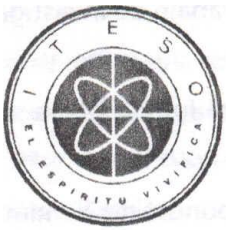
# INSTITUTO TECNOLÓGICO Y DE ESTUDIOS SUPERIORES DE OCCIDENTE

RECONOCIMIENTO DE VALIDEZ OFICIAL, ACUERDO SEP. NO. 15018
PUBLICADO EN EL DIARIO OFICIAL DE LA FEDERACIÓN
EL 29 DE NOVIEMBRE DE 1976.




**DEPARTAMENTO DE SALUD PSICOLOGÍA Y COMUNIDAD**
**MAESTRÍA EN DESARROLLO HUMANO**

## LA AUTOESTIMA Y EL CRECIMIENTO PERSONAL EN EL CENTRO "AMIGOS DEL ALMA" EN UNIÓN DE SAN ANTONIO JALISCO. INTERVENCIÓN DESDE EL ENFOQUE CENTRADO EN LA PERSONA

**TESIS QUE PARA OBTENER EL**
**GRADO DE MAESTRO/A EN DESARROLLO HUMANO**
**PRESENTA**

**LIC. PETRA ZERMEÑO GUTIÉRREZ**

**ASESOR DE TESIS**
**DR. GERERDO ANTONIO AGUILERA PÉREZ**

**COMITÉ LECTOR**
**DRA. GABRIELA MARÍA SIERRA GARCÍA DE QUEVEDO**
**MTRA. ANA MARÍA TAPIA OROZCO**

TLAQUEPAOUE, JALISCO A 15 DE MAYO DE 2007

## AGRADECIMIENTOS

En la Congregación a la cual pertenezco, conocí a personas valiosas que me ayudaron a crecer, especialmente a la M. Cristina Durán Herrera que me ha dado su amistad, también ha sido significativa para mí, la amistad de la H. María del Refugio Esparza Ortiz.

Gracias al P. David Fernández Dávalos, por apoyarme y ayudarme incondicionalmente en todo momento, a los Padres José Avilés Arreola y Juan Ricardo Herrera Valenciano, por su amistad incondicional y por creer en mí, y además me ayudó en la tesis con sus sabios consejos y aportaciones.

Gracias a mi familia. A mis sobrinos, a Lupita Solís y al Sr. Cura Roberto Lizarde Jiménez, por su ayuda y apoyo en los momentos difíciles de mi vida.

Muchas gracias al Dr, Gerardo Antonio Aguilera por ser mi asesor, ayudarme y dedicarme con paciencia su tiempo, a la Dra. Gabriela María Sierra, por ser mi lectora y una persona significativa en mi vida, a la Maestra Ana María Tapia por aceptar ser mi lectora-

Gracias a Araceli López, por dedicarme su tiempo. A Marina Ayo, Gabriela Ramírez y a todos mis maestros que me ayudaron a crecer, a conocerme y trabajar por ser una buena persona.

Gracias al Centro de Rehabilitación “Amigo del Alma” por permitirme trabajar ahí y darme la oportunidad de conocerlos y crecer junto con ellos.




LUGAR DONDE REALICÉ EL TALLER DE AUTOESTIMA.



CÉSAR PRADO OROZCO, FUNDADOR DEL CENTRO DE REHABILITACIÓN "AMIGO DEL ALMA"

# ÍNDICE


INTRODUCCIÓN i

CAPÍTULO I. LA INTERVENCIÓN: AUTOESTIMA Y CRECIMIENTO PERSONAL 1

1.2 ANTECEDENTES DE LA SITUACIÓN 2

1.3 CONTEXTO DE LA POBLACION 5

1.4. DETECCIÓN DE NECESIDADES 9

1.5 PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN DE LA INTERVENCIÓN 11

1.6 OBJETIVOS DE LA INTERVENCIÓN 13

1.7 PLAN DE ACCIÓN 14

1.8 NARRACIÓN DE LA INTERVENCIÓN 21

CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO: LOS FUNDAMENTOS DE LA AUTOESTIMA 25

2.1 DESARROLLO HUMANO 25

2.2 AUTOESTIMA 28

2.3 POBREZA 33

2.4 POBREZA Y DESARROLLO HUMANO. 33

2.5 ALCOHOLISMO 34

2.6 DROGADICCIÓN 40

CAPÍTULO III. ANÁLISIS DE LA INTERVENCIÓN 44

3.1 PROCESO PERSONAL Y APRENDIZAJES DE LA INTERVENCIÓN 44

3.2 PROCESO Y CAMBIOS EN LOS PARTICIPANTES 47

CAPÍTULO IV. REFLEXIONES SOBRE LA VIVENCIA DE LA AUTOESTIMA 61

CONCLUSIONES 64

PROPUESTAS 65

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS 67

ANEXOS 71

# INTRODUCCIÓN

El presente trabajo tiene como propósito exponer los resultados de la intervención realizada, como parte de mi formación en la Maestría en Desarrollo Humano, que realicé con un grupo de Alcohólicos y Drogadictos.

El Taller lo realicé en el Centro de Rehabilitación de Narcóticos Anónimos “Amigo del Alma”, que tiene como finalidad atender alcohólicos y drogadictos. Este centro se encuentra ubicado en la Calle del Camino Real de la Población de Unión de San Antonio, en la región de los Altos de Jalisco, a 300 km., de Guadalajara.

El Centro de Rehabilitación fue fundado el 15 de julio de 2003, con muchas carencias económicas, pero con necesidad de tener un espacio dónde internar personas con adicciones y de bajos recursos económicos. Su fundador se llama César Prado Orozco y es un exdrogadicto de 27 años de edad a quien le platiqué mi inquietud de trabajar en ese lugar con un taller de Autoestima o Perdón, que me interesaba hacerlo, para tener la experiencia para mi Tesis.

Días después me dijo que era conveniente que diera el Taller de Autoestima, por las grandes carencias personales, espirituales, sociales y psicológicas de este grupo de personas. Me dijo que me sugería que asistiera a las tres reuniones que tienen diariamente y después de hacerlo decidiera el horario que más me acomodara.

Los horarios en los que ellos sesionan son: de 11:00 a 14:00, de 16:00 a 19:00 y de 20:00 a 23:00 horas. Asistí a las tres sesiones y escuché, la manera cómo compartían sus vivencias. Escogí el horario de 11:00 a 14:00, porque se acomodaba a mis necesidades. Cuando asistí a sus reuniones, tomé algunas notas que me llevaron a hacerlas temas de reflexión, pero después de escuchar a los internos fue cómo pude entenderlos, pues son personas a las que les falta mucho cariño y atención. Me pude dar cuenta que se iniciaron en la adicción desde muy pequeños, entre los 7 u 11 años y no tuvieron cariño ni atención y querían llamar la atención y decirles con su autodestrucción que existían, que querían ser felices y vivir.

Este lugar se ajustó a mis intereses, a mis inquietudes y a mi deseo de ayudar a los que más necesitaban, a los despreciados por la sociedad. El día 12 de agosto, de 2003 nuevamente logré ver a César y platicamos. Me dio más información acerca del

lugar, de los fines y del tipo de personas que llegaban por su voluntad, por intervención de su familia o con la fuerza de la policía. Después de esta información me convencí de ayudarles, sabía que me iba a enfrentar a un problema fuerte y difícil, pero me gustan los riesgos, y me gusta atender a las personas segregadas.

César me describió el panorama de dicho Centro, con sus grandes carencias y los pocos servicios con que cuenta. Se instalaron en una casa donde les cobran mil pesos de renta al mes y donde disponen de dos cuartos y duermen en el suelo. Allí se atiende un promedio de 40 personas (solamente hombres) de 14 a 60 años.

