

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS

**“ESTUDIO DE LA PERCEPCION EXISTENCIAL DEL ENFERMO
ALCOHOLICO EN PROCESO DE RECUPERACION”**

**ANA PAOLA TOLEDO MARTINEZ
HILDA FABIOLA GONZALEZ GUZMAN**

GUATEMALA MAYO 2007

INDICE

<u>DESCRIPCIÓN</u>	<u>Pág.</u>
Prologo	3
<u>CAPITULO I</u>	
Introducción	5
MARCO TEORICO	
Antecedentes	8
Existencialismo.....	12
Percepción Existencial.....	19
Proceso de Recuperación.....	21
<u>CAPITULO II</u>	
Técnicas e Instrumentos	25
<u>CAPITULO III</u>	
Presentación, análisis e interpretación de resultados	27
<u>CAPITULO IV</u>	
Conclusiones.....	41
Recomendaciones.....	42
Referencias Bibliográficas.....	43
<u>ANEXOS</u>	
Protocolo De Historia de Vida.....	45
Guía de Observación.....	46
Test PIL.....	47
Planificación.....	49
Historia de Vida (relato).....	50
Resumen.....	52

PROLOGO

¿Qué pasa con la persona que padece alcoholismo?, ¿Qué sentimientos le rodean?, ¿Cómo vive su proceso de recuperación? Preguntas que nos hicimos constantemente acerca de esta enfermedad, las que nos dieron la oportunidad de iniciar este trabajo de investigación. Inmersas en esta sociedad, nos dimos cuenta que el alcoholismo es uno de los grandes problemas que afecta a la población a nivel mundial.

También nos sentíamos motivadas en apoyar al proceso de recuperación e indagar más allá de las consecuencias y causas teniendo la visión de ver en sí al individuo como tal, con sus temores, angustias, inseguridades y sueños, por ejemplo, el vivir en sobriedad integrándose nuevamente a la sociedad que aísla totalmente a las personas con este tipo de enfermedad, restándoles incontables oportunidades.

Al desglosar el alcoholismo y descubrir las diferentes facetas que lo integran, nos interesamos en la rama existencial ya que mientras muchos investigadores han basado sus estudios en las causas, consecuencias, origen, etc.; casi ninguna persona se ha interesado en el presente mismo del enfermo alcohólico, sus motivaciones, sus anhelos, que esperanzas lo mueven a descubrirse, considerando que lo que nosotras proponemos en el presente trabajo es que la recuperación del alcohólico es posible, tomando una decisión personal y teniendo una razón por la cual vivir.

“El problema adquiere mayor trascendencia en la persona con alcoholismo, cuando éste pierde todo materialmente y espiritualmente atravesando así el umbral del abismo en que cae el alcohólico. Perdiendo los valores morales y espirituales, pérdida del núcleo familiar, laboral, estatus social, entonces el alcohólico muere por dentro”

“En toda alternativa que intente para dejar de beber el punto de partida es ÉL mismo, la toma de conciencia de que es un enfermo y tomar la firme decisión de querer dejar de beber, este reencuentro es muy importante, porque permite que el individuo valore la vida y la trascendencia que tenemos como seres humanos”

Cuando la persona que sufre alcoholismo se permite llenar su vacío existencial, puede iniciar su rehabilitación y trabajar sobre ella.

A través de este proyecto, llegamos a la conclusión que es necesario disfrutar de un encuentro personal, donde se evalúe y analice, que significado tiene su vida y que perspectivas tienen al finalizar su proceso de recuperación.

Muchas de las conclusiones fueron basadas en que al encontrar un sentido de vida, la recuperación es menos difícil, cuando aprenden a valorarse como seres humanos, todo cambia, la vida debe saborearse. No precipitarse si es que se desea la felicidad y la sobriedad y que fundamentalmente su tarea en la vida estaba basada en cada uno de ellos, pues lejos de su enfermedad el mundo gira de la misma manera.

CAPITULO I INTRODUCCION

“Dios Concédeme
Serenidad, para aceptar las cosas que no puedo cambiar,
Valor, para cambiar las que si puedo y
Sabiduría, para conocer la diferencia.”
Hágase tu voluntad y no la mía

Durante los años 2002 y 2003 se realizó un programa de Terapia Ocupacional dentro de la práctica psicológica con una población de alrededor 134 hombres quienes permanecen por 22 días internos aproximadamente, la familia o el responsable aporta una cantidad monetaria simbólica para la permanencia del enfermo en el centro de recuperación.

Durante el tiempo de permanencia en esta institución reciben apoyo de los “servidores” quienes también son personas que se han recuperado parcial o totalmente y que han seguido en la institución utilizando como guía el programa de Alcohólicos Anónimos manteniendo como filosofía que el servicio es al final la razón primordial de la existencia.

En el recorrido de nuestra investigación fue necesario observar el comportamiento y la participación del enfermo alcohólico en la terapia grupal, a fin de indagar acerca de su personalidad y actitudes en sus relaciones interpersonales, no fue posible determinar condición social, zona específica donde residían, edad ni escolaridad ya que existe mucha diversidad, lo que si se evidenció es que permitieron que el alcohol dominará sus vidas perdiendo algunos el amor y respeto de su familia, principalmente de sus hijos, trabajos y puestos importantes dentro de la sociedad y en la actualidad luchan con el día a día hasta recuperar todo aquello que se ha creído perdido.

El trabajo que realiza la directiva, colaboradores e internos está basado en la literatura de Alcohólicos Anónimos, compartiendo experiencias, ideales y sentimientos dando como resultado la identificación de problemas similares.

Tomando en cuenta nuestros objetivos en la investigación, nos involucramos en diversas actividades en las cuales nos permitían participar, siendo nuestro objetivo principal justificar la importancia de la percepción existencial del enfermo alcohólico en proceso

de recuperación para mejorando así su desarrollo psicosocial, aunque no podemos limitarnos a hablar de una sola percepción existencial debido a que cada ser humano es único y vive situaciones propias y en culturas diferentes, sin embargo se encontraron puntos en común a fin de comprender la motivación del ser humano, en este caso el enfermo alcohólico.

La mayoría de enfermos alcohólicos se mostraron con resistencia al trabajo y a la aceptación de su problema durante el proceso de la terapia grupal e individual, sin embargo en el transcurso de nuestra investigación dimos a conocer nuestro trabajo y los aspectos positivos que la terapia proporcionaba en cuanto a su recuperación y poco a poco se fueron interesando más personas en ser parte de las terapias.

Era necesario dar a conocer los aspectos básicos y fundamentales de lo que representa el alcoholismo como enfermedad de la sociedad, las consecuencias y repercusiones que se producen en la persona y familia, cumpliendo con este objetivo logramos que nos involucraran en actividades más allá de lo que teníamos planificado, en las cuales participaron familiares y amigos de los internos, actividades extra que enriquecían nuestra comunicación con ellos, logrando así más empatía, confianza y afecto.

Dentro de las historias que fueron recopiladas nos dimos cuenta de muchas habilidades ocultas que no daban a conocer los enfermos alcohólicos y que dieron a luz también en la terapia grupal, logrando así estimular la valía personal del enfermo alcohólico proporcionando herramientas para mejorar su autoestima y el aprovechamiento de sus habilidades y cualidades.

Descubrimos que las personas que han llevado un proceso continuo y activo de trabajo psicológico dieron un giro positivo en su recuperación y actualmente trabajan en pro del bienestar de sus compañeros, sin descuidar el grupo de autoayuda (su participación).

Aprendimos a través de nuestro trabajo que la línea que separa al bebedor ocasional, de los "bebedores problema", es la pérdida de control sobre la ingesta de alcohol ya que no elige el momento, ni la cantidad, ni los efectos del alcohol en su organismo. No puede decir "basta" y por lo tanto bebe hasta quedar intoxicado. En este caso, y

progresivamente, aparecen los trastornos asociados al alcoholismo en todas las áreas de su vida: física, emocional, familiar, social y laboral.

Las conductas que se observaron en la población del centro de recuperación propiciaron el estudio del área existencial del individuo ya que este mostró mucha carencia de sentido de vida, falta de interés en si mismo, visión negativa del mundo y angustia de no tener metas claras para su vida. Fueron personas que se les brindó el apoyo y el tratamiento necesario en el momento de crisis pero algunas de ellas no continuaron con un proceso adecuado para su recuperación y menos un tratamiento psicológico, teniendo como resultado el ingreso continuo a esta institución.

Integrando las experiencias compartidas, la investigación, las terapias y las observaciones más los instrumentos de trabajo, concluimos que éstos fueron los principales medios que representaron lo que queríamos comprobar, que la ausencia de un sentido de vida concreto incide en el proceso de recuperación y calidad de vida del enfermo alcohólico.

La mayoría de personas que lograron esclarecer su visión de vida unido al proceso de recuperación, teniendo una razón para la cual vivir, sintiéndose útiles al trabajar por el bienestar de sus compañeros, concibiéndose nuevamente parte de la sociedad, como unas personas dignas. Fueron capaces de reformular un proyecto para su nueva vida, alejados del vicio, sin olvidar que el alcoholismo es una enfermedad latente en sus vidas, y que día a día deben trabajar sin descuidar su programa de recuperación.

Nuestro aporte con la presente investigación es apenas una milésima parte de lo que se podría hacer e investigar, más allá del alcoholismo y sus consecuencias, ya que esta enfermedad desencadena más problemas de origen psicológico iniciando por investigar los motivadores de la persona que lo padece. Nuestra sociedad en la actualidad no vive con sensibilidad la realidad guatemalteca, y el alcoholismo como tal es una enfermedad que trasciende todas las culturas, edades, religiones, etc

MARCO TEORICO

Antecedentes

Desde los orígenes de la humanidad los hombres habrían observado que un jugo de frutas azucarado expuesto al aire libre durante algunos días se convertía en un brebaje que tenía propiedades psicotrópicas especiales. Tal vez, debido a estas propiedades, y a los misterios de la fermentación, se tendió a sacrificar esta bebida y a usarla con fines místicos o sagrados. Podemos citar como ejemplo la conversión del vino en sangre en la misa católica. Su uso excesivo, embriaguez o borrachera, fue considerado como vicio, pecado, asociado a la locura, a la degeneración y a la violencia.

Las bebidas fermentadas o alcohólicas, a lo largo de la historia, han sido objeto de glorificación y abominación simultáneas. A mediados del siglo XIX el médico sueco Magnus Huss acuñó el término alcoholismo para designar al común denominador de las enfermedades cuya causa era el alcohol etílico.

El alcoholismo consiste en un consumo excesivo de alcohol de forma prolongada con dependencia del mismo; es una enfermedad crónica, progresiva y a menudo mortal; es un trastorno primario y no un síntoma de otras enfermedades. La OMS define el alcoholismo como la ingestión diaria de alcohol superior a 50 gramos en la mujer y 70 gramos en el hombre. El alcoholismo parece ser producido por la combinación de diversos factores psicológicos y genéticos. Se caracteriza por una dependencia emocional y a veces orgánica del alcohol y produce un daño cerebral progresivo y finalmente la muerte.

El alcoholismo, a diferencia del simple consumo excesivo o irresponsable de alcohol, ha sido considerado en el pasado un síntoma de estrés social o psicológico, o un comportamiento aprendido e inadaptado.

La influencia del alcohol en la sociedad ha tenido gran peso como factor problemático en la conformación y funcionamiento de la familia, individuo y por ende de la sociedad. "El consumo del alcohol, ha sido reconocido como un factor de integración social y favorecedor de la convivencia". Esto es, el alcohol es una de las bebidas embriagantes, consumidas con moderación y en los contextos permitidos, reduce la tensión, desinhibe y provoca sensaciones de bienestar. Los bebedores disfrutan de las bebidas por esos efectos placenteros y aprecian diferentes calidades de bebidas. Desafortunadamente,

proporciones variables de individuos en la población presentan problemas en su salud y en sus relaciones interpersonales a causa del consumo inmoderado de alcohol. El alcoholismo en sus características generales es semejante a otras adicciones a drogas, si bien distintos autores acentúan la base depresiva del sujeto (más allá de la estructura psicopatológica de base) y su relación con la oralidad, en una equivalencia de la bebida alcohólica con la leche como medio por el cual se calmaran angustias o ansiedades infantiles, como suministro incondicional e ideal que asegurara la presencia de quien ejerciera la función materna de cuidado y alimentación. El intento en el beber se orientaría a llenar un vacío, en un movimiento impulsivo que, revitalizando la lógica de la necesidad, urge la incorporación del líquido en grandes cantidades.

“Las características del síndrome de dependencia al alcohol incluyen distintos tipos de cambios como por ejemplo, el de la conducta, físicos, biológicos y mentales que principalmente se caracterizan por la falta de control sobre la ingestión de la sustancia y disminución de *la esperanza de vida*”¹.

“El alcohol, aparte de sus cualidades adictivas tiene también un efecto psicológico que modifica el razonamiento y el pensamiento. Una sola copa puede cambiar la mentalidad de un alcohólico en el sentido que cree poder tolerar otra y luego otra y otra, etc.”² Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) se consideran “alcohólicos aquellos bebedores excesivos cuya dependencia al alcohol ha alcanzado un grado tal que presentan notables trastornos mentales o interferencia con su salud mental o física, con sus relaciones interpersonales y su funcionamiento social y económico, o bien tienen signos claros a la tendencia a orientarse hacia tales síntomas, por lo que las personas requieren tratamiento”.

Una persona es dependiente del alcohol cuando se presentan uno o más de los siguientes síntomas:

- La persona siente que no tiene control respecto a su forma de beber;
- "Necesita tomar un trago" para comenzar la mañana, para mantenerse durante todo el día, o para prepararse ante acontecimientos evocadores de tensión; ha llegado a ser psicológicamente dependiente del alcohol, es decir, hay una necesidad fuerte e irresistible de beber una copa;
- Ha perdido su(s) trabajo(s), familia y/o sus amigos por culpa de la bebida;

¹ Logoterapia, Víctor Frankl, Psicoanálisis y Existencialismo. PP. 250

² Vivir en sobriedad, pp. 13 A.A.

