica, triste porque hace mucho daño, tanto a la persona que la padece como a las personas que le rodean, lesiona severamente todos los órganos del cuerpo y afecta las emociones, la mente y el espíritu.



El enfermo transmite frustración, dolor, impotencia, culpas, miedos, complejos y no entiende la magnitud de su problema, solo hasta que empieza a tocar fondos, fondos muy severos y crueles, en mi caso, la droga, el alcohol que para el caso es lo mismo, me quitaron todo lo mejor que tenía en la vida, no hay borracho, ni drogadicto que no lo pierda la dignidad, se humilla con tal de obtener un trago o una droga, se mantiene dando el espectáculo en bares, cantinas, en fiestas familiares o de amigos, se vuelve una persona mentirosa, irresponsable, sucia en su persona, sin ilusiones, sin metas en la vida qué alcanzar, pierde el respeto por las demás personas y se pierde el respeto a sí mismo.

Es una persona negada, no acepta que tiene una enfermedad y menos aceptar ayuda, es soberbio, egoísta y solo cuando toca fondo, acepta que tiene el problema, se ubica en la realidad, pero paga el precio de sufrir, soledad, abandono, delirios de persecución, y experimentar lo que es la verdadera locura, ver y sentir al mismito diablo; algunos no logran

Un futuro incierto El alcoholismo de generación en generación

Escrito por Ernesto Salayandía García
Domingo, 04 de Septiembre de 2016 17:51

salir de ese infierno, otros, se recuperan solo por la gracia de Dios.

La decadencia de la juventud

En la actualidad, tenemos jóvenes ingobernables, mal educados, perezosos, apáticos, tristes, soberbios, rebeldes, inestables, callados, deprimidos, jóvenes distantes, ajenos a la realidad y al entorno familiar, tenemos un serio problema con la juventud, sean niños, adolescentes, jóvenes, y esto que estamos observando, es el reflejo de lo que están viviendo en sus hogares, es la influencia de las personas que los rodean, es lo que aprenden con los amigos, en fin, es el pésimo ejemplo que les estamos dando los padres de



familia, somos neuróticos, nos comunicamos a gritos, llevamos una pésima relación de pareja, somos desordenados con nuestras cosas, no recogemos la ropa sucia, no le bajamos a la tasa del baño, tiramos basura, nos peleamos con el vecino, no respetamos los señalamientos de vialidad, en fin, somos un desastre como padres y no asumimos que tenemos mucha responsabilidad en el comportamiento de nuestros hijos, ellos son el producto de lo que les enseñamos y transmitimos, son el reflejo de la enseñanza que les damos en casa, y peor aún si el alcohol y las drogas son parte de nuestro diario vivir; tenemos que estar conscientes del daño que les estamos ocasionando, y no solo eso, sino tenemos que corregir el rumbo, mejorar en todo sentido como familia, tener una mejor y mayor comunicación con nuestros hijos, más que ser sus padres, seamos sus mejores amigos, de lo contrario, vendrán serias consecuencias y los daños causados serán irreversibles.

Severos daños por el Alcohol

Esta enfermedad es crónica y mortal, se caracteriza por la pérdida de control y la incapacidad para abstenerse de beber. Las personas que desarrollan la dependencia al alcohol ven progresivamente afectadas todas las áreas de su vida. El deterioro físico es grave, y su



vida social y familiar se ven afectadas seriamente. A lo largo del tiempo el alcoholismo también va minando la energía y los recursos de la familia y ejerce un impacto severo sobre ésta.

El impacto del alcoholismo o drogas como enfermedad dentro de una familia, genera divorcios, depresiones, problemas laborales, accidentes, suicidios entre otros. Dado que el alcohólico

Un futuro incierto El alcoholismo de generación en generación

Escrito por Ernesto Salayandía García
Domingo, 04 de Septiembre de 2016 17:51

presenta rasgos de personalidad, actitudes y conductas disfuncionales que progresivamente le llevan a un deterioro físico, psíquico, social, familiar, laboral y económico, los hijos reaccionan tratando de controlarlo, disculparlo o esconderlo. Además experimentan una ansiedad constante y se obsesionan con la forma de beber de un padre alcohólico.