Entre mis inquietudes me preguntaba: ¿Realmente el Programa de Alcohólicos Anónimos les ayuda a salir de su adicción? ¿Se logran recuperar ese tipo de personas con sus técnicas de repetir su situación vivida, para que las escuchen los demás y les sirva de experiencia? Al internarse ¿Son suficientes tres meses para tener su recuperación y mantenerse sobrios? Las dudas eran muchas, y además pude darme cuenta cómo la pobreza material, espiritual y la ausencia de valores, los llevaba a esa situación. Sentía dolor e impotencia y me preguntaba ¿Cómo después de tantos años el gobierno no ha podido erradicar ese problema?

Me pareció un lugar de oportunidades, donde siempre tendría personas a las cuales poder ayudar y sobre todo aprender mucho de ellas, como su sencillez, su pobreza, su ausencia de valores, el rechazo de su familia y de la sociedad. Además podría tener resultados y saber si realmente podrían crecer en su autoestima y encontrarle sentido a su vida, a su persona, a su calidad de vida y su crecimiento personal.

En el capítulo I, planteo la intervención desde mi propia motivación personal, mi acercamiento al Centro “Amigos del Alma” donde realicé el taller de Autoestima y crecimiento personal, la entrevista inicial con el director del Centro César Prado, la observación de la situación, las condiciones y necesidades de las personas que acudían para rehabilitarse de su adicción. También planteo los objetivos y el plan de acción propuesto y desarrollado.

En el capítulo II presento el Marco Teórico, donde describo los temas que se propusieron abordar para lograr desarrollar una buena autoestima, como son: el

Desarrollo Humano, la Autoestima, la Pobreza. Además conocer la relación que hay entre Pobreza y Desarrollo Humano, Alcoholismo y Drogadicción.

En el capítulo III: Hago un análisis de la intervención realizada en el Centro de Rehabilitación “Amigo del Alma” esto con el fin de presentar los cambios dados en mí, mis respuestas a las preguntas iniciales y lo que vivieron y experimentaron los muchachos en la experiencia.

En el capítulo IV: Se hace una reflexión profunda de cómo vivieron la Autoestima, que es el fin de este trabajo, al final pude darme cuenta con ello del crecimiento que paso a paso se fue dando tanto en ellos como en mí.

En el siguiente apartado son las referencias bibliográficas consultadas, que apoyaron mi experiencia.

Finalmente termino este trabajo con las conclusiones a las que llegué, las propuestas que hago y los anexos.

# CAPÍTULO I. LA INTERVENCIÓN: AUTOESTIMA Y CRECIMIENTO PERSONAL

En este capítulo presento el proceso de la intervención realizada en el Centro de Rehabilitación “Amigo del Alma”. Expongo los antecedentes personales, en donde plasmo la motivación que me llevó a realizarlo. El contexto de la población, y las personas concretas con las que realicé el taller, de sus necesidades, que durante la convivencia me di cuenta. También se analizan los motivos por el cual los anexados (como dije anteriormente son las personas internadas en el Centro de Rehabilitación) van a ese lugar. El planteamiento y justificación de la intervención, en ella expongo lo que me llevó a realizar el taller y lo mismo que los objetivos planteados. En la narración de la intervención digo cómo se fueron desarrollando las 10 sesiones programadas y los resultados obtenidos.

## 1.1 ANTECEDENTES PERSONALES

Desde muy chica, leía libros de misiones y es así como fue despertando mi vocación de servicio; después a los 14 años ingresé a la Vida Religiosa, en ella pude conocer e interactuar con Hermanas y con esa inquietud, en el transcurso de mi vida, he conocido amigas y amigos que me ayudaron a reafirmar esa vocación, haciéndola crecer. También tuve la oportunidad de ir a Misiones a la Huasteca Potosina, Lázaro Cárdenas en Michoacán, Tehuantepec, Oaxaca, Guatemala, El Salvador y Lima, otro de mis servicios fue el Hospital de Zoquipan con enfermos terminales de V.I.H.

En el estudio de la Maestría de Desarrollo Humano, aprendí técnicas y herramientas para facilitar y ayudar a las personas en su crecimiento, pero no para el servicio de los Narcóticos Anónimos (N.A), donde se atiende tanto a alcohólicos como a drogadictos. Ante tal situación me sentí con pocas herramientas, no tenía seguridad en mí misma, tenía miedo de no saber desarrollar el taller, de que no supiera acompañarlos, de saber ayudar y entenderlos.

Después de todas mis limitaciones personales, decidí dar el Taller de Autoestima con ellos, los días martes y viernes de 11:00 a 14:00, empezando el 19 de noviembre y terminando el día 23 de diciembre de 2003.

Para tomar la decisión de seguir yendo con ellos, me puse a analizar mi vida, mis motivaciones, mis necesidades y pude darme cuenta de mi gusto por servir a los más débiles.

## 1.2 ANTECEDENTES DE LA SITUACIÓN

En el grupo no se cuenta con ningún servicio externo porque ellos mismos se ayudan a rehabilitarse. Es uno de sus principios. En caso de necesidad médica acuden al Centro Médico de la localidad. En otros casos envían a los enfermos al Centro Regional de Lagos de Moreno o Tepatitlán (en el Estado de Jalisco), y, cuando es el caso muy urgente y delicado, los trasladan al Hospital Civil de Guadalajara.

El Centro de Rehabilitación está ubicado en las afueras de la población de Unión de San Antonio, es una casa familiar y cuentan con poco espacio: tienen solamente dos cuartos, una cocina, un patio, una recepción, un zaguán, un servicio sanitario y un cuarto de recuperación, que tiene servicio sanitario que lo usan los recién llegados.

Cuando ingresan los internos, que los trae la familia o llegan por ellos mismos se les pide 250.00 pesos como única aportación. Los anexados son visitados por sus familias cada 8 días, los domingos de 10:00 a 17:00 horas y les traen jabón y algunas cosas. La comida la comparte con todos los anexados. Si les dejan un poco de dinero para comprar tienen oportunidad de comprar dulces, chocolates, cigarros, refrescos y utensilios de aseo.

Cuando llegan los anexados alcoholizados los cuidan y les ponen suero alcoholizado hasta que se curan. Pero a los drogadictos solamente les ponen suero cuando es necesario y durante ocho días les dan pastillas de Valium 1 de (10mg). Posteriormente los drogadictos serán autosuficientes con las secuelas como nerviosismo y agresividad.

Me pude dar cuenta que su recuperación es rapidísima, aunque algunos se escapaban porque les hacía falta la droga en su cuerpo.

Para ayudar a sostener las necesidades de la casa de Alcohólicos Anónimos y Drogadictos, algunos que están recuperados, incluido el fundador, salen a trabajar pintando casas, de lo que se les paga, dan la séptima parte de lo que perciben a la casa.

De las personas que ingresan, algunos llegan con cirrosis hepática muy avanzada, esquizofrenia, intentos de suicidio, personas con deficiencias mentales y físicas, algunos drogadictos que se han quedado “arriba”, por una sobredosis.







El Centro inició en el mes de julio de 2003, lo fundaron César y su primo Bernardino considerando la necesidad urgente de tener un lugar de recuperación para las personas de la Unión de San Antonio y sus alrededores. Se tuvieron muchas dificultades económicas y sociales, y poca aceptación por parte de las personas enfermas de alcoholismo o drogadicción, aunque los familiares lo vieron necesario y como solución a sus necesidades.

Para dar a conocer el Centro colaboró el teniente del pueblo y una trabajadora social, que pertenecen a ese departamento de seguridad, y se dieron a la tarea de ir a las comunidades a darles pláticas e invitarlos a formar parte de ese grupo En el inicio solamente estaban drogadictos y alcohólicos llevados por la policía, después las familias se empezaron a interesar, y también los mismos enfermos.