- Ha experimentado "amnesias", ha incrementado su tolerancia al alcohol o ambas cosas
- Presenta síndrome de abstinencia, cuando deja de beber, en otras palabras, es físicamente dependiente del alcohol.

El alcohólico es la persona que ha perdido la capacidad para controlar su manera de beber. No hay nadie realmente alcohólico que recupere jamás ese control. El alcohólico/a tendrá dificultades en mantener relaciones de pareja y familiares o en permanecer estable en su trabajo. Episodios de depresión y existencia de problemas familiares pueden tener relación con el alcoholismo.

El alcohólico puede aprender a controlar completamente su enfermedad pero la aflicción no habrá de curarse en forma tal que pueda volver a ingerir alcohol sin consecuencias adversas³.

Las etapas del alcoholismo son seis y se detallan a continuación:

PRMERA. (Etapa Subclínica, 1mg. de alcohol por centímetro cúbico de sangre). No hay alteración, solamente exaltación de las funciones intelectuales; el individuo se siente eufórico, con bienestar general, alegre, le brillan los ojos, la piel está caliente y húmeda, pulso rápido, fuerza física aumentada, se cree capaz de realizar grandes proezas y afrontar grandes peligros. La excitación genital se despierta; el más reservado o tímido se vuelve galante o atrevido.

SEGUNDA. (Etapa de estimulación, 1 a 1.5 mg. de alcohol / cc de sangre). Es una exaltación de la primera; algunos individuos se encolerizan por cualquier causa, discuten y en ocasiones se entrega a la violencia, otros lloran por insignificancias y hablan de fracasos y traiciones.

TERCERA. (Etapa de confusión, 2 a 3 mg. de alcohol / cc de sangre). Las facultades intelectuales se pierden paulatinamente; hay pérdida del control de las ideas y en ocasiones amnesia. El lenguaje es declamatorio y de tonalidad ridícula; el individuo es a veces inmoral; el control del aparato motor se pierde, por lo cual la marcha se hace zigzagueante, con sensación de vértigo; el aparato motor del ojo no funciona bien; en el oído hay zumbidos, sordera, por lo cual el individuo grita; se pierde la noción del tiempo y del espacio.

³ Vivir en sobriedad, pp. 13 A.A.

CUARTA. (Etapa de atontamiento, 3 a 4 mg. de alcohol / cc de sangre). La desorientación es completa, un estado de inconsciencia que lo lleva a cometer malas acciones y violencias; el lenguaje es incoherente e inteligible y absurdo, la escritura es imposible, la mirada vertiginosa; respiración y pulso muy acelerados.

QUINTA. (Etapa de coma, 4 a 5 mg. de alcohol / cc de sangre). Se caracteriza por que el sujeto entra en un estado agonizante; la respiración es difícil, arrítmica primero, los reflejos están disminuidos; sudores profusos, músculos relajados; el pulso es pequeño y retardado, hay hipotermia.

SEXTA. (Muerte, 6 mg. de alcohol / cc de sangre). La muerte puede sobrevenir con mayor frecuencia si el sujeto está expuesto al frío, debido a asfixia por congestión pulmonar.

EFFECTOS PSICOLÓGICOS

El alcohol afecta en primer lugar al Sistema Nervioso Central y su ingesta excesiva y prolongada puede provocar daño cerebral. Popularmente se cree que el alcohol incrementa la excitación, pero en realidad deprime muchos centros cerebrales. La sensación de excitación se debe precisamente a que al deprimirse algunos centros cerebrales se reducen las tensiones y las inhibiciones y la persona experimenta sensaciones expandidas de sociabilidad o euforia. Por eso se dice, que el alcohol "anestesia la censura interna". Sin embargo, si la concentración de alcohol excede ciertos niveles en la sangre interfiere con los procesos mentales superiores de modo que la percepción visual es distorsionada, la coordinación motora, el balance, el lenguaje y la visión sufren también fuertes deterioros.

Fuertes cantidades de alcohol reducen el dolor y molestias corporales e inducen al sueño. Pero su uso continuo irrita las paredes estomacales llegando incluso a desarrollarse úlceras. Adicionalmente tiende a acumularse grasa en el hígado, interfiriendo con su funcionamiento. En los alcohólicos crónicos se provocan graves trastornos cerebrales, hepáticos (cirrosis) y cardiovasculares (aumenta la presión sanguínea y con ello el riesgo de un infarto). Incluso, está demostrado que el alcohol incrementa el nivel de los triglicéridos (grasa no saturada o vegetal en las arterias) y con ello también el riesgo de un infarto. Finalmente, como es ampliamente conocido, el alcohol provoca adicción física y dependencia psicológica.

Existencialismo

El existencialismo es el movimiento filosófico que resalta el papel crucial de la existencia, de la libertad y la elección individual, que gozó de gran influencia en distintos escritores de los siglos XIX y XX.

Tal vez el tema más destacado en la filosofía existencialista es el de la elección. Debido a la diversidad de posiciones que se asocian al existencialismo, el término no puede ser definido con precisión. Se pueden identificar, sin embargo, algunos temas comunes en todos los autores existencialistas. El término en sí mismo sugiere uno principal: el énfasis puesto en la existencia individual concreta y, en consecuencia, en la subjetividad, la libertad individual y los conflictos de la elección.

La mayoría de los filósofos desde Platón han mantenido que el bien ético más elevado es el mismo para todos: en la medida en que uno se acerca de la perfección moral, se parece a los demás individuos perfectos en el plano moral. El filósofo danés del siglo XIX Søren Kierkegaard, el primer escritor que se calificó de existencialista, reaccionó contra esta tradición al insistir en que el bien más elevado para el individuo es encontrar su propia y única vocación. Como escribió en su diario: "Tengo que encontrar una verdad que sea verdadera para mí... la idea por la que pueda vivir o morir". Otros escritores existencialistas se han hecho eco de la creencia de Kierkegaard de que uno ha de elegir el camino propio sin la ayuda de modelos universales, objetivos. En contra de la idea tradicional de que la elección moral implica un juicio objetivo sobre el bien y el mal, los existencialistas han afirmado que no se puede encontrar ninguna base objetiva, racional, para defender las decisiones morales.

Tal vez el tema más destacado en la filosofía existencialista es el de la elección. La primera característica del ser humano, según la mayoría de los existencialistas, es la libertad para elegir. Mantienen que los seres humanos no tienen una naturaleza inmutable, o esencia, como tienen otros animales o plantas; cada ser humano hace elecciones que conforman su propia naturaleza. Según la formulación del filósofo francés Jean-Paul Sartre, la existencia precede a la esencia. La elección es, por lo tanto, fundamental en la existencia humana y es ineludible; incluso la negativa a elegir implica ya una elección. La libertad de elección conlleva compromiso y responsabilidad. Los existencialistas han expuesto que, como los individuos son libres de escoger su propio

camino, tienen que aceptar el riesgo y la responsabilidad de seguir su compromiso dondequiera que éste les lleve.

Kierkegaard mantenía que es crucial para el espíritu reconocer que uno tiene miedo no sólo de objetos específicos sino también un sentimiento de aprehensión general, que llamó "temor". Lo interpretó como la forma que tenía Dios de pedir a cada individuo un compromiso para adoptar un tipo de vida personal válido. El concepto de angustia posee un papel decisivo y similar en las obras del filósofo alemán Martin Heidegger; la angustia lleva a la confrontación del individuo con la nada y con la imposibilidad de encontrar una justificación última para la elección que la persona tiene que hacer. En la filosofía de Sartre, la palabra "náusea" se utiliza para el reconocimiento que realiza el individuo de la contingencia del Universo, y el término "angustia" para el reconocimiento de la libertad total de elección a la que hace frente el hombre en cada momento.

En clara deuda con el pensamiento de Kierkegaard, para los existencialistas lo que propiamente existe es el hombre, no las cosas, que toman su ser en él o a través de él.

El hombre no tiene una esencia que le determine a ser o a comportarse de una manera concreta, sino que él mismo es su propio hacerse, su propio existir. Existir es sinónimo de hombre (el Dasein de Heidegger o el "para-sí" de Sartre). Esto significa que el hombre es libertad y conciencia. Libertad porque el hombre es un modo de ser que nunca es dado de antemano (el Dasein o ser-ahí es un poder-ser que tiene constantemente que ejercitarse) ni tampoco es puesto por algo o alguien. Conciencia porque la existencia es lo que nunca es objeto, sino aquello a partir de lo cual me refiero a lo otro que no soy yo y con lo que me relaciono, además de conmigo mismo (autoconciencia).

Es desde la existencia humana desde donde se establece el valor y sentido de todo lo real. El objeto al que se dirige la conciencia no existe. Es un "ser-en-sí" (Sartre), caracterizado por la plenitud de coincidencia, la impenetrabilidad y opacidad. Su ausencia de relación rehuye la temporalidad y entra en tensión con la conciencia, "ser-para-sí". Ésta desea ser, a la vez, en-sí y para-sí, lo cual equivaldría a ser Dios, algo imposible de realizar (ateísmo).

El ser del hombre es un ser-en-el-mundo (in-der-Welt-sein). Pero "mundo" no es un lugar, ni designa la naturaleza. No estamos "pasivamente" en el mundo, sino de manera activa

y creadora, trascendiendo siempre hacia "lo otro" (el ser-en-sí) que no es la conciencia, hacia el "ser-en-sí" (el hombre, la conciencia), sin poder abrazarlo.

La existencia humana consiste en un continuo "quehacer" que tiene que vérselas con "las cosas", "aquello que está a la mano"; enseres, útiles. Mundo es instrumento para que y en el que la conciencia se realiza, el conjunto de relaciones de "las cosas" entre sí y con el hombre. El Dasein crea mundo. La existencia es mundaneidad.

El hombre es posibilidad abierta, libertad de hacerse esto y lo otro. Elección. En la medida en que el hombre está arrojado al mundo, ha de contar con aquello que le es "dado", (las circunstancias) que limitan sus posibilidades y su libertad. La autenticidad consiste en no renunciar a la libertad bajo ninguna circunstancia: no dejarse caer entre las cosas como una más de ellas (facticidad).

El hombre no debe eludir su responsabilidad de obrar libremente, de lo contrario obrará de mala fe y llevará una existencia inauténtica.

Los sentimientos, al igual que la razón desvelan nuestra existencia y nos ponen en contacto con ella, de manera más íntima y radical que la razón.

La angustia nace de un futuro indefinido, de la falta de esencia, de un horizonte cuajado de posibilidades al que el hombre debe enfrentarse sin ninguna garantía, asumiendo plenamente su libertad de "construirse a sí mismo a cada instante".

La náusea de Sartre surge de la falta de propósito y finalidad del mundo y de los hombres. Todo está de más, tejiendo el mismo entramado de lo absurdo del mundo. Ningún teologismo puede salvarnos porque la idea de finalidad es en sí misma producto de la mala fe: un autoengaño.

La vergüenza es el sentimiento mediante el cual constatamos que existen otros para-sí distintos al nuestro. En su presencia me convierto en un objeto (en-sí), y quedo cosificado y privado de mi libertad. El otro puede pensarme como quiera, anulando mi libertad de ser.

LOGOTERAPIA

La esencia del hombre revela, a toda observación fenomenológica, inmediatamente constituida por la libertad. La existencia adquiere un sentido cuando el hombre se hace responsable de su situación temporal y la rescata mediante la apertura a la trascendencia. La libertad se presenta inmediatamente como dato constitutivo

ontológico de la existencia humana y se expresa en la opción fundamental que el hombre, originariamente hace de sí mismo. Escogiendo la opción, el ser-ahí hace en primer lugar posible para sí mismo el propio poder-ser auténtico (Heidegger). La libertad actúa e informa el ser del hombre mediante la proyección. La realidad de la existencia humana es una posibilidad, su ser un poder-ser. La posibilidad viene así definida y reconocida como una estructura categorial del ser-hombre y el acto de voluntad con el cual el hombre se proyecta a sí mismo consiste esencialmente en el desarrollo de las posibilidades implícitas en su existencia. Lo posible es libertad, pues constituye una posibilidad de elección. El acto de elección constituye la realidad que se define como el cambio que comporta el devenir. Frankl afirma que en cada instante realizo una posibilidad y no otra. Cada instante contiene en sí millares de posibilidades, pero yo sólo puedo escoger una para realizarla. Esto que realizo y hago mediante mi decisión, lo pongo a salvo en la realidad y lo conservo para siempre. La libertad originariamente está cargada de angustia porque mientras el hombre no puede en ningún momento de la vida sustraerse a la obligación de escoger entre las varias posibilidades que se le ofrecen, inevitablemente se ve constreñido a asumir la incertidumbre y el riesgo inherentes a todo acto de elección. La existencia se constituye como el encuentro entre la determinación finita de la situación y la infinita apertura originaria a la trascendencia.

Unida con la posibilidad y anclada en la misma estructura de la condición humana, la angustia se configura como categoría existencial. La raíz profunda de la angustia consiste en la imposibilidad de llevar al ser lo que, necesariamente, por el acto mismo de la elección es excluido del ser y condenado al no-ser. Una posibilidad excluida no significa, necesariamente, una realidad justificada, pues la angustia se relaciona nuevamente con ella y con el futuro. La angustia considerada en su motivación originaria y en su significado profundo es y sigue siendo una experiencia humana fundamental.

Frankl afirma que el hombre es responsable de su propia finitud... Está atado por muchos vínculos, pero estos constituyen los puntos de apoyo sobre los cuales se yergue su propia libertad; y no los rechaza, antes bien, continuamente se refiere a ellos. El hombre en su caminar trasciende el terreno sobre el cual avanza.