Ante su impotencia para controlarlo, experimentan rabia y consecuentemente lo agreden y recriminan. Se culpan a sí mismos y sienten dolor. La envidia en las personas, nace de la herencia genética y del pensamiento alcohólico, una ser envidioso, es un ser vacío, insatisfecho, inmaduro, por demás inseguro.- Mediocre.

Daños colaterales de la enfermedad

Aquellas personas que conviven con el enfermo generalmente adoptan patrones de conducta similares a los de éste, sin darse cuenta de ello. Como consecuencia, los hijos se aíslan, niegan el problema y encuentran justificación a sus conductas destructivas y autodestructivas, además desarrollan problemas emocionales y de conducta. La familia alcohólica es aquella donde la enfermedad del alcoholismo ha afectado la forma en que el sistema familiar funciona.



La influencia de la enfermedad invade aspectos de la vida familiar donde todos los miembros presentan conductas manipuladoras, deshonestas, distantes y agresivas. En general, la convivencia familiar se torna más difícil de sobrellevar. Los hijos de padres alcohólicos buscan adaptarse al sistema familiar enfermo y tienden a establecer relaciones interpersonales en conflicto, las cuáles habrán de influir en su vida de adultos y por lo tanto en las relaciones con las demás personas, es decir, un círculo vicioso que nunca acaba.

No todos los hijos de alcohólicos se ven afectados del mismo modo, pero sus emociones sí, y esto no les permite llevar una vida plena cuando son adultos. Las consecuencias de la enfermedad se reflejan en el nivel de disfuncionalidad de la familia y esto tiene un efecto directo en el daño emocional y físico ocasionado a los hijos. La familia vive episodios de violencia entre sus miembros y es frecuente que los hijos sufran severos traumas emocionales con lo que sus vidas se ven seriamente afectadas aún en la edad adulta. Los efectos principales que se han observado en los hijos de alcohólicos son: baja autoestima, miedos, complejos, desconfianza, agresión, ansiedad, conflicto con la autoridad y necesidades insatisfechas durante la infancia, la niñez y la adolescencia.

Lo que yo llamo, La Saliva del Diablo

En un sistema familiar alcohólico, no sólo el enfermo comete actos violentos, sino que los otros adultos en la familia también se comportan violentamente entre ellos y con los hijos. Los hermanos mayores frecuentemente dirigen su ira y frustración hacia los hermanos más jóvenes, aún en la familia que no sufre violencia física, gritos o expresiones de ira y que puede parecer funcional, la



amenaza de ello es constante y la violencia emocional está presente. Lo anterior debido a que los comportamientos alcohólicos crean un ambiente altamente estresante, por demás neurótico.

Los hijos de alcohólicos están expuestos a un ambiente que es rígido, con frecuencia caótico y donde existe presión por mantener oculto lo que es obvio. Además los hijos dentro de una familia donde está presente la enfermedad, a menudo viven angustiados y en el abandono.

Estos hijos establecen reglas de comportamiento y adoptan diferentes roles en la familia en su esfuerzo por encontrar orden y estabilidad en una situación de caos. Por lo tanto, los hijos que han crecido en este ambiente de problemas familiares y alto desorden, cuando son adultos son muy exigentes e inflexibles, no se adaptan con facilidad a su entorno. El origen de ésta rigidez proviene de la forma en que luchan por adaptarse y por encontrar algo de seguridad, ya que el comportamiento del alcohólico se torna cada vez más impredecible.

El haber crecido en un hogar disfuncional, los hijos de alcohólicos experimentan severos daños emocionales y viven con la necesidad de controlar o de depender de alguien.

La negación a todo que da

Una de las reglas en la familia del alcohólico, es la de no poder hablar de lo que sucede, ocultar que se está viviendo un problema y serio. Esta regla de no hablar es tan fuerte, que cuando los hijos llegan a ser adultos, tienen dificultad para expresarse, reprimen sus

Un futuro incierto El alcoholismo de generación en generación

Escrito por Ernesto Salayandía García
Domingo, 04 de Septiembre de 2016 17:51

sentimientos y emociones, no se permiten sacarlos ante nadie, éstos hijos experimentan dolor, temor y coraje, sentimientos están directamente relacionados con el comportamiento del padre o la madre alcohólicos. Los hijos se reprimen, pero a costa de su salud y bienestar emocional, así como se ve mermada su habilidad para comunicarse abiertamente cuando son adultos.