La inquietud de formar un Centro de Rehabilitación para N. A. (Narcóticos Anónimos) fue del joven César Prado Orozco, un muchacho de 27 años, casado, tiene una hija, y su esposa lo abandonó. El es un drogadicto rehabilitado, lo hizo por conveniencia personal, al tener necesidad de tener una ayuda para seguir sobrio.

Su primo Bernardino Prado Verdín (abogado), hombre de 38 años, casado, con 6 hijos de familia, alcohólico rehabilitado, sólo podía darle al centro una ayuda eventual.

Con esta realidad, inició el Centro de Rehabilitación, que hasta el momento sigue en pie, donde más o menos durante el tiempo de fundación hasta la fecha en que terminé mi Taller, se han anexado por su voluntad o por la fuerza 2,500 personas. No se cuenta con ningún taller, ni tampoco ninguna actividad que los mantenga ocupados. Salen a pintar casas para ayudarse, además les sirve de terapia. También tienen tres sesiones diarias, donde comparten sus experiencias.

Desde hace unos meses ayuda en el centro un estudiante de psicología que da terapia grupal e individual.

En el Centro además de la ayuda del estudiante de psicología, todos los jueves el dirigente o padrino (son personas rehabilitadas que han estado en un Centro de recuperación o han llevado a alguien a recibir esa ayuda) platica con los anexados que le corresponden de manera individual y reciben personas enfermas que les sirven de espejo.

Los domingos juegan fut bol o juegos de mesa, ven películas, oyen música, son visitados por sus familiares.

Los miércoles también son visitados por los Padrinos y reciben clases de español y matemáticas por las tardes, durante dos horas.

## 1.3 CONTEXTO DE LA POBLACION

El lugar de mi Intervención-Investigación, lo realicé en el Centro de Rehabilitación, “Amigo del Alma” dicho Centro está ubicado en el población de Unión de San Antonio, Jalisco, en la calle que se llama Camino Real s/n.

Es un pueblo sencillo, que cuenta con 30,000 Habitantes y 30 rancherías. Su gente es amable, servicial, solidaria y hospitalaria, Debido a ello después de haber hecho un estudio, para ubicar el Centro de Rehabilitación de N.A., vieron que el lugar apropiado era Unión de San Antonio, por ser centro de los pueblos cercanos y de las rancherías, pensaron que era fácil sostenerse, por el tipo de gente, que es generosa y le gusta compartir con las personas necesitadas.

La gente del pueblo le ayuda al Centro; unos comercios diariamente les dan pan, verduras, frutas, carne y tortillas; también las demás personas les dan o les mandan alimentos mensualmente, es por eso que pueden con facilidad hacer sus tres alimentos, también cuando las personas tienen fiestas les mandan, comida, tortillas, fruta o pastel.

Tanto el Sr. Cura, como los Agentes de Pastoral Social del Pueblo, comen y conviven con ellos, es decir no los desamparan.

La población del Centro de Rehabilitación de N.A. es flotante, pues algunos de ellos llegan nuevos, otros se escapan, otros cumplen con el tiempo, a otros se los lleva la familia, es por eso que en ese sentido siempre se está iniciando. La población es flotante con un promedio de de 40 personas.

El promedio de personas que asistieron a mi taller fue de 25, aunque debo aclarar que siete están mal de sus facultades mentales. En ocasiones participaban bien, pero en otras daban unas respuestas ajenas a lo que se les preguntaba o no querían participar.

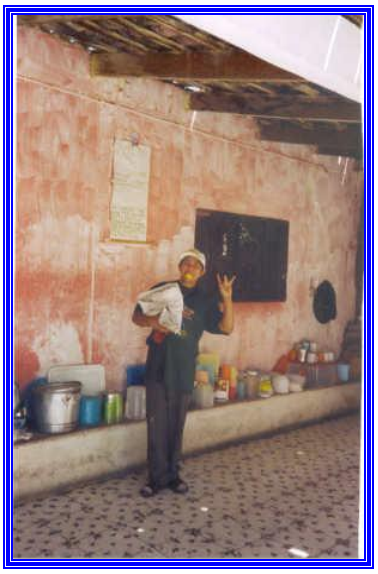
La tabla siguiente describe un poco a los 18 participantes.

| No. | EDAD | ADICCIÓN | LUGAR DE PROCEDENCIA |
|---|---|---|---|
| 1 | 16 | Drogadicción | Unión de San Antonio, Jal |
| 2 | 18 | Drogadicción | Unión de san Antonio, Jal. |
| 3 | 47 | Drogadicción | Unión de San Antonio, Jal. |
| 4 | 35 | Alcohólico | Unión de San Antonio, Jal. |
| 5 | 24 | Alcohólico y Drogadicto | San Julián, Jal. |
| 6 | 45 | Alcohólico y Drogadicto | San Julián, Jal. |
| 7 | 26 | Drogadicto y Alcohólico | Ranchería de San José del Caliche, Municipio de Unión de San Antonio, Jal. |
| 8 | 58 | Alcohólico | Ranchería de San José del Caliche |
| 9 | 42 | Alcohólico | Ranchería de Horcones, Municipio de Unión de San Antonio, Jal. |
| 10 | 42 | Alcohólico y Drogadicto | Tepic, Nayarit |
| 11 | 37 | Alcohólico | San Diego de Alejandría, Jal. |
| 12 | 14 | Drogadicto | Lagos de Moreno, Jal |
| 13 | 16 | Alcohólico y Drogadicto | Lagos de Moreno, Jal. |
| 14 | 19 | Alcohólico y Drogadicto | Lagos de Moreno, Jal. |
| 15 | 25 | Alcohólico y Drogadicto | León, Gto. |
| 16 | 32 | Alcohólico y Drogadicto | León, Gto. |
| 17 | 14 | Drogadictos | San Juan de los Lagos, Jal. |
| 18 | 15 | Drogadictos | San Juan de los Lagos, Jal. |
| 19 | 19 | Drogadicto | San Juan de los Lagos, Jal. |
| 20 | 19 | Alcohólico y Drogadicto | San Juan de los Lagos, Jal. |
| 21 | 20 | Alcohólico y Drogadicto | San Juan de los Lagos, Jal. |
| 22 | 21 | Alcohólico y Drogadicto | San Juan de los Lagos, Jal. |
| 23 | 24 | Drogadicto | San Juan de los Lagos, Jal. |
| 24 | 25 | Alcohólico y Drogadicto | San Juan de los Lagos, Jal. |
| 25 | 18 | Alcohólico y Drogadicto | San Francisco del Rincón, Gto. |



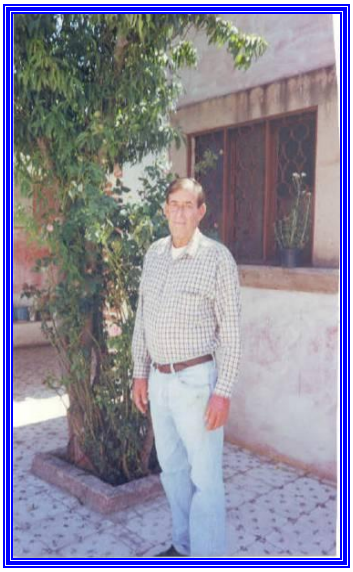
Todos ellos son hombres. Es posible que en el futuro se puedan admitir mujeres en el Centro. Algunas de ellas solamente participan de la sesión de las 9:00 de la noche, sin quedarse a dormir, por no tener espacio adecuado.