Solo la aceptación humilde y radical de la finitud original que define la condición humana posibilita la trascendencia de la limitación y la irrupción de lo infinito en lo finito. La humildad ontológica es la única actitud que salva al hombre de la desesperación.

La existencia humana es también historicidad. El ser humano es ante todo un ser histórico... no puede eliminarse de su devenir el factor temporal histórico. La existencia histórica se constituye en el devenir, captado en su naturaleza de acto que decide acerca del ser o del no-ser, y radica en su temporalidad. La temporalidad inviste el ser del hombre en cuanto a su ser posible originario y constitutivo y lo determina en su existencia inestable y precaria. La existencia es trascendencia, superación, mientras que el futuro es la determinación temporal de la posibilidad. Posibilidad y futuro se corresponden en cuanto que para la libertad lo posible es el futuro y, para el tiempo el futuro es posibilidad.

Frankl define el presente como el instante en el cual, mediante el acto de elección, una posibilidad concretada en una realidad es asumida en el tiempo, pero al mismo tiempo se vuelve eterna, se salva para siempre de la caducidad y de la transitoriedad.

El Sentido de la Vida radica también es esto: que esta es irreversible La esencia y el sentido de la vida brotan de su relación con la muerte. La muerte, según Frankl exige el hombre la responsabilidad de crear algo en el mundo.

La estructura fundamental del hombre como ser-en-el-mundo se revela propiamente como ser-el-uno-con-el-otro y el-uno-por-el-otro. Resulta evidente que el hombre se pone y se constituye como existencia descentrada, abierta, referida intencionalmente al otro distinto de él, disponible para los demás.

El amor está marcado por un carácter de encuentro, y encuentro significa siempre que se trata de una relación de persona a persona (Frankl)

Gabriel Marcel afirma que amar a un ser significa esperar de él algo nuevo, imprevisible. Significa también, dar a la persona amada la posibilidad de crear, de inventar, de abrir el propio poder-ser. Frankl afirma que el amor intuye; también el percibe un ser que todavía no es, un ser que puede ser. El amor contempla y descubre posibles valores en el tú amado. El amor es donación y la donación es una llamada, que espera una respuesta.

El amor es por sí mismo garantía de su persistencia en el tiempo. La novedad absoluta del nosotros, en el cual dos personas se constituyen en el hecho de compartir el mismo destino y el mismo proyecto de vida, se revela radicalmente extraña a toda determinación temporal y no se halla penetrada por la fuerza de destrucción incluida en el tiempo. La persona amada permanece como presencia existencial

Frankl⁴ introduce la noción de intencionalidad con el fin de definir la estructura fundamental del ser del hombre en cuanto existente. Ser hombre quiere decir orientarse hacia algo que está más allá de uno mismo, que es diferente de uno mismo. Esto significa que la radical intencionalidad de la presencia humana está constituida por la tensión originaria que caracteriza al ser humano entendido en el sentido de Heidegger como ser-en-el-mundo. En este contexto, la existencia se explica como tensión, como trascendencia y rescata lo dado y se revela como apertura del ser. La existencia en su referencia al otro, es trascendencia y, en este sentido, Frankl afirma que la esencia de la existencia humana se encuentra en la propia autotrascendencia. El sentido de la tensión del hombre hacia el mundo, la interpreta Frankl como tensión dialéctica entre su deber ser hecho y su deber-ser, entre el ser y el significado. La intencionalidad de la estructura humana es expresión de la factura originaria entre esencia y existencia y el significado, en su evidente superioridad frente al ser, realiza su profunda significación de revelarse como guía del ser. Frankl afirma que sólo la intencionalidad en términos de sentimiento hacia los valores puede descubrir al hombre la verdadera alegría, y que en el reconocimiento de un objeto real está implícito el que se reconozca su realidad independiente del dato de que yo u otro lo reconozca de hecho. Una nueva antropología en el ámbito de la psicoterapia El hombre, para Frankl⁵, es en primer lugar un yo, una persona, un modo de existir totalmente particular. Es una cosa que existe por sí, que funda la unidad y totalidad del ser humano. Ser persona significa ser absolutamente distinto de cualquier otro ser. La estructura íntima de este ser es la singularidad, la irrepitibilidad y la finitud. La singularidad y la irrepitibilidad de la existencia humana se basan en la constatación de que cada ser es un ser-distinto.

La verdadera raíz de la libertad del hombre se encuentra en su misma espiritualidad, en el hecho de que el hombre existe de un modo totalmente distinto de los demás seres. El obrar del hombre nace de sus propias decisiones.

El hombre está llamado a realizarse de manera libre y consciente. El hombre tiene en sus manos su propio destino y puede responder a la llamada de la libertad porque su existencia se desarrolla en la dirección de una mayor perfección.

Esta libertad es en realidad un concepto negativo que exige un complemento positivo. Y este complemento positivo es la responsabilidad.

⁴ La Filosofía Actual I.M. Bochenski

⁵ La Filosofía Actual I.M. Bochenski

La responsabilidad se basa en la unicidad y singularidad de la existencia humana y en el carácter trascendente de dicha existencia. El hombre no sólo es responsable de algo, sino también ante Alguien.

El hombre es un ser finito en él radica una tendencia natural que le impulsa hacia la perfección. El hombre subraya su empuje hacia adelante, un ardor secreto lo arrastra hacia algo nuevo y original.

“Máslow afirma que las personas se realizan habiendo satisfecho sus necesidades fundamentales de seguridad, de amor y de estimación, buscan crecer hacia la perfección y desarrollarse de un modo cada vez más pleno según su propio estilo. Trabajan, buscan, son ambiciosos, pero en un sentido no corriente, porque su motivación la constituye el desarrollo del carácter, es expresión del carácter, es maduración, es desarrollo, en una palabra, es autorrealización”

Ser hombre significa ir más allá de si mismo. La esencia de la existencia se encuentra en la propia autotrascendencia.

El ser humano es motivado por la búsqueda y por la posibilidad de hallar el sentido de la propia existencia. Según Frankl, el hombre no se siente impulsado a buscar ante todo el placer y/o el poder sino una razón para ser feliz. “Por Voluntad de Sentido Frankl entiende la tensión radical del hombre a hallar y a realizar un sentido y un fin. Entiende la Voluntad de Sentido como aquello que se frustra en el hombre, en el momento en que cae en el sentimiento de vacío y de falta de sentido”.

El problema del significado de la vida es una cuestión típicamente humana, aunque no siempre es formulada clara y explícitamente en sus términos. Poner en duda que la propia vida tenga un sentido no tendría que ser considerado por sí mismo como algo morboso; es por el contrario expresión del ser humano, de aquello que de más humano hay en el hombre.

Según la teoría frankliana, el significado no es conferido o dado, sino únicamente descubierto. El contenido de los valores no es establecido arbitrariamente por el hombre: los valores se imponen al hombre. El hombre debe someterse a ellos. El significado es subjetivo, en cuanto no es una cosa válida para todos, sino que es específico de cada hombre. La existencia concreta para Frankl, no sería otra cosa que un juicio de valor.

La conciencia, órgano de sentido se trata de la única y sola posibilidad que una persona concreta tiene en una situación concreta. Se trata de algo absolutamente Individual, un ser debe ser individual, que no puede ser abarcado por ninguna ley general, por ninguna ley moral.

La falibilidad de la conciencia llega a tal punto que hasta el último momento de su vida, el hombre no puede saber si efectivamente ha realizado el sentido de su vida, o si se ha engañado continuamente.

La conciencia es una voz que lleva un mensaje único y singular a una determinada persona concreta. Detrás de la conciencia hay una dimensión totalmente trascendente. La conciencia es la guía del ser, del ser hombre, en cuanto que es la voz de la trascendencia. El hombre es una unidad, un todo psico-físico-espiritual; un ser caracterizado por la singularidad, por la irrepetibilidad, por la intencionalidad, por la finitud.

PERCEPCION EXISTENCIAL

Mucha gente sufre simplemente por el hecho de vivir o porque su existencia ya no es lo que era. Quien tiene problemas sexuales, no sólo ha perdido la espontaneidad, sino también la capacidad para saber qué es esencial y qué no lo es en su cotidianidad. Quien se extravía en los callejones sin salida de las neurosis o busca una solución en el alcohol o las drogas, ha perdido, sin duda, el rumbo que daba sentido a su vida, es decir tienen confusión en relación a su percepción existencial. Cuando nos cuesta reconocer nuestra razón de ser, al no ubicar nuestras metas y objetivos claros, perdemos nuestra percepción existencial. Confusión que se presenta cuando vamos perdiendo nuestra valía personal y suele suceder aún más en los alcohólicos quienes dejan que con las circunstancias de la vida, vayan perdiendo su valor personal, su familia, hogares, su trabajo, hasta denigrarse totalmente. Cuando caen en estados totales de depresión, también esto les afecta radicalmente porque pierden su percepción existencial al no encontrar quienes realmente ni reconocer lo que pueden hacer por si mismos.

“Quien tiene un porqué para vivir encontrará casi siempre un cómo”. (Nietzsche)⁶

La percepción existencial lo que busca es un “cambio en nuestra actitud hacia la vida. Tenemos que aprender por nosotros mismos y después enseñar a los desesperados que en realidad no importa que no esperemos nada de la vida, sino si la vida espera algo de nosotros”⁷. Vivir significa asumir la responsabilidad de encontrar la respuesta correcta

⁶ El hombre en busca de sentido Pp 9.

⁷ El hombre en busca de sentido Pp 78 Viktor Frankl.

a los problemas que ello plantea y cumplir las tareas que la vida asigna continuamente a cada individuo.

Cuando un hombre descubre que su destino es sufrir, ha de aceptar dicho sufrimiento, pues ésa es su sola y única tarea. Ha de reconocer el hecho de que, incluso sufriendo, él es único y está solo en el universo. Nadie puede redimirle de su sufrimiento ni sufrir en su lugar. Su única oportunidad reside en la actitud que adopte el soportar su carga.⁸

El existencialismo, a través del análisis fenomenológico de la conciencia, abrumba al hombre con una pesada carga de responsabilidad, pero también le muestra un camino individualmente creativo de hacerse a sí mismo, a pesar de lo dado o de toda circunstancia. Los psicólogos de la percepción reconocen que la mayoría de los estímulos puros desorganizados de la experiencia sensorial (vista, audición, olfato, gusto y tacto) son corregidos de inmediato y de forma inconsciente, es decir, **transformados** en percepciones o experiencia útil, reconocible. Por ejemplo, un automóvil que circula por una carretera se ve de tamaño real, sin tener en cuenta lo pequeña o grande que sea la imagen formada en la retina del observador. El proceso de percepción no se limita a organizar los estímulos sensoriales directos en forma de percepciones, sino que éstas, por sí mismas, recuperadas de la experiencia pasada, también se organizan favoreciendo una más rápida y adecuada formación del proceso de percepción actual. El estudio y la teoría de la percepción superan a la psicología teórica y tienen aplicaciones prácticas en el aprendizaje, la educación y la psicología clínica. Una percepción deficiente implica experimentar el mundo como un caos, mientras que una 'extrapercepción' —eliminar estímulos que no se ajustan a los esquemas de la percepción o percibir estímulos inexistentes— puede llevar a experimentar el mundo inadecuadamente, con sentimientos de depresión en el primer caso y de alucinación o delirio en el segundo.

Los seres humanos creamos un vínculo con nuestro entorno, cada persona debe posicionarse consigo misma (introspección) logrando un desarrollo personal siempre en relación con los otros; sus próximos, su familia, compañeros de trabajo, es decir su percepción existencial. Cada ser humano desde su desarrollo (niñez, adolescencia, adultez, vejez) crea consciente e inconscientemente su esquema, figura, o imagen de sí mismo en el cual incluye sus sueños, anhelos, metas, esperanzas, triunfos, fracasos, tristezas, alegrías, de ahí la influencia para cada acto y actividades de su vida.

⁸ El hombre en busca de sentido Pp 79. Víctor Frank

Es por ello la importancia de mantener una percepción existencial sana para poder realizar un plan de vida y no frustrarse al incumplimiento del mismo.

Los alcohólicos tienen una baja tolerancia a la frustración por lo que al sentirse fracasados evaden su realidad y suplen el dolor en la primera copa.

La importancia de replantearse un plan de vida a pesar del dolor, pérdidas y sufrimiento es la capacidad de cada persona de sobreponerse ante las vicisitudes de la vida. Tal como lo plantea Víctor Frankl en su libro "El hombre en busca de sentido"

PROCESO DE RECUPERACIÓN

La naturaleza del tratamiento depende de la gravedad del problema de alcoholismo de la persona y de los recursos que estén disponibles en su comunidad.

El tratamiento puede incluir:

- Desintoxicación (el proceso de eliminar alcohol del cuerpo sin peligro)
- Tomar medicamentos recetados para ayudar a prevenir el volver a beber alcohol una vez que se ha dejado de beber alcohol
- Consejería individual o de grupo. Hay tipos de consejería muy prometedores en los cuales se le enseña a los alcohólicos en recuperación a identificar situaciones y sentimientos que promueven la urgencia de beber alcohol. La consejería también le ayuda a desarrollar otras estrategias para enfrentarse a estas situaciones y sentimientos sin incluir alcohol.