Otra característica que rige al hijo del alcohólico, es la necesidad de negar lo que sucede, y afirma que no existe necesidad de cambiar nada, que todo está bien. Esto genera que cuando se es adulto, se tiene dificultad para expresar sus emociones y sentimientos, además de negar y no aceptar las experiencias dolorosas que se vivieron en su infancia o juventud, también se avergüenza y su autoestima anda por los suelos, se aparta de la sociedad y cuando está en familia, se aísla emocionalmente de ella. Cuando es adulto, se le dificulta poder confiar en las demás personas y establecer relaciones adecuadas.

Un gran vacío espiritual

Cuando existe el alcohol de por medio, con frecuencia, existe abandono de responsabilidades de los padres para atender bien a los hijos, sus horarios de comida, higiene personal, atención médica, escuelas, etc., lo cual ocasiona un sentimiento de temor y soledad en los hijos lo cual persiste aún en la edad adulta. Los hijos del alcohólico reciben el mensaje de no ser queridos y de ser un estorbo.



Un futuro incierto El alcoholismo de generación en generación

Escrito por Ernesto Salayandía García
Domingo, 04 de Septiembre de 2016 17:51

Como consecuencia, muchos hijos de alcohólicos manifiestan tener este sentimiento de abandono aún cuando sus padres nunca los dejaron solos.

La sensación de abandono proviene del hecho de que el padre alcohólico pudo haber estado físicamente, pero no emocionalmente presente. El resultado es una baja autoestima que experimentan los hijos cuando son adultos. La rabia a su vez se manifiesta en resentimientos y desconfianza. Sin embargo, en su familia tuvo que reprimirlas ya que ésta no permitía que expresara sus sentimientos. La dificultad para confiar en los demás en la vida adulta está relacionada con el hecho de no haber podido confiar en sus padres.

El abandono que experimenta el hijo de alcohólico le ocasiona dolor y esto incluye a su vez sentimientos de soledad y tristeza que aunque se empeñe en cubrir, se reflejan en sus conductas y actitudes. En general, a los hijos de alcohólicos se les dificulta relajarse, padecen dolores de cabeza, hombros y cuello tensos o dolor de espalda, todo esto como resultado de haber crecido en un ambiente altamente negativo. Hay hijos de alcohólicos que repudian beber, pero sin duda, están enfermos de sus emociones.

Una vida sin rumbo

Las consecuencias tanto para el alcohólico como para las personas cercanas a él, son graves, todos los miembros de la familia quedan dañados física, mental, emocional y espiritualmente, la convivencia y comunicación están destruidas, las emociones negativas generan problemas de salud y trastornos emocionales severos, y los hijos son presa fácil para que caigan en las adicciones, tenemos que reaccionar y pronto, las familias enteras se están desmoronando, todo lo vemos con indiferencia y creemos que a nosotros y nuestros hijos nunca nos va a pasar.

Blindemos a nuestros hijos con una mayor y mejor comunicación en la familia, debemos estar actualizados temas de adicciones y enfermedades emocionales, que no nos tome por sorpresa estas enfermedades del alma, porque ya estando dentro de ellas, el camino que tengamos que recorrer, será muy difícil, cruel, desgastante y aterrador.

Un futuro incierto El alcoholismo de generación en generación

Escrito por Ernesto Salayandía García
Domingo, 04 de Septiembre de 2016 17:51

Muchas gracias por leerme y más por escribirme. ernestosalayandia@gmail.com

Como siempre a tus órdenes 614-256-8520, sigue la huella en Twitter @teo_luna,

búscame en Facebook, mis libros están a tus órdenes en crisiscreces.com

Te recomiendo la siguiente liga:

<https://www.youtube.com/watch?v=UanZpoEz100>