Entre ellos mismos tienen los distintos servicios de guardias, cocina, enfermería, limpieza, lavado de loza, 1º, 2º (es la organización que tienen ellos); el 1º y el 2º son los internos que abren la puerta, se quedan encargados del grupo, durante el día (son guardias que vigilan a los internos durante el día y la noche y cuidan a los enfermos, velándolos y dándoles los medicamentos), otra persona es la que hace los mandados, y dos personas más son los responsables de hacer los alimentos para los demás, y de lavar los trastes. Todo los anterior se hace porque sus investigaciones les dice que eso les ayuda a su recuperación: “El sentirse importantes, tomados en cuenta y que pueden servir a los demás” (Branden, 1999: 38). La ropa es lavada por su propietario.



Las personas que se encuentran anexadas en el Centro de Rehabilitación, “Amigo del Alma”, son sencillas, muy pobres y sin haber tenido oportunidades en su vida, viven frustradas ante esas situaciones y pienso que eso los ha llevado a buscar una solución rápida y destructiva; además que cuentan con el ejemplo de sus padres, que por ser alcohólicos o drogadictos, no se han interesado en ellos. Los han descuidado y al tener esa situación la madre siente la necesidad de trabajar para conseguir con qué vivir, y ella llega cansada, desilusionada y sin ganas de interesarse por sus hijos.

Un problema fuerte del Centro de Rehabilitación, es que algunos de los internos están mal mentalmente y físicamente y al preguntarle a César el motivo de aceptarlos dice, que lo hacía para que fueran espejo de los otros y pudieran verse a lo que pueden llegar con su adicción. Todos son alcohólicos o drogadictos, con enojo, resentimientos y separados de su familia, con gran sentido de culpabilidad, con arrepentimiento de lo que hicieron sufrir a su familia y personas que los quieren. Todos ellos tienen grandes deseos de cambiar, de ser unas personas responsables, de llevar una vida sana, de recuperar a su familia y de ganarse la confianza que perdieron por sus conductas. De esto me pude dar cuenta, por sus escritos, sus intervenciones, sus pláticas conmigo.



## 1.4. DETECCIÓN DE NECESIDADES

Para que mi taller fuera eficiente en ayudarlos investigué en algunos libros y revistas de desarrollo humano.

Al escucharlos en los temas desarrollados del taller, me di cuenta de que tienen una vida deprimente, de soledad, sufrimiento, desvaloración total. Para algunos anexados su madre es alcohólica o drogadicta. Para otros sus padres son distribuidores.

Los anexados no sienten apoyo en su familia; han caído a lo más bajo porque han asaltado a mano armada, violado, robado, mentido, engañado a la gente, han golpeado a su esposa, hijos, sobrinos, personas que los quieren ayudar. Han vivido de limosnas y ahora se sienten arrepentidos y dicen que cuando salgan les van a pedir perdón. Estas conductas las presentan la mayoría, pues ellos han aprendido que un enfermo adicto debe tenerlas.

Al salir del anexo, adquieren un compromiso de: “pasar el mensaje a otros adictos”, e invitarlos a que formen parte de algún grupo y si hacen esto y se comprometen se les llama Padrinos y pueden formar un grupo de Narcóticos Anónimos (N. A.).

Por sus intervenciones y pláticas, me fui dando cuenta cómo la gran mayoría son consecuencia de la historia vivida y de los factores biológicos, psicológicos y sociológicos. Intervino la falta de valores, el descuido y la poca atención de los padres, la gran mayoría no ha tenido un ejemplo y la presencia y responsabilidad de adultos significativos como son los padres y el sentido de su vida es de gran valor.

De esto me pude dar cuenta por sus comentarios, participaciones y escritos, ellos han aprendido a vivir así, y no conocen otra manera de vivir. Sus padres eso les enseñaron con su ejemplo y a la vez ellos también lo hicieron. Es una cadena. Al darme cuenta de las necesidades y grandes carencias de los internos programé mi Taller de Autoestima, tomando en cuenta estos grandes temas, que fueron: Desarrollo Humano y Autoestima. Pobreza, Alcoholismo y Drogadicción.

Cuando salen al "mundo" como ellos dicen, se les dan las armas necesarias, en esas reuniones que tienen diariamente, leen unos párrafos de los libros propios de Centros de Rehabilitación que han escrito personas con alguna adicción autoesdestructiva, las comentan, comparten y alguno de ellos voluntariamente sube a la tribuna a compartir su vida. Los demás escuchan y al final los retroalimentan esto lo hacen libremente.

La vida en el Centro es rutinaria, viven en pobreza, con carencias, duermen en el suelo, solamente con las cobijas que les traen los familiares, poco a poco les han ido regalando colchones y los 3 primeros fueron utilizados por los jefes, es decir, por aquellos que les han dado alguna responsabilidad, pero ahora cuando llegan más colchones los llevan a los dormitorios.

Algunos de los que salieron del Centro de Rehabilitación "Amigo del Alma" fueron a quejarse a Salubridad. Vinieron de Lagos de Moreno a visitar el Centro de Rehabilitación revisaron las condiciones de higiene en que estaba el Centro y les exigieron que tuvieran camas, lugar dónde poner su ropa, cómodas para la loza, médico de planta, terapeutas, extinguidores y reducción de internos. Esto hizo que los padrinos de los pueblos cercanos, los ayudaron a acondicionar el Centro.

## 1.5 PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN DE LA INTERVENCIÓN

Me di cuenta de las necesidades, de estas personas del Centro de Rehabilitación "Amigo del Alma", vi que era un espacio donde podría desarrollar mi taller, por ser personas no tomadas en cuenta, por la familia y no ajustarse a los patrones de conducta de la sociedad.

Hacer mi intervención en ese ambiente me llenó de satisfacción realizarlo, me ayudó, a conocer más de cerca esas personas; aunque en ocasiones me dio miedo, pues en algunos momentos que estaba desarrollando el tema vi como eran llevados por la policía, los recogían de las calles, los traían esposados y venían en muy mal estado. Yo sentí temor a que me hicieran algún daño. A pesar de eso me sobrepuse a mis sentimientos y me puse a trabajar con ellos. Estaba sola y en medio de 40 hombres, que me imagino necesitados de mujer, con las pasiones a flor de piel, sin embargo sentí que eso me iba a ayudar a conocerlos, verlos con cariño, como personas débiles y fueron muchos los aprendizajes, por ejemplo:

Aprendí de cerca y de forma concreta, el compañerismo, el interés por los demás, la experiencia de vivir en comunidad en donde se tienen que compartir muchos momentos y situaciones, como es la solidaridad, el respeto, el cuidado y cariño.

Aprendí que la razón principal fue que capté la enorme necesidad de ser atendidos, porque no hay grupo, asociaciones o personas que los ayuden en el plano de desarrollo personal. Sólo reciben ayuda material y económica.

En todo momento me cuidaron y me respetaron, me vieron como una persona interesada en su recuperación, me gané su confianza y cariño y mi miedo fue disminuyendo y fue aumentando mi confianza y seguridad.

Otra razón fue un reto personal de sobreponerme a mis propios miedos, y a la repugnancia que me causaban.

Mi Misión en la vida es ayudar y este grupo evidentemente estaba muy necesitado y era para mí una oportunidad de realizar mi Misión personal, mi vocación Religiosa y la quise aceptar.

En los encuentros que tuve con ellos, vi la necesidad que tenían de desarrollar las herramientas que les hagan sentirse mejor con ellos mismos, y con los demás, que puedan encontrar la fuerza y seguridad dentro de ellos.

Me dio mucho gusto elegir el tema de Autoestima, puesto que esto me daría la oportunidad de trabajar en mí algunos puntos que todavía siento que es necesario trabajar, ya que en toda la Vida Religiosa de Latinoamérica, enseñan que es virtud ser sumisa, no pensar, ni sentir y esto lo reflejé en mi manera de no cuidarme, mi rechazo en la comida y mi actitud compulsiva ante el trabajo.