Cualquiera de estos tratamientos puede ser administrado en un hospital o como tratamiento ambulatorio. Debido a que la participación de la familia es importante en el proceso de recuperación. En el proceso de recuperación del alcohólico (y del adicto en general) uno de los elementos que más trabajo le cuesta lograr al que se está rehabilitando es recuperar la confianza de los demás. De hecho, uno de los objetivos claves en la rehabilitación de los adictos es recuperar la confianza de los demás, especialmente de sus seres queridos. El gran problema de la mentalidad del alcohólico es que la mentira y la deshonestidad fueron utilizadas tanto tiempo para justificar su conducta adictiva que quedó condicionada a su mente como un mecanismo automático que le cuesta mucho trabajo manejar en la etapa de recuperación El tratamiento primario comienza con el reconocimiento del alcoholismo como un

problema que necesita atención específica, en vez de considerarlo secundario a otro problema subyacente como se hacía antaño. Se están desarrollando rápidamente residencias especializadas para su tratamiento y unidades específicas en los hospitales generales y psiquiátricos. A medida que la sociedad se concientiza de la verdadera naturaleza del alcoholismo, disminuye su consideración como estigma social, los enfermos y sus familias lo ocultan menos y el diagnóstico no se retrasa tanto. Además de resolver las complicaciones orgánicas y los cuadros de abstinencia, el tratamiento pasa por los consejos y entrevistas individualizados y por las técnicas de terapia de grupo encaminadas a conseguir una abstinencia no forzada de alcohol y otras drogas. La abstinencia es el objetivo deseado. La adicción a otras drogas, sobre todo tranquilizantes y sedantes, es muy peligrosa para los alcohólicos.

La organización de Alcohólicos Anónimos⁹ (A.A.) es un grupo de apoyo para enfermos sometidos a otros tratamientos, puede servir a veces para la recuperación sin necesidad de recurrir al tratamiento psiquiátrico formal. No es agradable para nadie pensar que mentalmente y físicamente se es diferente a los demás. Ésta es la gran obsesión de todo bebedor anormal: la idea de que algún día y él no sabe cómo llegará a beber razonablemente y a encontrar placer al hacerlo. Es asombroso constatar hasta qué punto puede persistir esta ilusión. Son muchos los que se aferraron a ella hasta llegar a las puertas de la locura o de la muerte.

Han aprendido a aceptar, hasta lo más profundo de su ser, que eran alcohólicos. Éste era el primer paso a tomar si querían liberarse. La ilusión de que son como los demás o que algún día llegarán a ser debe disiparse de inmediato.

Los alcohólicos anónimos tienen reuniones abiertas y cerradas. Las reuniones abiertas como indican los términos, las reuniones de este tipo están abiertas a los alcohólicos y a sus familias, así como a cualquier persona que se interese en solucionar un problema personal con la bebida o en ayudar a otra persona a solucionar un problema con el alcohol. La mayoría de las reuniones abiertas siguen un formato más o menos fijo, aunque en algunas áreas se han elaborado distintas variaciones. El coordinador describe el programa de alcohólicos anónimos en forma resumida para los principiantes que haya en el auditorio y luego presenta a uno, dos o tres oradores que

⁹ Libro Azul, Bill W. Alcohólicos Anónimos., 1986.

cuentan sus propias historias de bebedores y pueden a veces ofrecer sus interpretaciones personales de alcohólicos anónimos. A mitad de la reunión normalmente hay un período para hacer anuncios locales de alcohólicos anónimos, y el tesorero pasa el sombrero para sufragar el alquiler del salón de reunión, los gastos de literatura y costos accesorios. A menudo, después de cerrar la sesión, los participantes se reúnen sin ceremonia para tomar café u otros refrescos y charlar.

Las reuniones cerradas son solo para los alcohólicos. Preparan a los miembros una oportunidad de compartir, unos con otros, en lo referente a problemas relacionados con formas y costumbres de beber, así como a sus esfuerzos para lograr una sobriedad estable. También les permiten discutir sobre diversos elementos del programa de recuperación. En las reuniones abiertas, se les recuerda a los invitados que las opiniones e interpretaciones que escuchen allí son únicamente las del orador que las exprese. Todos los miembros tienen perfecta libertad de interpretar el programa de recuperación según su propia luz, pero nadie puede hablar por el grupo local o por alcohólicos anónimos en su totalidad.

La experiencia práctica demuestra que no hay nada que asegure tanto inmunidad a la bebida como el trabajo intensivo con otros alcohólicos. Funciona cuando fallan otras actividades. La vida tendrá otro significado. Ver a las personas recuperarse, verlas ayudar a otras, ver como desaparece la soledad, ver una agrupación desarrollarse a nuestro alrededor. El contacto frecuente con los recién llegados y entre unos y otros es el punto luminoso de las vidas de los alcohólicos anónimos.

PREMISAS DE LA HIPOTESIS

-  Las personas al no tener claro su sentido de vida, su razón de ser, difícilmente podrán recuperarse de su alcoholismo. Y por ende esto incide en su proceso de recuperación.
-  El enfermo alcohólico puede hacer más efectiva su recuperación al tener metas claras y objetivos definidos.
-  Al establecer un programa de acompañamiento con personas semejantes, compañeros del dolor, les ayuda a mantener una recuperación en el día a día, encontrando un sentido a su vida y proceso de recuperación.

HIPÓTESIS

"La ausencia de un sentido de vida concreto incide en el proceso de recuperación y calidad de vida del enfermo alcohólico."

VARIABLE INDEPENDIENTE:**La ausencia de un sentido de vida concreto.**

El sentido de vida se da cuando el hombre se hace responsable de su situación temporal y la rescata mediante la apertura a la trascendencia, es el significado concreto de la vida de cada individuo en un momento dado, cada individuo tiene su propia misión que cumplir, cada uno debe llevar a cabo un cometido concreto¹⁰.

Indicadores:

- Baja tolerancia a la frustración
- Depresión
- Vacío existencial
- Neurosis noógena
- Angustia
- Temor
- Inseguridad

VARIABLE DEPENDIENTE:**Proceso de recuperación y calidad de vida.**

El proceso de recuperación consiste en ayudar al individuo a progresar a través de las etapas que van de las necesidades básicas elementales a las superiores, se divide en etapas de trabajo individual y grupal, que tienen un porque o un fin determinado para las instituciones que lo llevan a cabo. La calidad de vida se refiere al nivel de vida en función de bienes materiales, y forma de vida, hábitos, actividades, entorno social.

Indicadores:

- Caídas y recaídas
- Autoconcepto
- Metas, sueños e ideales
- Propósito de vida
- Autoestima
- Bienestar
- Autorrealización
- Libertad de elección

¹⁰ Víctor Frankl, El hombre en busca de sentido. pp. 107

CAPITULO II **TECNICAS E INSTRUMENTOS**

SELECCIÓN DE LA MUESTRA

La presente investigación se realizó en el Centro de Recuperación "Camino a la Sobriedad, ubicado en la zona 6. Se trabajó con una muestra de 20 personas de sexo masculino en edades comprendidas de 26 a 60 años, la condicionante era que tuvieran algún tiempo en su proceso personal de recuperación, y que estuvieran activos en el apoyo de dicho centro de recuperación, se les aplicó el Test PIL (Purpose in Life). Para las técnicas de observación grupal, historias de vida, Terapia grupal e individual se tomó en cuenta a toda la población de internos y servidores contando con un grupo de 65 personas aproximadamente.

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

TEST PIL: (PURPOSE IN LIFE TEST)

Cada afirmación del Test tenía un puntaje total de 7 y a la persona se calificó su estado de total aburrimiento o de entusiasmo. Si estaba totalmente aburrido se puntuaba 1 o 7 y si estaba intermedio puntea 2, 3, 4,5 o 6.

Luego se sumaron los puntos de las 20 afirmaciones y hay una escala de categorización según el resultado que obtuvo; el máximo punteo podía ser de 140.

- Arriba de 112 indica que existe la presencia de sentido de vida y objetivos definidos
- Entre 92 y 112 indica indecisión y objetivos de vida no definidos
- Debajo de 92 indica carencia de sentido de vida y objetivos definidos.

Se aplicó a 20 personas en proceso de recuperación que son parte de la directiva y del comité del centro llevando la mayoría un proceso de terapia individual.

OBSERVACIÓN GRUPAL

Se realizó en forma cualitativa, por medio de la recolección de datos descriptivos, es decir las palabras y conductas de las personas muestra de estudio. Se obtuvo información a través de la observación participante, es decir, formando parte del grupo estudiado o confiando en informantes seleccionados del grupo. La participación en la

actividad grupal proporcionó mayor información ya que se observaron y detectaron mayores indicadores del estudio a realizar.

TERAPIA GRUPAL

Se llevaron a cabo diferentes charlas y talleres con las personas alcohólicas, en proceso de recuperación, tomando como base la información recopilada en el desarrollo de la investigación.

La terapia de grupo se llevó a cabo por medio de dinámicas de grupos que se utiliza para ensayar diferentes conductas. Al margen de los procedimientos específicamente terapéuticos, en un grupo existen y se desarrollan múltiples posibilidades de identificación mutua y de reacciones simultáneas entre sus miembros, en el caso de los enfermos alcohólicos se le da mayor importancia a la terapia de grupo ya que ellos se consideran "hermanos del dolor" y comparten experiencias, anécdotas y sufrimientos en común, la terapia de grupo ofrece además la posibilidad de probar nuevas formas de conducta en el grupo y comparar las reacciones individuales con las de los otros miembros.

TERAPIA INDIVIDUAL

También se apoyó al centro con Terapia Individual en muchas ocasiones breve, ya que muchos de los internos permanecen por 21 días y no regresan más. Con algunas personas si se llevó un seguimiento. El acompañamiento psicológico tiene elementos de contenido logoterapéutico, también de Terapia racional emotiva y aspectos cognitivos conductuales.

HISTORIAS DE VIDA

Esta es una técnica de investigación basada en el análisis de procesos históricos-sociales centrado en la vida concreta de las personas, recopilando datos cualitativos y expresiones de las personas en su vida cotidiana. Esta técnica ayudó a indagar a profundidad los aspectos relevantes en la vida de los enfermos alcohólicos.

CAPITULO III PRESENTACION ANALISIS E INTERPRETACION DE RESULTADOS

A continuación presentamos los resultados de la investigación cualitativa que se realizó del Test PIL

CUADRO DE EVALUACION DE RESULTADOS

TEST PIL

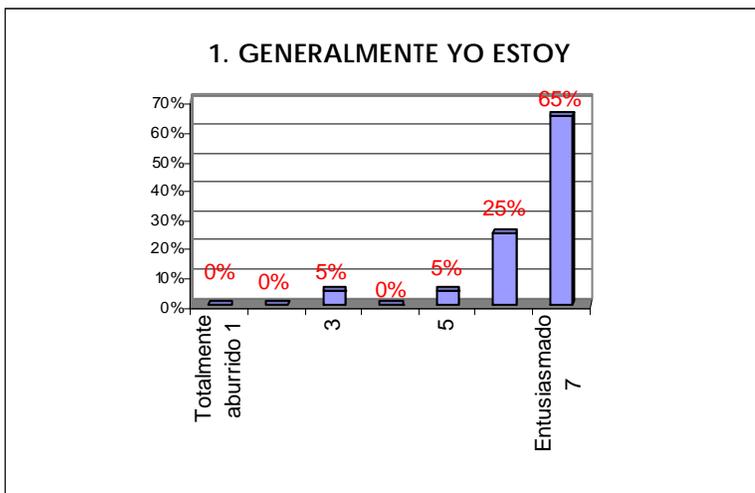
El Test de Propósitos de la vida (PIL) fue escrito por James C. Crumbaugh, Ph. D. Del "Veterans administration Hospital" de Gulfport, Missisipi y Leonard T. Maholick; M.D. "The Bradley Center; Inc" de Columbus, Georgia.

Cada afirmación tiene un puntaje de 7 y califica en la persona su estado de total aburrimiento o de entusiasmo. Si esta totalmente aburrido se puntea 1 ó 7 y si esta intermedio puntea 2, 3, 4,5 ó 6.

Seguidamente se suman los punteos de las 20 afirmaciones y hay una escala de categorización según el resultado que obtenga; el máximo puntaje es 140

PUNTAJE	CANTIDAD	RESULTADO
ARRIBA DE 112	11	Indica que existe la presencia de sentido de vida y objetivos definidos
ENTRE 92 Y 112	6	Indica indecisión y objetivos de vida no definidos
DEBAJO DE 92	3	Indica carencia de sentido de vida y objetivos no definidos

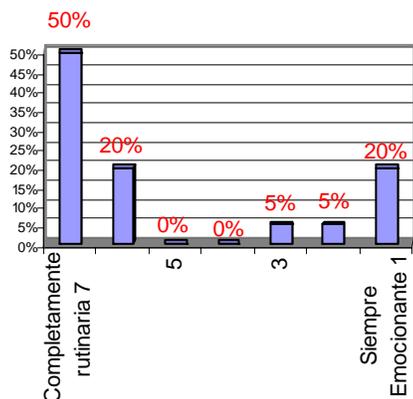
PRIMERA PARTE



El 65% de las personas encuestadas manifestó en su respuesta que la mayor parte del tiempo se mantienen entusiasmados mientras que el 0% indicó que se mantenía totalmente aburrido.

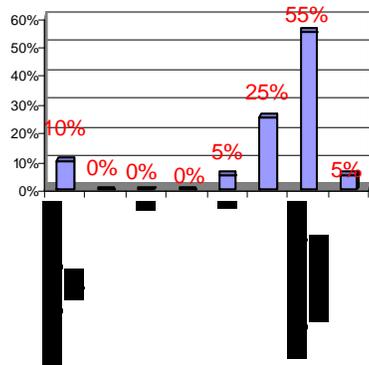
Los enfermos alcohólicos son personas trabajadoras que disfrutan lo que hacen y se refleja en la gráfica. Son personas alegres, entusiastas y con mucha iniciativa para el trabajo de grupo.