Siento que esto me ayudó a trabajar junto con ellos, esos puntos que me molestan. Ellos con su adicción y yo con mi persona en mi parte adictiva y que se refleja en la manera cómo me vivo. Lo voy a trabajar junto con ellos.

Vivir con autoestima es esencial en todo ser humano y el no tenerla tiene profundas consecuencias, en nuestra forma de actuar en el trabajo, en el trato con la gente, en nuestras relaciones sexuales, es decir, en toda nuestra vida.

Cuanto más saludable sea nuestra autoestima, más nos inclinaremos a tratar a los demás y a nosotros mismos con respeto, benevolencia, buena voluntad y justicia, y a no ver a los demás como una amenaza.

Una de las consecuencias de no tener autoestima es que cuando se quiere compartir el amor o la amistad con alguien, sea del mismo sexo o sexo contrario, hay dificultad. El grande obstáculo es el miedo a no sentirse merecedor del amor y a pensar que estamos destinados a sufrir. “Esto se experimenta cuando falta el respeto a uno mismo” (Branden, 2000: 36).

Tanto el Alcohol como la Droga es una evasión y la persona no quiere darse cuenta que tiene dificultad para relacionarse con otras personas de sexo contrario solamente saben hacerlo con golpes o gritos y cada vez la autoestima se deteriora.

La Biblia nos enseña que amemos a nuestro prójimo como a nosotros mismos. Y Solamente con una sana autoestima, puede el hombre desarrollar plenamente su Yo integral.

Es tan importante vivir con Autoestima, que ésta se ve reflejada en el Amor a Si mismo, el reconocimiento de sus cualidades, habilidades y limitaciones. No está

pendiente de esperar la aprobación o aceptación de los demás; tiene seguridad en sí mismo (Mckay y Fanning, 1999: 64).

La capacidad de desarrollar una confianza y un respeto saludables por nosotros mismos, es inherente a nuestra naturaleza (Branden, (2000: 72).

En el taller de Autoestima, quise con todas mis ganas, desarrollar en los anexados esas herramientas para que vivieran felices ellos y sus seres queridos que se reconocieran y se aceptaran como son.

La falta de una adecuada autoestima, es fuente de sufrimiento y dolor en las personas, no se sienten contentas con ellas mismas, se sienten fracasadas, frustradas, sin ganas de vivir y les duele y sufren por ello (Verduzco y Moreno, 2001: 26).

Pude percibir la falta de una sana autoestima en la vida de los anexados, según sus pláticas. Se emborrachan o se drogan para sentirse unos superhombres, sin necesidad de nadie, fuertes, ricos, llenos de confianza, seguridad, que tanto la esposa como los hijos les tienen miedo y los obedecen.

## 1.6 OBJETIVOS DE LA INTERVENCIÓN

Al darme cuenta de lo mal que estaban con ellos mismos, que no se conocían, ni se valoraban. Me di la oportunidad de desarrollar mi Taller de Autoestima en el Centro de Rehabilitación “Amigo del Alma”, para ello me propuse objetivos pretensiosos, que guiaron todo mi trabajo, los tuve presentes y en torno a ellos hice mi programa, de tal manera que me dieran respuesta a los resultados esperados.

El objetivo general fue:

“Promover en las personas del Centro de Rehabilitación “Amigo del Alma”, las estrategias de valoración personal y conocimiento de ellos mismos, les pueda ayudar a su rehabilitación y les permita su reconocimiento como personas valiosas”.

Los objetivos específicos que se planearon fueron:

“Descubrir su Yo Integral, sus necesidades básicas y de desarrollo, y darse cuenta de que son personas valiosas”.

“Lograr la participación y la toma de conciencia de su estar en el Centro”.

“Reconocer su individualidad, irrepetibilidad y con capacidad de amar y de ser amados, para que puedan vivir una vida más sana y plena”.

Para poder lograr los objetivos planteados, programé 10 sesiones con duración de tres horas cada una.

En la Introducción describí el lugar y la motivación que me llevó a querer realizar en el Centro mi intervención. También describo los objetivos que me propuse al realizar el taller de autoestima y la narración de cada una de las sesiones.

## 1.7 PLAN DE ACCIÓN

Para lograr los objetivos se planearon 10 sesiones de tres horas cada una, se realizaron cada una de ellas durante cinco semanas los martes y los viernes de 11 de la mañana a 2 de la tarde.

Enseguida se presenta una tabla que resume la intervención realizada, se presenta el tema, el objetivo, y la fecha de realización.

| Sesión | Tema | Objetivo | Fecha |
|---|---|---|---|
| 1 | Autoaceptación | Lograr la participación y la toma de conciencia y de su estar en el Centro | 19-11-2003 |
| 2 | Autoconocimiento | Seguir conociendo el yo integral, las necesidades básica y de desarrollo, los papeles y las motivaciones que han tenido, para que tomen conciencia de su vida y la cuiden. | 25-11-2003 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 3 | Autoconcepto. | Seguir conociendo el yo integral, las necesidades básica y de desarrollo, los papeles y las motivaciones que han tenido, para que tomen conciencia de su vida y la cuiden. | 02-12-2003 |
| 4 | Autoevaluación. | Conocer el yo integral, las necesidades básicas y de desarrollo, los papeles que han desempeñado, las motivaciones recibidas, para que conociéndolas se respeten y valoren como personas. (Este objetivo, siguió siendo el mismo durante todo el taller). | 05-12-2003 |
| 5 | Autoaceptación. | Conocer el yo integral, las necesidades básicas y de desarrollo, los papeles y las motivaciones que han tenido en su vida, para que las identifiquen y trabajen con conciencia en ellas | 09-12-2003 |
| 6 | Autorrespeto. | Conocer el yo integral, las necesidades básicas y de desarrollo, los papeles y motivaciones que han jugado con otros y con ellos mismos, para que conociéndolos, tomen conciencia de ello y aprendan a respetarse como personas | 11-12-2003 |
| 7 | Autoestima. | Conocer la importancia de la autoestima en la individualidad, irrepetibilidad y con la capacidad de amar y de ser amados, para que conociendo la autoestima, sepan vivir con ella y sean unas personas sanas | 16-12-2003 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 8 | Tipos de Autoestima | Conocer la importancia de la autoestima en la individualidad irrepetible con la capacidad de amar y de ser amados, para que conociendo la autoestima, sepan vivir con ella y sean unas personas sanas. | 20-12-2003 |
| 9 | Lugares dónde aprendemos la autoestima. | Conocer la importancia de la autoestima en nuestras vidas, lo que hemos aprendido y aprendamos a vivir con ella, la desarrollemos y aprendamos a vivir de acuerdo al conocimiento de nuestras habilidades | 24-12-2003 |
| 10 | Cierre del Taller. | Conocer la importancia de la autoestima en nuestras vida, lo que hemos aprendido y que nos guste vivir con ella, desarrollarla y haciéndola parte de nosotros. | 27-12-2003 |

Enseguida se describe con mayor detalle cada una de las sesiones, el tema desarrollado, el objetivo y actividades realizadas.

1ª sesión. Autoaceptación. 19 de noviembre de 2003.
Objetivo: “Lograr la participación y la toma de conciencia de su estar en el centro”.

Inicié con un saludo, una pequeña presentación, les hice preguntas y les dije el motivo por el que quería ir con ellos dos veces por semana, con el horario de la 1ª Junta, que era de 11:00 a 14:00 horas. Expliqué la dinámica del trabajo, hice algunas dinámicas de conocimiento de sus nombres, puse música para que bailaran y se fueran soltando y teniendo confianza, que no me consideraran como una intrusa. A las 14:00 horas hice un cierre y me despedí.

2ª sesión. Autoconocimiento. 25 de noviembre de 2003.
Objetivo: “Seguir conociendo el yo integral, las necesidades básica y de desarrollo, los papeles y las motivaciones que han tenido, para que tomen conciencia de su vida y la cuiden”.