2. LA VIDA ME PARECE



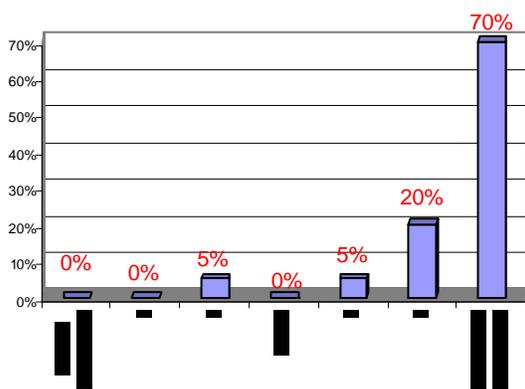
El 50% de las personas entrevistadas respondió que la vida les parecía totalmente rutinaria, es decir están acostumbrados a un ritmo, de vida y no encuentran mayor emoción ó no disfrutan de cosas nuevas. En la gráfica el 50% de las respuestas están divididas y no se puede generalizar una respuesta

3. PARA MI VIDA



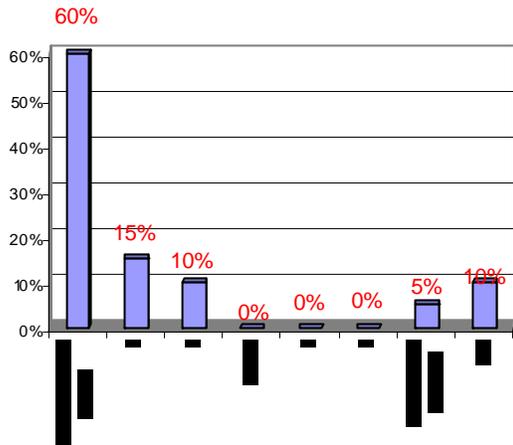
En esta gráfica el 55% de las personas entrevistadas responde que tiene metas muy bien definidas. Cabe mencionar que las personas en referencia son personas que ya han llevado un proceso largo de recuperación y que actualmente trabajan en pro-bienestar de sus compañeros. Por lo que claramente manifiestan que han podido reorganizar su vida, sueños y metas.

4. MI EXISTENCIA PRIVADA



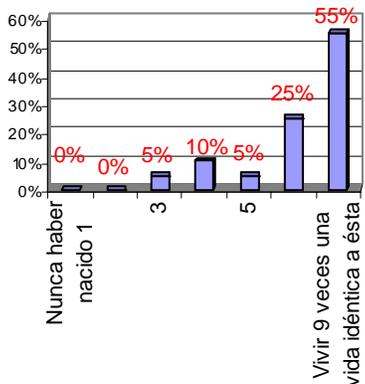
En esta pregunta el 70% de los entrevistados respondió que su existencia privada es muy bien definida. Cabe mencionar que las personas en referencia son personas que ya han llevado un proceso largo de recuperación y que actualmente trabajan en pro-bienestar de sus compañeros. Por lo que claramente manifiestan que han podido reorganizar su vida, sueños y metas.

5. CADA DIA ES



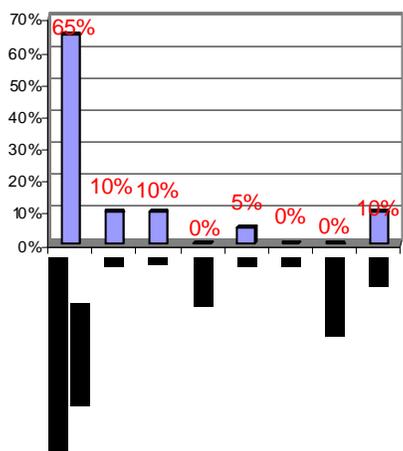
En esta pregunta encontramos que el 60% responde que cada día es constantemente nuevo y es porque ellos trabajan un plan de 24 horas, cada día, por lo que para ellos cada día es un reto y una nueva oportunidad de seguir viviendo son personas que ya han llevado un proceso largo de recuperación y que actualmente trabajan en pro-bienestar de sus compañeros. Por lo que claramente manifiestan que han podido reorganizar su vida, sueños y metas.

6. SI PUDIERA ESCOGER USTED PREFERIRIA



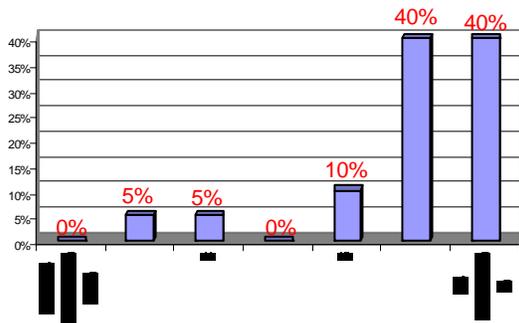
En esta pregunta el 55% de las personas entrevistadas respondió que preferían vivir 9 veces una vida como la que han vivido en contra de nunca haber nacido. Han aprendido a reconocer la oportunidad que tienen al estar vivos y valoran cada instante de su propia vida..

7. DESPUES DE RETIRARME ME GUSTARIA



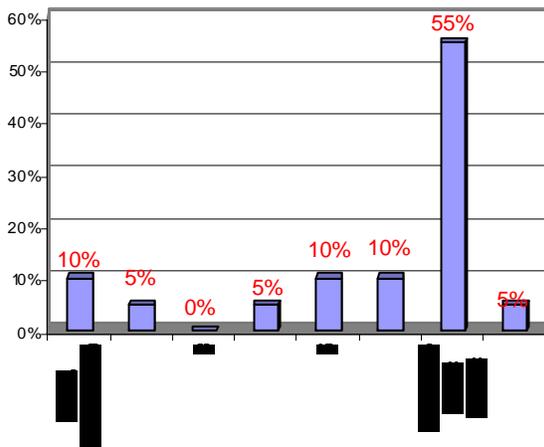
En esta pregunta el 65% de las personas entrevistadas manifiestan que luego de retirarse o jubilarse de sus actividades laborales aún tienen metas, sueños e ilusiones que cumplir, lo que significa que han encontrado el sentido de vida como dice Víctor Frank.

8. EN ALCANZAR LAS METAS DE LA VIDA



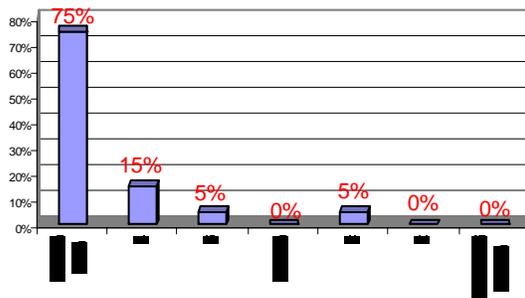
El 80% de las personas entrevistadas respondieron entre el rango 6 y 7 siendo este el máximo puntaje por lo que representa que dicho porcentaje se sienten satisfechos con las metas que han alcanzado y que aún tienen planificadas cumplir.

9. MI VIDA ES

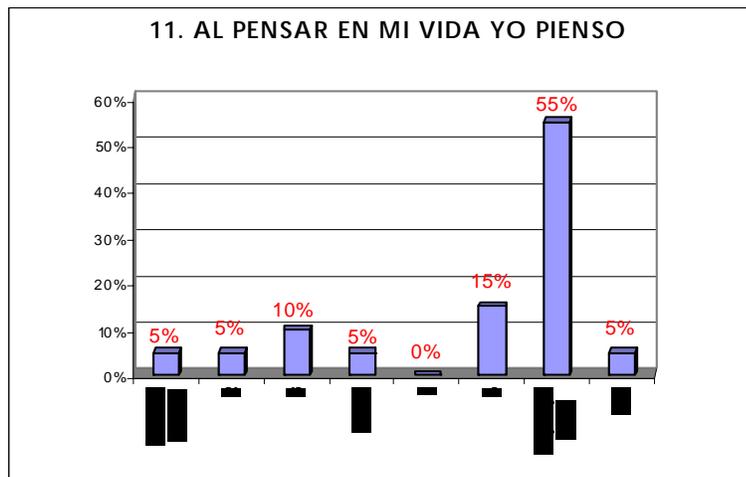


El 55% de las personas respondieron que su vida está llena de cosas buenas y el 45% restante están dispersas las respuestas y no expresan claramente su percepción frente a lo que la vida les ha dado.

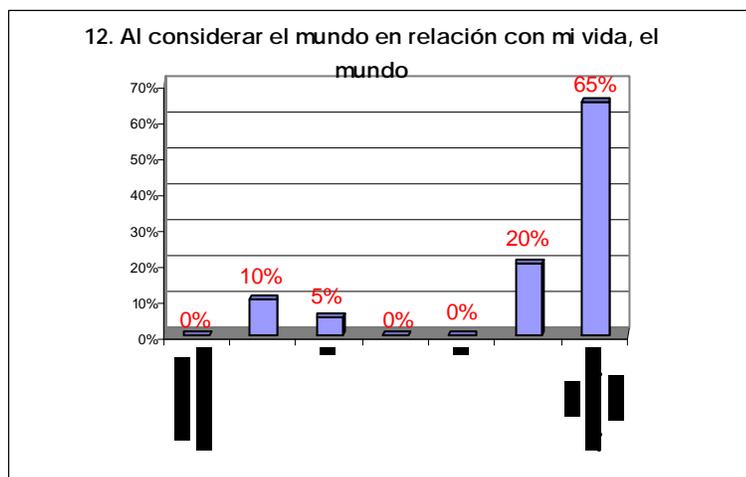
10. SI MURIERA HOY CONSIDERARIA QUE MI VIDA



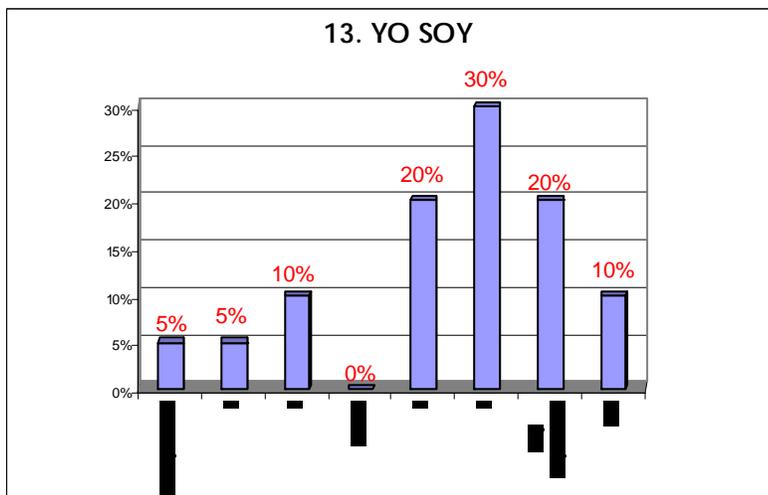
Esta gráfica es la más representativa de la gratificación que han tenido las personas en relación a su vida, manifestando su satisfacción por la vida que llevan actualmente, expresando que si ha valido la pena su vida.



El 55% de las personas entrevistadas afirmaron que tienen la respuesta a la interrogante de sé por qué existo: Han encontrado el significado a su vida y trabajan en su propio bienestar.

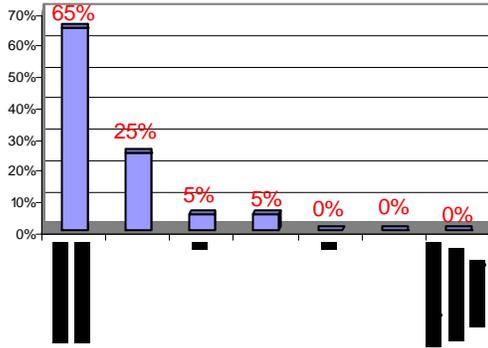


El 85% de las respuestas están entre el rango 6 y 7 por lo que manifiestan que el mundo tiene mucho significado para su vida. Encuentran su espacio en el mundo y por ende el camino para su vida. Lo que hace que se mantengan satisfechos con sus logros y metas.



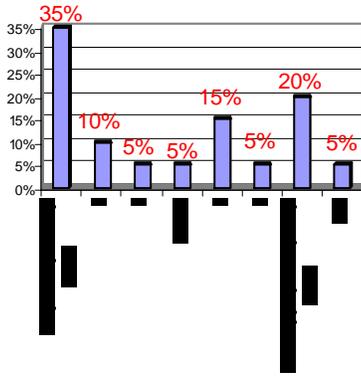
En esta respuesta hay variedad de porcentajes. Por lo que se analiza que hay diversidad de personas algunas se consideran muy responsables y otras no. Su condición de enfermos alcohólicos no les permite ser totalmente responsables por el temor al fracaso.

14. En cuanto al libre albedrío, creo que el hombre es



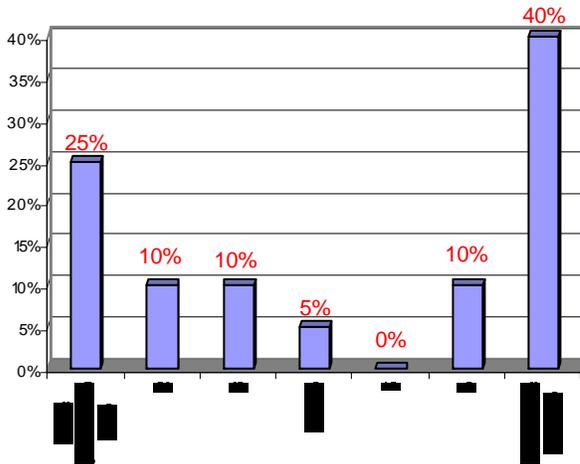
En esta respuesta el 90% de los entrevistados respondieron entre el rango 6 y 7 por lo que consideran que en cuanto al libre albedrío son completamente libres para elegir. Aunque siempre tienen presente que tienen un ser superior quien gobierna sus vidas, ellos tienen la decisión de sus actos.

15. EN CUANTO A LA MUERTE YO



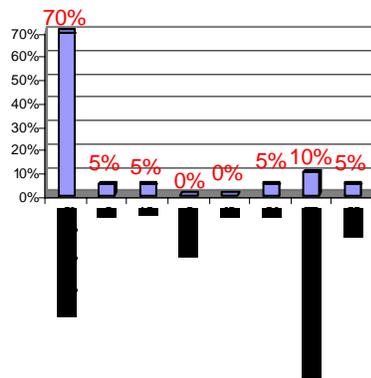
El 35% de los entrevistados respondió que en cuanto a la muerte están preparados y no tienen miedo. Mientras el 20% de los entrevistados respondió que tiene miedo y no está preparado.-

16. EN CUANTO AL SUICIDIO YO



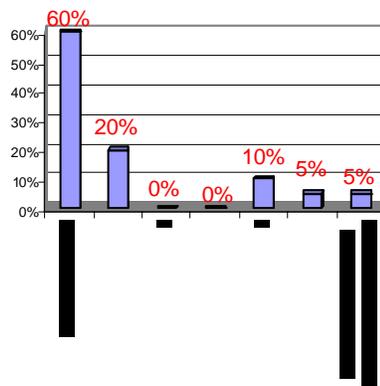
El 40% de los entrevistados respondió que nunca ha pensado en suicidarse, mientras el 25% manifiesta que si lo ha pensado en serio. Consideramos que han sido personas que han pasado por etapas muy difíciles en su vida por lo que en muchas ocasiones se han sentido tan agobiados que han pensado en actos extremistas como el suicidio como la única solución

17. Creo que soy capaz de encontrar el significado y propósito en mi vida



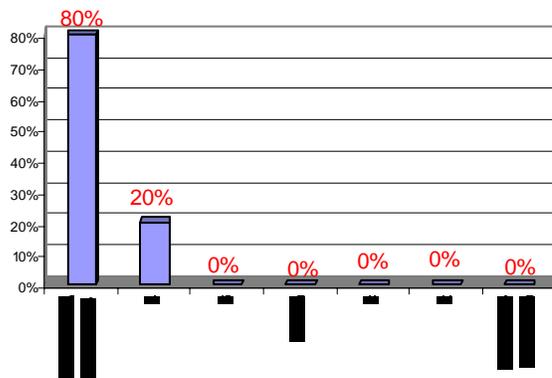
El 70% de los entrevistados manifiesta que son personas muy capaces para encontrar el significado y propósito en su vida, mientras el 30% restante varían en sus respuestas no sabiendo exactamente cuál es el propósito y significado de su vida.

18. MI VIDA ES



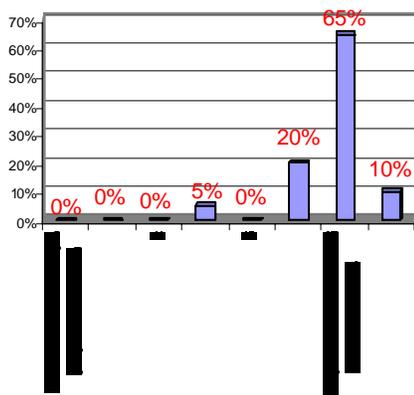
El 80% de las respuestas coinciden en que su vida es controlada por ellos mismos, mientras que el 20% restante coincide en que es controlado por fuerzas externas. La mayoría de los entrevistados manifiestan que están en un proceso de aprendizaje para el control de emociones, deseos e impulsos.

19. MI TAREA DIARIA



El 100% de las respuestas están entre el rango 6 y 7 siendo éste el máximo puntaje por lo que ellos trabajan a su entera satisfacción y encuentran un valor especial a lo que realizan diariamente entre estas labores el apoyar a sus compañeros en proceso de recuperación.

20. HE DESCUBIERTO



El 65% de las respuestas indican que los entrevistados han descubierto que tienen metas bien definidas y que trabajan para el cumplimiento de ellas, mientras el 35% restante está aun en la búsqueda de su satisfacción en la vida por medio del establecimiento de metas para su propia autorrealización.

SEGUNDA PARTE

A continuación se detalla un análisis de las respuestas de la segunda parte del Test, ellos respondieron de forma abierta a las interrogantes.

1. Más que nada yo quiero...

“Una compañera, seguir viviendo para lograr muchas metas, amor, escribir y entregarme a Dios, seguir adelante luchando contra el alcohol, dejar de beber, estar bien y feliz, ser libre, triunfar, mantenerme sin beber, morir en paz con Dios, seguir ayudando”.

De acuerdo a las respuestas obtenidas en esta pregunta, podemos observar que los entrevistados son personas que están en proceso de recuperación y continúan en la búsqueda del significado a su vida y su bienestar personal por medio de metas y propósitos que les satisface, así como el servicio que proporcionan a sus compañeros.

2. Mi vida es...

“Buena, linda desde que deje de beber, feliz, preciosa, tranquila, linda y alegre, una maravilla, placentera, alegre, normal como cualquier persona, muy divertida, completamente bella, útil, regular espero recuperarme”.

Podemos observar en las respuestas obtenidas que la mayoría de los entrevistados tiene la percepción de que su vida a pesar de las vicisitudes ha sido satisfactoria pues es su historia personal y han logrado sobrepasar los obstáculos y siguen luchando por alcanzar sus sueños e ideales.

3. Espero que

“Progrese, este año me case, Dios haga un milagro en mi vida, lo mejor, seguir adelante, vivir más, sigo siempre sobrio y atento, tener confianza en mi mismo, logre mis metas, todo me salga bien, ganar mucho dinero, Dios me ayude, mi sueño se realice, cambiar más, siempre este dispuesto a servir, Dios me acompañe todo el día”.

En esta pregunta los entrevistados transmiten su visión positiva de la vida, al encontrarse con nuevos retos, lo que refleja su deseo de superación y constancia en su proceso de recuperación. Así como la confianza en sí mismos para realizar sus metas.

4. He logrado

“Mucho hasta el día de hoy, ser feliz, tener una familia, dejar de beber y seguir adelante, éxitos, el propósito de mi vida, mis hijos, realizar mi vida, metas, más o menos ser feliz, lo

que siempre quise mi propio negocio, dejar de beber, solucionar mi gran problema, una navidad sin alcohol, la unidad de mi grupo".

A través de estas respuestas los entrevistados realizaron una mirada retrospectiva en su proceso de recuperación dándose cuenta de los logros que han obtenido y de lo mucho que pueden aún hacer.

5. Mi gol más alto, a que aspiro más

"servicio a la sociedad, tener un mi carro, a seguir metiendo goles, a ponerme a la voluntad de Dios, hacer un terreno, vivir feliz, mi sobriedad, lograr una meta, estar bien, estar con mi familia, trabajar hasta donde pueda, formar mi propia familia, tener paz conmigo mismo, gozar de sabiduría para servir".

En esta respuesta los entrevistados se dieron cuenta de las capacidades que tienen y que pueden desarrollar para lograr el cumplimiento de sus aspiraciones. Se puede observar que manifiestan claramente cuales son sus sueños.

6. Lo más desesperanzado

"No triunfar, la muerte de mi madre, el perdón con mi padre, haber perdido mi hogar, la soledad, es lo que no he podido hacer, cuando tomo, no tener trabajo, mi vicio el licor, estar enfermo, es mi fracaso como hijo, es no lograr cambiar a mi pareja, verme vencido por beber".

En esta pregunta nos damos cuenta de que así como hay aspectos positivos en su vida que los ha ayudado a lograr muchas cosas, también se han encontrado con aspectos negativos y difíciles en su vida que han sido obstáculos para su total recuperación. Esto les ha ayudado a reconocer ahora sus debilidades y errores trabajando sobre ellos para enmendar su vida.

7. Mi único propósito en esta vida

"Triunfar, dejar de beber, volver a vivir, ser feliz, tener un hogar estable, seguir adelante, es estar bien, es quererme yo mismo, alejarme del alcoholismo, ayudar al prójimo, trabajar para bien de mi familia, ver a mis hijos realizados, Dar paz , es progresar espiritualmente".

Nuevamente se puede observar el deseo por el bienestar individual y de su familia para lograr la satisfacción a través del servicio. Trabajando no sólo en función de si mismo sino de sus semejantes. Logrando su autorrealización.

8. Me aburro

"Cuando no tengo mi mente ocupada, de nada, no siempre, a veces, no tengo nada que hacer, cuando no se hacen las cosas como es, cuando estoy encerrado".

Han encontrado a través de las actividades de su cotidianidad el sentido a su existencia desarrollando sus habilidades y canalizando de una mejor manera su energía. Podemos observar también que son personas que necesitan mantener un ritmo acelerado de actividades y estar en constante movimiento para sentirse útiles.

9. La muerte es

"El dolor profundo que no puedo evitar, algo que tiene que llegar algún día, la continuación perfecta de la vida, algo natural, el final de la vida, ganancia, fatal, Dios el único que da la muerte, alivio al dolor, un paso a otra existencia, inevitable, un alivio a mis penas, nacer de nuevo, temerosa, un paso a la vida espiritual, ley de la vida".

De acuerdo a los comentarios obtenidos concluimos que las personas en proceso de recuperación durante sus bebetorias le temían a la muerte, viéndola como algo fatídico, siendo la salida más fácil, pero ahora a través de su proceso han aprendido a

reconocer la muerte como algo natural que pasará en algún momento sin desequilibrar la paz obtenida.

10. Yo estoy logrando

"Salir de mis problemas, ver en la oscuridad, entrar en el proceso de ser feliz, dejar de beber, sobriedad, mejorar el carácter, mi trabajo, mi meta, mi propósito en mi vida, ser mejor cada día, trabajar bastante, vivir bien, ser un hombre honesto, éxito, crecer espiritualmente, por Dios mi sobriedad".

Consideramos en estas respuestas que los entrevistados han descubierto que la vida les ha regalado una segunda oportunidad para cumplir todo lo que han anhelado, se ven como en una nueva vida con más oportunidades de desarrollo personal, sin olvidar que tienen problema con el alcohol. Siendo ejemplo para otras personas que están en el proceso de recuperación y aún las que nunca han tenido contacto alguno con adicciones.

11. La enfermedad y el sufrimiento pueden ser

"Parte de mi vida, la muerte o el suicidio, curativos a mi alma, causantes de muerte, experiencia, fatal, una purificación, que sirva de algo positivo, normal en la vida, muerte, el pago a mi mal comportamiento, un fracaso, consecuencia del pasado".

Tomando en cuenta las respuestas obtenidas en esta pregunta, vemos que los entrevistados han realizado un análisis introspectivo de su vida y creen que el sufrimiento o la enfermedad es la consecuencia de sus actos siendo algo que deben pagar. Consideran esto como parte de su vida que puede en algún momento causarles la muerte resignándose a esto.

12. Para mí toda la vida es

"Alegre, importante, lo máximo, un propósito, buena, ganancia, rutinaria, esperanza, vivir en paz, es mi madre, un reto, alegría y tristeza, hermosa bella y progresiva, da soluciones, bonita".

Consideramos que los entrevistados a través de su recuperación han encontrado el valor personal a su vida, lo que les ha permitido disfrutar de cada instante vivido ya sea lleno de alegría o tristeza encontrando significado a cada actividad que realizan.

13. El pensar de suicidio

"No me parece, negativo, solo cuando bebía, en ningún momento, jamás, no es el propósito de mi vida, locura, es ilógico, nunca lo he pensado, mal, cobardía, fracaso, pérdida de tiempo".

Podemos observar que a pesar de que los entrevistados han pasado etapas difíciles en su vida de desesperación y que en algún momento lo pensaron realmente como la salida más fácil y solución rápida a sus problemas, ahora lo ven de manera diferente y no lo harían pues se valoran como personas individuales que pueden dar mucho a su entorno apreciando la nueva oportunidad que el poder Superior les ha otorgado.

Se aplicó este test ya que está muy enfocado al sentido de vida y a descubrir los propósitos en la vida de las personas. Nos ayudó a obtener información en común de los internos que colaboraron con nosotras. Encontramos muchas similitudes en las respuestas de las personas, así como muchos de sus temores, de sus sueños y anhelos.

OBSERVACIÓN GRUPAL

Utilizamos esta técnica ya que nos hicimos parte del grupo, nos aceptaron, participábamos e interactuábamos con ellos, lo que nos permitía que ellos participaran y actuaran con mayor libertad, abriendo su corazón, dándose a conocer más allá de nuestro punto de investigación. Al ellos no darse cuenta que los observábamos sino sintiéndonos parte del grupo, nos ayudaba a descubrir muchas más cosas, ya que ellos no se sentían presionados por nuestra presencia, porque poco a poco nos ganamos la confianza de ellos. Al punto de interesarse ellos aún más por nuestro trabajo.

TERAPIA GRUPAL

Cada día que nosotras nos presentábamos al centro de recuperación, era un nuevo reto, ya que no todos los días se encontraban las mismas personas por el mismo proceso que llevan de internamiento de 21 días. Por lo que teníamos que ingeniar nuevas técnicas, para romper el hielo, establecer rapport e iniciar nuestro tema, charla, taller o terapia ocupacional. Al participar con ellos de esta manera nos divertíamos, ya que hay mucha diversidad en las personas aún teniendo cosas en común, como el alcoholismo, fuimos descubriendo nuevos talentos en cada uno de ellos y así cada uno iba dando a conocer más de él. Establecimos un gran carisma con los internos, mucha empatía y cariño. La interacción entre los miembros del grupo fue la principal fuente para solucionar los conflictos existentes como desintegración grupal, lucha de poder, enemistades y ausentismo. Aprendimos a ser más sensibles a estas personas que luchan día a día contra esta enfermedad, en más de una ocasión les dijimos que considerábamos que eran unos "guerreros" que día a día ganaban una batalla y que eran dignos de admiración y lo mucho que aprendíamos de ellos.

TERAPIA INDIVIDUAL

Una de las técnicas más importantes de la investigación fue la terapia individual ya que con ella fuimos explorando a cada persona y encontrando en conjunto sus traumas, temores e inseguridades, así como muchas de los porqués de las actitudes que ellos actualmente tienen comprendiendo al individuo en sí y no solo la enfermedad del alcoholismo y de cómo esos traumas no les dejaba realizarse como personas y trazarse o encontrar un sentido a su vida.