En esta sesión desarrollé el tema de autoconocimiento, les entregué también el material correspondiente a cada uno, los dos cuadernos y lápiz para la bitácora.

Les di la teoría de autoconocimiento, acomodándola a su realidad, que es de personas enfermas, de acuerdo a su experiencia vivida y a su capacidad, pues como decía anteriormente, son pocos los que fueron a la escuela.

Después de esas actividades hice un cierre de los conocimientos de ese día y a las 14:10 horas me despedí de mano de ellos y di por terminada la sesión.

3ª Sesión. Autoconcepto. 02 de diciembre de 2003.
Objetivo: “Seguir conociendo el yo integral, las necesidades básica y de desarrollo, los papeles y las motivaciones que han tenido, para que tomen conciencia de su vida y la cuiden”.

En esta sesión después de saludarlos y hacerles preguntas de su estar, les recogí la bitácora, y se les entregó el material. Hicimos dinámicas de relajación, de juego, baile y gimnasia, les gusta mucho hacerlo. Porque se sienten que se mueven, que tienen vida, que son tomados en cuenta, que les dedico tiempo, se sienten importantes. Les dí la teoría correspondiente.

Después de volver a explicar lo de las bitácoras y hacer un cierre, cuando fueron las 14:10 horas me despedí.

4ª sesión. Autoevaluación. 05 de diciembre de 2003.
Objetivo: “Conocer el yo integral, las necesidades básicas y de desarrollo, los papeles que han desempeñado, las motivaciones recibidas, para que conociéndolas, se respeten y valoren como personas”. (Este objetivo, siguió siendo el mismo durante todo el taller).

Al llegar con ellos, después de saludarlos y hacerles preguntas personales sobre su estar, en ese lugar, les recogí las bitácoras, y les entregué los materiales respectivos al tema. Se hicieron dinámicas de relajación, de juego, baile, pañuelos.

Les di la teoría correspondiente, les leí el cuento: "El elefante encadenado" se comentó, se hicieron preguntas en relación a lo escuchado, se cantó la nueva canción: "Esperanza" y las anteriores y después de las 14:05 p.m. me despedí y me fui.

5ª. Sesión. Autoaceptación. 09 de diciembre de 2003.
Objetivo:" Conocer el yo integral, las necesidades básicas y de desarrollo, los papeles y las motivaciones que han tenido en su vida, para que las identifiquen y trabajen con conciencia en ellas".

Los saludé a cada uno, se les hizo preguntas, se les recogió la bitácora y se les entregó el material de ese tema. Se hicieron algunas dinámicas, de relajación, de nombres, de animales, de juego, de baile y del espejo. Se dibujaron y les pedí que se dijeran lo mucho que se querían y eran importantes.

Desarrollé la teoría, les leí el cuento: "¿De qué color te pintas?", les leí algunas frases y se cantó la canción: "Tengo derecho de ser feliz", se hicieron comentarios alusivos al tema, se hizo un cierre y cantamos las canciones que han aprendido y después de las 14:10, me despedí.

6ª sesión. Autorrespeto. 11 de diciembre de 2003.
Objetivo: "Conocer el yo integral, las necesidades básicas y de desarrollo, los papeles y motivaciones que han jugado con otros y con ellos mismos, para que conociéndolos, tomen conciencia de ello, aprendan a respetarse como personas".

En cada sesión se hizo lo mismo, lo único que cambiaba eran las dinámicas y juegos. Ahora la dinámica nueva fue de letreros, que anteriormente hice en pequeños papeles, se los puse en la frente, era por parejas y en silencio, y debían comunicarse solamente con señas, donde habían palabras de lo que escucharon y les dijeron en su

familia, y lo que tampoco escucharon. Fue muy enriquecedora. Se cerró la dinámica por medio de preguntas y comentarios aplicados a sus vidas. Siendo las 14:10 me despedí.

7ª. Sesión. Autoestima. 16 de diciembre de 2003.
Objetivo: “Conocer la importancia de la autoestima en la individualidad irrepetible con la capacidad de amar y de ser amados, para que conociendo la autoestima, sepan vivir con ella y sean unas personas sanas”

Como dije anteriormente se hizo lo mismo en cada sesión, solamente se cambiaron algunas dinámicas, por ejemplo la identificación de cada uno de ellos con algún animal, esta dinámica fue muy divertida, porque tienen la facilidad de imitar; nos reímos mucho, la disfrutamos. Se arrastraban, se acostaban en el piso.

Por medio de un cuento y un canto se hizo el cierre de la sesión. Cuando eran las 14:10, me despedí de cada uno, me echaron algunas porras y a su manera me agradecieron mi presencia.

8ª. Sesión. Tipos de Autoestima. 20 de diciembre de 2003.
Objetivo: “Conocer la importancia de la autoestima en su vida, para que sepan identificarse en cuál de ellas está en su vida y conociéndola trabajen por mejorarla”.

Lo mismo se hizo, únicamente, se tuvo el juego de los globos y algunas variaciones de dinámicas.

Les entregué las bitácoras anteriores, se les leyó el cuento: “Compra de zapatos” frases alusivas de autoestima sana, cantamos bailamos; se les repartió los fólders con los materiales correspondientes a esa sesión.

Como dije anteriormente, logré algunos objetivos, me di cuenta de la necesidad de dárselos digeridos, más sencillos y acomodados a su realidad de enfermos, internos y lejos de su familia.

En cada sesión se hacía el cierre por medio de un cuento y una canción que comentaban. Después de despedirme de ellos a las 14:10, salí, muy contenta porque siento que ha valido la pena estar con ellos.

9ª sesión. Lugares dónde aprendemos la autoestima. 24 de diciembre de 2003.
Objetivo: “Conocer la importancia de la autoestima en nuestras vidas, lo que hemos aprendido y aprendamos a vivir con ella, la desarrollemos, y aprendamos a vivir de acuerdo al conocimiento de nuestras habilidades”.

Desarrollé la sesión igual que las demás. La dinámica nueva fue la del camino de la vida. Les entregué sus bitácoras, les leí el cuento “El águila que aprendió a vivir como pollo” este cuento fue alusivo al tema, se les entregó el material correspondiente.

La mayoría contestó que de su casa no recibieron nada, solamente el ejemplo de un padre alcoholizado, sin responsabilidad, de la calle los amigos que los invitaban a alcoholizarse o a drogarse.

Después de cantar, leerles un cuento alusivo al tema, analizarlo y reflexionarlo, me echaron porras, me dieron detalles, como dibujos, pulseras, rosarios y collares hechos por ellos mismos y un anillo de un interno que estuvo preso. Siendo las 14:10. p.m. me despedí.

10ª sesión. Cierre del Taller. 27 de diciembre de 2003.
Objetivo: “Conocer la importancia de la autoestima en nuestras vida, lo que hemos aprendido y que nos guste vivir con ella, desarrollarla y haciéndola parte de nosotros”.

Hicimos un repaso de todos los temas, se les hizo preguntas y contestaban muy felices de haber conocido y descubierto algo de la autoestima. Nuevamente hicimos la dinámica del camino de la vida, de los pañuelos blancos y de los listones azules, que compartieron con los demás y de su sentir al ser tomados en cuenta.

Después de esto, ellos pidieron cantar, se hizo el cierre del taller y me despedí de ellos y siendo las 14:15 p.m.

Después del taller me siento satisfecha porque aprendieron a reconocerse, sentirse valiosos e importantes, esto lo manifestaban en sus caras, su piel, sus ojos, movimientos, su manera de asearse. Además mis preguntas y dudas me fueron dando la respuesta.