HISTORIA DE VIDA

Con esta técnica los internos junto con nosotras iban deshilvanando poco a poco su historia personal, descubriendo ellos mismos recuerdos que tenían escondidos y que estaban lastimando su corazón. Con esto no quiere decir que inmediatamente se recuperaron pero fueron conscientes de su problemática y empezaron a trabajar por ellos mismos.

ANALISIS GLOBAL DE LAS HISTORIAS DE VIDA

En el recorrido de nuestra investigación, fuimos recopilando muchas experiencias entre las cuales algunas fueron impactantes por el contenido de las mismas. Era muy interesante descubrir como los corazones mas duros, al tocar recuerdos de la infancia pueden quebrarse y llorar hasta desahogar parte de su tristeza.

Así mismo se fueron encontrando muchos aspectos en común de los cuales hablaremos a continuación, no sin antes mencionar nuestro sincero agradecimiento a todas las personas anónimas que han contribuido a engrandecer nuestro proyecto de investigación, ya que sin ellas no tendría sentido nuestro trabajo.

CARENCIA DE FIGURAS PATERNAS: *“Mis papás me dejaron con mis abuelos pues no me podían cuidar”* En muchos de los casos que se trabajaron o que simplemente se recopiló una historia de vida, descubrimos que en su mayoría tenía ausencia materna, paterna o ambas y ellos debían asumir un rol que no les correspondía desde muy pequeños no viviendo una infancia feliz. Esto no les permitía concluir sus estudios y en muchos casos trabajar desde pequeños.

ABUSO SEXUAL: *“Fueron muchas veces y yo no podía decir nada, porque me amenazaba y mis papás no me hubieran creído”* Siendo este un problema latente en nuestra sociedad, nos dimos cuenta que también en los hombres existe el abuso sexual. Encontramos casos en los que personas muy cercanas a ellos y en quienes confiaban, abusaban de su inocencia de su debilidad y fragilidad, y en muchos casos este recuerdo los castigaba y les hacía beber para encontrar un desahogo y olvidar este momento siniestro en su niñez.

CULTURA: *“Empecé tomando cuando era un niño, mi papá me decía toma mijó para las lombrices, o hasta que mirés a la Virgen” “Ese es mi hijo”* En nuestra sociedad es evidente la presencia que tiene el alcohol, como una bebida de festividad y alegría,

tanto es así que los mismos padres, transmiten la cultura de la bebida a sus hijos y así sigue una cadena, con las siguientes generaciones. En algunos casos nos dimos cuenta que la misma cultura los hacía beber, desde muy pequeños creando en ellos una adicción.

INFIDELIDAD: *“mi papá salía a trabajar y mi mamá se acostaba con otros hombres y yo veía” “Mi mamá trabajaba todo el día porque mi papá se gastaba el dinero con otras mujeres”* Muchas de las historias narradas están marcadas por alguna etapa de infidelidad, entre las relaciones de sus padres o en las mismas relaciones de ellos, considerando ellos mismos éstas como principales causas de su alcoholismo.

FAMILIA CON PROBLEMAS DE ALCOHOLISMO: *“Yo soy alcohólico porque mi papá era alcohólico” “En mi familia todos tomamos”* La mayoría de ellos cuentan con padres, tíos, hermanos u otros familiares cercanos que padecen problemas de alcoholismo por lo que consideran que es un problema común, que se transmite de familia en familia, como una herencia que ha afectado y afectará muchas facetas de su vida.

HIJOS NO DESEADOS: *“Mis papás se tuvieron que casar, porque yo iba a nacer, pero no se querían”* Entre las historias de vida encontramos también que muchos de ellos se consideran hijos no deseados, cargas familiares, o estorbos, que así los consideraban sus padres, al momento de concebirlos, quitando la tranquilidad a sus vidas, porque se consideran en muchos casos, que el que ellos nacieran les obstaculizará a sus padres su realización como personas. O si ellos no hubieran nacido la vida de ellos estaría mejor. Estos mensajes que ellos escuchaban constantemente marcaron sus vidas a tal punto de aún en su vida adulta recordarlo con dolor y justificar su alcoholismo por esta razón.

MALAS RELACIONES: *“Encontré a mi esposa con otro hombre” “Me dejó por otro” “Yo la dejé por que me enamoré de otra mujer”* A través de la recopilación de historias de vida, descubrimos que la mayor parte de personas que padecen alcoholismo son personas que en una u otra ocasión han cometido ciertas infidelidades o han sido víctimas de algún tipo de infidelidad de parte de sus parejas. Y esta es una de las principales causas que ellos mencionan para ingerir bebidas alcohólicas tratando de olvidar lo sucedido. También muchos de ellos padecen de celos incontrolables al punto de llegar a golpes y desintegración familiar sin tener pruebas claras de la desconfianza que llegan a sentir por sus parejas.

AUSENCIA DE SENTIDO DE VIDA: *“ Cuando salga de aquí no tengo ningún lugar a donde ir” “Después de aquí no se que voy a hacer” “No he pensado que quiero para mí” “Ya estoy muy grande para pensar en mi futuro” “Ya no vale la pena mi vida” “Realmente no tengo ningún sueño, todo se terminó”* Al darnos cuenta de esta recopilación de frases, podemos concluir que nuestra hipótesis es asertiva en cuanto al sentir de las personas enfermas de alcoholismo, porque no tienen un sentido de vida claro ni definido y no encuentran metas que los motiven a seguir viviendo, luchando hasta lograrlas. Mientras muchas de las personas que están en el proceso de recuperación saben exactamente lo que quieren para su vida, la importancia de ellos mismos y saber exactamente cuales son sus posibilidades para lograr alcanzar sus sueños.

CAPITULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES

Basándonos en los resultados de nuestra investigación concluimos lo siguiente:

- Se acepta la hipótesis planteada, la ausencia de un sentido de vida concreto incide en el proceso de recuperación y calidad de vida del enfermo alcohólico.
- La actual investigación surge de la necesidad de indagar el alcoholismo desde la perspectiva existencial y desde el punto de vista general posible.
- Se hace evidente a través de la investigación realizada que es posible la recuperación del alcoholismo e inserción en la sociedad a través de un programa adecuado de terapia individual y grupal y sobre todo teniendo voluntad para una decisión personal.
- Cuando el individuo encuentra un sentido de vida, un por qué para qué vivir es cuando realmente descubre su razón de ser y trabaja hasta encontrar su autorrealización.
- El alcoholismo, se expresa dentro del individuo como una serie de vivencias potenciales y modela un estilo de vida que se aparta de los cánones sociales establecidos, y de esta manera expresa simbólicamente su insatisfacción personal.
- Los enfermos alcohólicos en proceso de recuperación, son personas trabajadoras que disfrutan lo que hacen, son personas alegres, entusiastas y con mucha iniciativa para el trabajo de grupo.
- La condición de enfermos alcohólicos no les permite ser totalmente responsables por el temor al fracaso e inseguridad personal. Por lo que en muchas ocasiones realizan proyectos que no concluyen.
- Los enfermos alcohólicos en proceso de recuperación, realizan un análisis introspectivo de su vida y creen que el sufrimiento o la enfermedad es la consecuencia de sus actos siendo algo que deben pagar. Consideran esto como parte de su vida que puede en algún momento causarles la muerte resignándose a esto.
- Las personas sujeto de de estudio, a través de su recuperación han encontrado el valor personal a su vida, lo que les ha permitido disfrutar de cada instante vivido ya sea lleno de alegría o tristeza encontrando significado a cada actividad que realizan y proponiéndose nuevas metas.

RECOMENDACIONES

A LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

- Crear programas de sensibilización a fin de que el estudiante se involucre directamente con la problemática que tratará en la línea de práctica o centro de práctica que se elija.

A LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS

- Incluir dentro del pensum de estudios un curso sobre adicciones, ya que en la actualidad es uno de los problemas que afecta gran parte de la población guatemalteca.
- Darle énfasis a las terapias existencialistas dentro del pensum psicológico.
- Promover un programa de acompañamiento académico o teórico para apoyar grupos de ayuda.
- Crear un programa de fortalecimiento para apoyar a la organización o institución en los cuales se presta servicio psicológico.

AL CENTRO DE RECUPERACION CAMINO A LA SOBRIEDAD

- Propiciar actividades de terapia ocupacional para que los internos aprendan diferentes oficios para que puedan lograr ubicar un lugar en la sociedad a través de un trabajo digno.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Aceves Lozano, Jorge E.
UN ENFOQUE METODOLOGICO DE LAS HISTORIAS DEVIDA
México, Editorial Ciencias
pp. 15
- Alcohólicos Anónimos
LIBRO AZUL, ESTE ES LIBRO GRANDE, EL TEXTO BASICO DE ALCOHOLICOS ANÓNIMOS
New York City: Editorial, Alcohólicos Anónimos Tercera Edición, 1986
pp. 151
- Álvarez Del Real, María Eloisa
GUIA PARA LA FAMILIA CON PROBLEMÁS DE ALCOHOLISMO, DROGAS...
Colombia: Editorial América, S.A., 1992
pp. 256
- Asti Vera, Armando
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN
Buenos Aires: Editorial Kapeluz ,Noviembre de 1968
pp. 193
- Berg, Insoo Kim y Miller Scott D. Miller
TRABAJANDO CON EL PROBLEMA DEL ALCOHOL
Barcelona, España: Editorial Gedisa, S.A .Primera Edición, Septiembre de 1996
Pp 253
- Bill, W.
EL SENDERO DE VIDA
New York, City, Selección de Escritores del cofundador de A.A., 1967
Alcohólicos Anónimos
pp. 186
- Echeburúa, Enrique
EL ALCOHOLISMO
Madrid, España: Guías Prácticas Psicología y Bienestar, 1996
Pp. 214
- Frankl. Víctor E.
ANTE EL VACIO EXISTENCIAL.
Barcelona, Editar Herder
- Frankl, Víctor E.
PSICOTERAPIA Y EXISTENCIALISMO
México, Fondo de Cultura Económica, 2001
Pp. 35-47
- Frankl, Víctor E.
EL HOMBRE EN BUSCA DE SENTIDO
Barcelona: Editorial Herder 18 edición 1996
Pp. 97-129
- Garay De Graciela
LA ENTREVISTA DE HISTORIA DE VIDA: CONTRUCCION Y LECTURAS
Instituto Mora/ CONACYT pp. 28

- Gómez Rey, Fernando
INVESTIGACIÓN CUALITATIVA EN PSICOLOGIA
México 2000
- Hernández Sampieri, Roberto
Fernández Collado, Carlos
Baptista Lucio, Pilar
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN
México, 2003
- I.M. Bochenski
LA FILOSOFIA ACTUAL
México: Fondo de Cultura Económica ,15 edición, Abril 1997
- Manuel Valdez Viyar
DSM IV
Barcelona: Manual Diagnóstico y estadístico de los Trastornos Mentales
Editorial Másson 2001
Pp. 181
- Monzón García, Samuel Alfredo
INTRODUCCIÓN AL PROCESO DE LA INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA
Guatemala: Editorial Oscar de León Palacios Segunda Edición, 2000,
pp. 221
- <http://vivirensobriedad.com/>
INTRODUCCIÓN AL ALCOHOLISMO
Enero 2004

ANEXOS

PROTOCOLO DE HISTORIA DE VIDA

Fecha:

DATOS GENERALES:

Identificación (Iniciales del nombre)

Lugar y fecha de nacimiento:

Edad

Escolaridad

Religión

Estado Civil

Número de hijos

1. ¿Cómo se siente usted hoy?
2. ¿Se considera usted una persona alcohólica?
3. ¿Alguien más de su familia consume alcohol? ¿Quién?
4. ¿Cuántas veces ha estado internado por esta enfermedad?
5. ¿Con quienes vive actualmente?
6. ¿Cómo vive actualmente? (Condiciones de vida)
7. ¿Cuáles son sus actividades principales? (hábitos, costumbres, rutinas)
8. ¿Qué problemas ha causado en su familia esta enfermedad?
9. ¿Se acepta usted tal y como es, con sus defectos y virtudes, descríbase?
10. ¿Se considera usted una persona exitosa?
11. ¿Considera usted que ha logrado hasta el día de hoy todo lo que se ha propuesto?
12. ¿Cuáles son sus metas a corto y largo plazo?
13. ¿Qué piensa hacer para lograr sus metas?
14. ¿Cuáles son sus reacciones ante metas no realizadas ó problemas no resueltos?
15. ¿Qué es para usted lo más importante en este momento?
16. ¿En este momento cuál es su principal temor?
17. ¿Qué hace usted ahora en los momentos de soledad y de tristeza, cómo reacciona?
18. ¿Hay algo o alguien que influya en su toma de decisiones, o usted se considera capaz de tomar sus propias decisiones?
19. ¿Cuál sería el motivo o razón por el cual usted dejaría de beber?
20. ¿Qué ha hecho por mejorar su situación actual?
21. ¿Qué piensa hacer por su situación actual?
22. ¿Cree usted que podrá salir de su alcoholismo?

GUIA DE OBSERVACION

FECHA:	
LUGAR:	
1. TEMA A TRATAR	
2. ACTITUDES DE LA PERSONA QUE DIRIGE:	
3. ACTITUDES DE LAS PERSONAS PARTICIPANTES:	
4. REACCION ANTE INVITADOS:	
5. METODOS DE TRABAJO	
6. LIMITACIONES	
7. LOGROS	
8. OBSERVACIONES:	

TEST PIL

NOMBRE (puede incluir solo sus iniciales) _____
 Fecha _____ Edad _____ Escolaridad _____

PARTE A

Instrucciones: Conteste el número que más se acerque a la verdad acerca de sí mismo. Se debe notar que la escala tiene dos límites opuestos, de un extremo al otro. Si usted contesta “neutro”, significa que usted no puede juzgar. Use “neutro” lo menos posible. Ponga un círculo alrededor del número.

1. Generalmente yo estoy:

1	2	3	4	5	6	7
Totalmente Aburrido			(Neutro)	Entusiasmado		

2. La vida me parece

7	6	5	4	3	2	1
Siempre emocionante			(Neutro)	Completamente rutinaria		

3. Para mi vida

1	2	3	4	5	6	7
No tengo ninguna meta fija			(Neutro)	Tengo metas muy bien delineadas		

4. Mi existencia privada

1	2	3	4	5	6	7
No tiene significado			(Neutro)	Tiene mucho significado		

5. Cada día es

7	6	5	4	3	2	1
Constantemente nuevo			(Neutro)	Exactamente idéntico		

6. Si pudiera escoger usted preferiría

1	2	3	4	5	6	7
Nunca haber nacido			(Neutro)	Vivir 9 veces una vida idéntica a ésta		

7. Después de retirarme, me gustaría

7	6	5	4	3	2	1
Hacer algunas cosas que me han interesado			(Neutro)	Haraganear		

8. En alcanzar las metas de la vida

1	2	3	4	5	6	7
Yo no he progresado nada			(Neutro)	He alcanzado lo suficiente para satisfacerme completamente		

9. Mi vida es

1	2	3	4	5	6	7
Vacía, desesperada			(Neutro)	Relleno de cosas buenas		

10. Si muriera hoy, consideraría que mi vida

7	6	5	4	3	2	1
Valió la pena			(Neutro)	Nada valió la pena		

11. Al pensar en mi vida yo pienso

1	2	3	4	5	6	7
¿Por qué existo?			(Neutro)	Se porqué existo		

12. Al considerar el mundo en relación con mi vida, el mundo

1	2	3	4	5	6	7
Me confunde completamente			(Neutro)	Tiene significado para mi vida		

13. Yo soy

1	2	3	4	5	6	7
No responsable			(Neutro)	Muy responsable		

14. En cuanto al libre albedrío, creo que el hombre es

7	6	5	4	3	2	1
Absolutamente libre para elegir			(Neutro)	Completamente limitado por su herencia y ambiente		

15. En cuanto a la muerte soy

7	6	5	4	3	2	1
Preparado y no tengo miedo			(Neutro)	No estoy preparado y tengo miedo		

16. En cuanto al suicidio yo

1	2	3	4	5	6	7
Lo he pensado en serio			(Neutro)	Nunca lo he pensado		

17. Creo que soy capaz de encontrar el significado y propósito en mi vida

7	6	5	4	3	2	1
Soy muy capaz			(Neutro)	No tengo esta habilidad		

18. Mi vida es

7	6	5	4	3	2	1
Controlada por mi			(Neutro)	Controlada por fuerzas extremas no tengo control		

19. Mi tarea diaria

7	6	5	4	3	2	1
Me da placer, me satisface			(Neutro)	Me da dolor es aburrido		

20. He descubierto

1	2	3	4	5	6	7
No he descubierto ningún propósito en mi vida			(Neutro)	Tengo metas delineadas mi vida me satisface		

PARTE B

Instrucciones: Termine cada frase. Trabaje rápido. Escriba lo primero que se le ocurre...

1. Más que nada yo quiero _____
2. Mi vida es _____
3. Espero que _____
4. He logrado _____
5. Mi gol más alto, a que aspiro más _____
6. Lo más desesperanzado _____
7. Mi único propósito en esta vida _____
8. Me aburro _____
9. La muerte es _____
10. Yo estoy logrando _____
11. La enfermedad y el sufrimiento pueden ser _____
12. Para mí toda la vida es _____
13. El pensar de suicidio _____

PARTE C

Instrucciones: Escriba un párrafo describiendo en detalle sus propósitos, metas y ambiciones en esta vida. ¿Está progresando hacia sus metas? ¿Ha progresado mucho?

PLANIFICACION

PLANIFICACION DE TERAPIA GRUPAL CASA HOGAR CAMINO A LA SOBRIEDAD

<u>TEMA</u>	<u>OBJETIVOS</u>
1 AUTOESTIMA	Que el enfermo alcohólico Conozca ¿Qué es Autoestima? y aprenda a valorarse como ser humano Enseñar al enfermo alcohólico a manejar una conducta asertiva y autoestima
2 CONFIANZA Y SEGURIDAD	Motivar al enfermo alcohólico a confiar en sí mismo
3 PROYECTO DE VIDA	Ayudar al enfermo alcohólico a Replantear su proyecto de vida.
4 TRABAJANDO CON LA FRUSTRACION	Motivar al enfermo alcohólico a aceptarse, reconocer Y trabajar en sus defectos y errores con honestidad.
5 EL PERDON	Que el enfermo alcohólico reconozca y exprese sus sentimientos
6 BIENESTAR	Proporcionar al enfermo alcohólico herramientas Que le ayuden a mejorar su calidad de vida.
7 CAMBIANDO ESTILOS DE VIDA	Dar a conocer al enfermo alcohólico que el cambio en su forma de vivir les ayuda en su Proceso de recuperación.
8 RELACIONES INTERPERSONALES	Conocer la importancia del buen manejo de las relaciones interpersonales y la comunicación Efectiva

HISTORIA DE VIDA

¿Bueno que querés que te cuente, qué es lo que necesitas?

Bueno me encantaría que me contara algo un fragmento de su vida, lo que desee contarme.

Bueno te voy a hablar del alcoholismo, mi alcoholismo.

Es una enfermedad incurable como es mi caso personal, Yo entré en contacto con el alcohol a los 7 años de edad, fue mi abuelo el que puso en contacto con él con una pequeña copita de vino que era para según el, no era un alcohólico eso nunca iba a ocasionar daño en mi vida más sin embargo ya estando en 6to. Primaria 7 años no había entrado ni a primero primaria a entrar iba, yo salía con él a las famosas moreadas que se llamaban y el me daba esa bebida. Son los famosos moros, los que salen a bailar, era jefe de los moros, siempre se echaban sus tragos para salir a la moreada entonces el en la tapita me daba, me decía "mijo para que mirés a la virgen, la patrona de ese lugar, ya a los 13 años de edad, estando en 6to primaria ahí si se puede decir que entre en contacto directo con el alcohol porque a esa edad empecé a echarme los tragos, no era borracho definitivamente pero si me bebía uno dos o tres tragos siempre con mis tres compañeros en la escuela de 6to. Primaria ahí mismo me señaló la profesora, cuando iba a recibir el diploma de 6to. Grado Nosotros ya no quisimos la famosa "champurrada que nos daban con fresco de horchata" sino que nosotros me dijeron verdad háblale a la seño vos tenés casaca decile que nosotros la queremos como una madre, que ya se va, que nos va a dejar y que queremos despedirnos de ella y queremos despedirnos con un traguito, entonces le fui a hablar a la seño y donde tienen eso me dijo allá en el aula en 6to.grado. Y nos fuimos... desde ahí de ese momento me señalaron los peligros que representaba el alcoholismo, ella nos dijo todo todos los peligros que representaba esa copa, sin embargo nosotros no hicimos caso esos dos compañeros que te digo los dos ya fallecieron a causa del alcoholismo, yo soy el único que quedo aquí de sobreviviente. Tres años más tarde en 3ero, básico yo ya era un alcohólico. A los 16 Años ya era un bebedor problema, no un bebedor problema en que mi alcoholismo era consuetudinario no era así, pero yo si cada ocasión que tenía, una Navidad un cumpleaños, una fiesta, un bautizo yo tenía la oportunidad me emborrachaba de ahí empezaron las famosas salutations a la reina antes de entrar a la salutación a la reina me bebía uno o dos octavos, yo siempre tenía temores en el fondo miedos de los que nos habla Bill en la literatura el nos habla ahí esta el miedo es el principal causante el miedo que esta en nosotros es el principal causante de nuestros defectos de carácter, miedo a que dice Bill, miedo a perder lo que tenemos o miedo a no poder obtener lo que queremos ese temor esos miedos infundados muchas veces nos hace evadir la realidad, no enfrentar el problema y la única forma dice él de resolver nuestro problema es enfrentándolo, yo me trataba de evadir. Luego salí de 3ero. Básico y entre a Magisterio acá en la Escuela Central para varones y ya se hizo más fuerte mi alcoholismo, ya bebía con mis maestros, muchos de mis maestros murieron a causa del alcoholismo yo recuerdo como a cuatro de ellos murieron a causa del alcoholismo a la hora del recreo nos salíamos y era la misma cosa teníamos media hora de recreo pasémosnos cinco minutos nos quedan quince ya no vayamos el mismo profesor se iba con nosotros en carros, yo anduve mucho con mis profesores.

Yo siempre bebí con gente grande bebí con gente mayor empecé con compañeros de estudio pero ya después bebí con gente grande me gradué de maestro porque

afortunadamente nunca perdí un grado a pesar de que siempre bebía , sin embargo salí de maestro de primaria, me integré a trabajar y allí seguí más fuerte aún pues ya contaba con los recursos yo trabajaba en la frontera de México en unos pueblecito en una aldeita trabajé 7 años allí me quedé a trabajar por aquí por el lado de oriente ya en Guastatoya lo mismo hice entonces aquí se pone en evidencia la progresividad del alcohol, empieza con poco después quiere más y quiere más hasta que se acaba la tolerancia ya en la última fase es de la deformación la de consumo casual de alivio. (Habló de la tabla del alcoholomania).

Yo estoy en la última fase de Hospitalizaciones esta es una especie de hospitalizaciones yo he estado en el IGSS también, lo que me queda al menos en mi caso personal es hacer una reflexión profunda de mi vida para hacer una revaloración la autoestima empieza con eso con una revaloración de lo que yo soy de lo que nosotros valemos, yo pienso que estoy en esa etapa, todavía estoy a tiempo puedo salir todavía. Con la Cirrosis hepática uno va directo a la muerte aún así he visto a algunos alcohólicos que se han recuperado como con buena voluntad , de llena ese vacío espiritual que tiene el alcohólico , pues nadie anda más vacío que un alcohólico, y la autoestima. También a través de lo que ustedes estudian la psicología, de autoconocimiento.

Es importante también las relaciones interpersonales porque es que el alcohólico va a beber aún sabiendo que lo aman sabiendo que lo quieren

*A mi me ha afectado mucho la separación con mi esposa, mucho ha sido una de las últimas causas que he encontrado que ha sido determinante para que yo no pueda dejar de beber o yo no quiera dejar de beber porque si puedo dejar de beber si definitivamente llevamos 30 años de matrimonio, criamos una familia, los dos ya estamos jubilados, buscar nuevos horizontes verdad, si yo no me siento viejo todavía, eso es precisamente lo que el alcohólico tiene miedo teme enfrentar la realidad prefiere evadirla, es más fácil para el ser humano evadir y crear un mundo de fantasía donde solo el vive o donde el puede arreglar en eso consiste la fantasía en definir los contornos más indefinidos, trata de definir la fantasía de los delirios es esa fantasía que al alcohólico le afecta mucho, definitivamente en lugar de rehacer en lugar de enfrentar y tratar de reestructurar lo que tiene lo trata de evadir trata de escapar de huir y es un escape es una fuga imposible, porque cada vez que si se evade uno un ratito si huye uno un momento mientras se está con la droga pero luego el retorno es más duro, el regreso es más doloroso porque ahí esta el problema solo que ahora está más grande y hay más sufrimiento más dolor hay más angustia, entonces definitivamente que es lo que uno puede hacer tener uno el deseo de no sufrir más tener uno el deseo con humildad, aceptar con humildad aceptarse como uno es, aceptarse con humildad, aceptar a los demás, perdonarse uno y pedirle perdón uno a Dios arrepentirse de lo que uno ha hecho y tratar de vencer como? A través de buena voluntad poniendo buena voluntad, estar uno dispuesto a hacer firmemente esa predisposición y disposición de no sufrir más, porque el que más sufre en realidad es uno mismo, con su dolor arrastra a todos los demás pero en realidad más uno porque al final de cuentas se queda solo totalmente solo, sin el entorno laboral, familiar y social, se queda totalmente solo y como dice un amigo por ahí ... **un día de tantos dice se encontró en una esquina del tiempo sin Dios, sin fé y sin esperanza.***

RESUMEN

El estudio de la percepción existencial del enfermo alcohólico en proceso de recuperación, ofrece una importante contribución en el campo de la psicología, presenta el estado actual y futuro del enfermo alcohólico en base al estudio de él como ser humano, indagando más allá de sus motivadores, anhelos y esperanzas, a partir de su proceso de recuperación y el replanteamiento de su sentido de vida.

La presente investigación se realizó con un grupo de personas que en la actualidad trabajan en su recuperación y en la recuperación de sus compañeros, hombres de diferentes edades, diferente ubicación geográfica, condiciones sociales y escolaridad. En quienes es digna de admiración su constante lucha por sobrellevar esta enfermedad que día a día consume a diferentes sectores de la población guatemalteca.

Basándonos en el existencialismo y partiendo de técnicas tales como la observación, historias de vida, terapia individual y grupal, así como otras técnicas para recolección de datos, se concluyó en la presente investigación, que es de suma importancia para el enfermo alcohólico, contar con un sentido de vida claro o saber porque está aquí y ahora, encontrando un mayor significado a su recuperación y lograr así su inserción en la sociedad, recuperando muchas cosas que él creía perdidas, como su entorno familiar, laboral y social.

En conclusión, el actual trabajo presenta cómo el nombre mismo lo indica, el desarrollo sistemático de un sentido de vida personal, es decir, centrado en la persona misma y desarrollándose en base a las experiencias compartidas y la trascendencia que ésta enfermedad causó en sus vidas.