## 1.8 NARRACIÓN DE LA INTERVENCIÓN

Dicho Taller lo realicé del 19 de noviembre al 23 de diciembre de 2003, con una duración de 3:00 hrs, por sesión, yendo dos veces por semana los martes y viernes. Tuve en total 10 sesiones, las cuales grabé y de esa forma obtuve los datos y evidencias de lo que el Taller de Autoestima les pudo ayudar. También utilicé unos cuadernos para ellos y para mí, que nos servían como bitácoras, por medio de lo que me escribieron me pude dar cuenta de sus logros y de su sentir. Al principio lo hicieron diario, pero consideré que con esa forma no se estaba logrando el objetivo, porque yo sentía la presión de cumplir, de presentar un trabajo final, de no ser motivo de reprobación, que de paso digo que no ha sido nada fácil. Pero después de algunas explicaciones y con el paso del tiempo logré que se expresaran en su cuaderno y entonces me pude dar cuenta de su crecimiento y de los avances que iban teniendo, como darse cuenta de que su vida es valiosa, que hay cerca de ellos personas que los quieren, que se interesan, es importante que se tengan paciencia y sean tolerantes con ellos mismos. También usé hojas, lápices de colores y les pedí que hicieran algunos dibujos, ya fuera en papel o plastilina, cuentos y algunos cuestionarios que de antemano digo que me fue difícil porque la mayoría no sabía escribir y se les dificultaba hablar y expresarse con coherencia. Al darme cuenta de tanta carencia en sus personas me sentí muy satisfecha de seguirlos ayudando, hasta la fecha lo sigo haciendo, pero solamente un día a la semana, porque en ocasiones me siento desanimada, cansada y angustiada.

Al constatar el problema de su falta de lectura y escritura cambié mi manera de exponer y de aplicarles algo que tuviera los resultados deseados. También usé la música para hacer dinámicas de relajación y para bailar.

Al hacer el proyecto para mi Intervención hice una documentación bibliográfica para que mi proyecto estuviera apegado a lo propuesto por algunos estudiosos y utilicé mis apuntes y conocimientos que me dio la Maestría en Desarrollo Humano. Los modifiqué y adecué al escenario donde impartí mi taller.

Utilicé los cuestionarios, pero no obtuve lo esperado, por la no saber leer ni escribir de manera suficiente. Al darme cuenta de ello utilicé la grabadora de casetes y

de esa manera los participaban .De las 25 personas que hicieron el taller solamente sabían leer y escribir ocho personas.

Los materiales y estrategias que utilicé fueron, entre otros, grabadora, música, dinámicas, cantos, cuentos, plastilina, dibujos, lápices, colores y frases de autoestima.

Utilicé la bitácora, tanto para ellos como para mí para registrar los conocimientos dados y darnos cuenta de nuestro estar y la manera cómo nos íbamos sintiendo y qué cosas nos iba diciendo de nuestras vidas. Les di dos cuadernos, para la recolección de datos, y cada vez que iba me entregaban uno de ellos, donde iban escribiendo y cuando los leía me daba cuenta de sus necesidades. Me platicaban sus vivencias y me dieron la oportunidad de conocerlos y yo los animaba a seguir con sus deseos. Eso les gustaba. Yo leía sus bitácoras con mucho entusiasmo y los motivaba para seguir escribiendo, aunque, al principio escribían su bitácora diario, tuve que explicarles de su vida: de lo que iban aprendiendo de la autoestima y de cómo la iban a aplicar. Después de algunos días ya hicieron su bitácora de la forma, que se las pedía. En un principio sólo les pedí que tomaran conciencia del mundo en que vivían, que vieran el cielo, las estrellas, que sintieran su respiración, el viento y todo aquello que sintieran en su cuerpo. Que se dieran cuenta de cómo estaban y dónde estaban.

La técnica que utilicé en las bitácoras fue informativa y por medio de ellas expresaban sus sueños, ilusiones y sus ganas de ser otras personas. La utilicé para conocerlos dado que expresaban abiertamente sus sentimientos de culpabilidad, resentimiento, rencor y su baja autoestima, además pude percibir que en algunos de ellos no sabían que existía la posibilidad de conocerse y saber lo que experimentaban, parecía que en algunos estaba dormida y hasta ahora se habían dado la oportunidad de desarrollarla, alimentarla y hacerla crecer.

Utilicé la participación grupal y expositiva con el objetivo que ellos me entendieran usando un lenguaje claro y sencillo. Además de que los invitaba a compartir sus experiencias para sustentar conceptos. Creo que sí lo logré hacerme entender porque me pude dar cuenta por su atención e interés.

Utilicé la grabación, pues experimenté que con este medio, no se sentían amenazados, más aún se sentían con la seguridad de compartir. Creo que se sentían importantes y valiosos. Como les dejaba la grabadora y los casetes, ellos los utilizaban

para grabar canciones de radio, de discos, hablaban de drogas, de vino, de burla a la policía, de engaño a sus padres. Este medio lo manejé con el fin de que expresaran su sentir, su baja autoestima y su dolor. Fue un buen medio por la facilidad de expresión. Fui más allá y les tomé algunas fotos y ésto también les gustaba porque se arreglaban y tomaban la pose de personas muy importantes y luego ellos se la daban a su familia y como les gustaba les tomaba fotografías de grupo.

Posteriormente me di a la tarea de transcribir los 10 temas que conformaron el taller, de los cuales solamente pasé los que eran útiles y se entendían. Me ayudó mucho su bitácora y mi vivencia porque tomé en cuenta su lenguaje corporal, los observaba mucho, para leer lo que me estaban diciendo con su cuerpo y se encuentra registrado en los anexos.

Este fue un proceso de acompañamiento facilitador del crecimiento con enfoque humanista, involucré toda mi persona como instrumento de intervención, al realizar el proceso de los temas e interactuar con las personas que están en el Centro de Rehabilitación "Amigo del Alma".

Esta intervención se me hizo un poco difícil, porque en ocasiones ellos están muy nerviosos y distraídos, su participación no era de acuerdo a mis preguntas. Al leer la literatura de A.A. (Alcohólicos Anónimos) que escribió un alcohólico rehabilitado Bill y el escuchar a otros que están como dirigentes de grupos de rehabilitación concluyo que lo que utilicé sí sirve como desarrollo para su persona, que tome conciencia de su enfermedad, sobre todo, del aspecto humano y del daño que se hacen ellos y a los que viven a su alrededor.

Durante las dos primeras sesiones, casi no tuve participación, les hacía preguntas y se quedaban callados, abrían sus ojos muy grandes, como que reflejaban miedo. Creo que me veían como una intrusa, con recelo, estaban a la defensiva, esperando a que los atacara. Así lo experimenté, pero yo los observaba y cuando vieron que eso no me daba miedo cambiaron de actitud, se hicieron más participativos, algunos se acercaban a mí para platicarme de su situación, del rechazo de su esposa e hijos y empezaron a participar con mucha sinceridad. Me platicaron desde el inicio de su adicción y me pude dar cuenta que todos empezaron a poca edad, entre 7 y 11 años

y lo hicieron para sentirse mayores, llamar la atención de sus padres y huir de la realidad.

Cuando les entregaba los cuestionarios de su comprensión del tema, me di cuenta que no sabían leer, ni escribir, y los que lo respondían lo hacían con monosílabos si o no. Al no tener respuesta a mis objetivos cambié las palabras por dibujos y se expresaban mejor. Les gustaba hacer eso y a la siguiente sesión les llevé colores. Parecían niños y me pareció que probablemente era la primera vez que lo hacían.

Los puse a trabajar con plastilina, pero no se podían ajustar al tiempo, porque con calma y con muchos detalles, hacían casas, muñecos, ranchos y animales.

Me valí de la lectura de cuentos, les interesaban mucho, ponían atención y participaban diciendo la aplicación que iban a darle en su vida.

También usé la lectura de las frases alusivas a la Autoestima. Se las leía y ellos la repetían y se fueron acostumbrando a los materiales de modo que durante las sesiones que desarrollé en mi taller les llevé material para cada uno.

Les llevé cantos escritos, que también eran de autoestima, los cantaban con muchas ganas.

Al iniciar los temas lo hacia por medio de una dinámica que era dirigida y acompañaba con música tranquila, después les preguntaba sobre la experiencia vivida y sus participaciones eran repetitivas, pues lo que decía el primero lo repetían los demás.

Esta experiencia fue de mucho aprendizaje para mí, muy rica, porque pude aprender su sencillez, su sinceridad, su honestidad y el cuidado, que decían aprender, de su cuerpo.

El taller lo di en dos ocasiones, pues como decía anteriormente es una población flotante y al ver la gran necesidad de las personas que llegan y motivada por la actitud mostrada lo volví a impartir.

Para trabajar toda la información que se desarrolló en el lugar de la Intervención, Centro de Rehabilitación “Amigo del Alma”, opté por escucharlos, respetar su ritmo, tenerles paciencia con el fin de llegar a comprender a este tipo de personas y la manera como se experimentan.

# CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO: LOS FUNDAMENTOS DE LA AUTOESTIMA

Los fundamentos teóricos, sirven para explicar los procesos observados en la Investigación-Intervención y son organizados de acuerdo al grupo seleccionado y los temas más importantes que abarca el proceso del desarrollo de la Autoestima en personas enfermas de Alcoholismo y Drogadicción.

Como decía anteriormente, para que vivan estas personas con una buena Autoestima, consideré necesario tocar cuatro puntos que considero influyen en la formación y vivencia de la Autoestima; dichos temas fueron: Desarrollo Humano y Autoestima, Pobreza, el Alcoholismo y finalmente la Drogadicción.

## 2.1 DESARROLLO HUMANO

El estudio del Desarrollo Humano, su papel es ayudarnos a describir, explicar, y modificar el desarrollo físico, social y espiritual de las personas. Eso me ayudó mucho en el desarrollo de mi taller.

Las influencias sobre el desarrollo son internas como es la herencia, qué conductas aprendidas y repetitivas de los padres y externas al ambiente social y de los amigos. Casi todo lo relativo a la existencia del ser humano, está determinado desde el momento de su concepción, la herencia es sólo una parte de la historia. Lo que oigan de los padres afecta la actitud de las personas hacia los demás y consigo mismo.

Cuando el desarrollo de las habilidades, son descuidadas, con más facilidad se busca compensarlas con adicción al alcohol y drogas, principalmente son aprendidas por el ejemplo de los padres o familiares cercanos, y las ambientales, influyen a que las busquen y lo hacen por imitación de los amigos, para ser aceptados en un grupo, por querer sentirse mayores y muy hombres, por curiosidad y también porque en ocasiones no encuentran oportunidades en su vida, tanto en la escuela, como en el trabajo.

Una de las consecuencias de exceso de bebida es la esquizofrenia, que es una enfermedad mental, caracterizada por la pérdida de contacto con la realidad y como algunos síntomas como alucinaciones, delirios y otras alteraciones; hablan mucho, son educados, atentos, pero en otros momentos no se comunican con nadie. La esquizofrenia se trasmite por herencia (Bravo Cosío, 2004: 8).

Entre los anexados estuvo uno que tenía esquizofrenia y todos los rasgos los manifestaba. Con alguna frecuencia no salía del cuarto, pero otras cuando salía me atendía, me cuidaba y participaba muy correctamente usando vocabulario de una persona con educación y estudios, me sorprendían esas actitudes. Aunque no dejo de reconocer que le tenía miedo, actuaba normalmente, para que no se diera cuenta de ello y en sus momentos de crisis no me atacara golpeando.

Los niños al nacer necesitan una gran cantidad de cuidados y alimentos; dependen por completo de otras personas, según Erik Erikson, “son el elemento clave para desarrollar la confianza en ellos mismos” (Papalia, y Wendkos Olds, 1977: 85).

Al compartir sus experiencias, me di cuenta de cómo desde muy pequeños empezaron a consumir alcohol, motivados por la oportunidad que tenían en su casa y droga por los mismos motivos, además por la influencia de los amigos, que al probarla les gustó y tomaron la decisión de seguirlo haciendo.

“¿Cómo se entiende el desarrollo humano en México? Sus orígenes los tuvo en la universidad Iberoamericana en México y en el Iteso de Guadalajara. El Desarrollo Humano implica una filosofía del ser humano, de la sociedad y de las relaciones interpersonales. Esta filosofía del hombre se desarrolla en la misma experiencia, es decir, cuando se crean alrededor del hombre las condiciones ambientales e internas necesarias y suficientes” (Lafarga, 1992: 5).

De esta Maestría, tuve la oportunidad de estudiarla en el Iteso, movida por el deseo de crecer y darme cuenta. De mi yo, sentía la necesidad de trabajar algunas situaciones que se manifestaban en mi organismo, especialmente en el estómago, se lo agradezco a Juan que tuvo la brillante inquietud de fundarla en la Universidad del Iteso.

También el Desarrollo Humano se entiende como la psicología evolutiva del hombre en sus diferentes etapas: niñez, adolescencia, edad adulta y senectud” (Papalia, y Wendkos Olds, 1977: 85).

Yo quería tener la experiencia de vivir algunas etapas de mi vida con plenitud, con la oportunidad de ser feliz, de experimentar estas etapas con alegría, ya que mi conciencia esta dormida y había pasado algunas etapas de mi vida sin darme cuenta.

El Desarrollo Humano es la acción que proviene de un corazón sabio, es decir del amor guiado por la inteligencia y la bondad. Junto con Carl Rogers y otros psicólogos humanistas, dice Lafarga: "Que es una tendencia básica al crecimiento, una fuerza motivacional de toda acción humana" (Lafarga, 1992: 6).

Pienso en la importancia que tiene una buena y sana Autoestima en la vida, ya que la persona crece sanamente y no busca evadir su realidad por medio del alcohol o las drogas; vive felizmente, aceptándose como es, con sus habilidades y limitaciones.

El Desarrollo Humano en México nos ofrece la oportunidad para la reconstrucción de la sociedad. Los promotores del Desarrollo Humano estamos llamados a pisar el umbral del siglo XXI, ayudándos a nosotros mismos y a los demás a que se tenga calidad de vida plena (Lafarga, 1992: 9).

Si los mexicanos aprovecháramos esta oportunidad, seríamos un país feliz, pleno, disfrutando la vida, desarrollando nuestras habilidades y destrezas, que son muchas, porque somos un país muy cualificado y con valores.

"La psicología de Carl Rogers se centra fundamentalmente en la persona, y se ocupa de los valores superiores que giran en torno al derecho de toda persona a su independencia, libertad y autorrealización. Esta psicología, que se le conoce como Humanista se dedica a conocer al hombre como un ser individual, único e insustituible, que merece nuestro respeto, saber escucharlo, comprenderlo, entrar en su mundo, su experiencia y desde ahí ayudarlo a crecer" (Lafarga, 1992: 9).

Como la psicología se ocupa del crecimiento de las personas, me ayudó para que el taller lo fundamentara y aplicara los conocimientos y la experiencia vivida en la Maestría en Desarrollo Humano, en el Iteso. La psicología Humanista la pude constatar en mis maestros, como grandes personas, interesadas en ayudar.

Con el Desarrollo Humano se experimenta una sensación de satisfacción, de plenitud, de libertad y madurez cuando me atrevo a comunicar mi realidad a otro (Lafarga, 1992:10).

Cada vez me convenzo de la importancia de que el Desarrollo Humano, es necesario durante toda la vida, puesto que lo necesitamos para crecer, trascender y vivir una vida plena y que nos llenemos de satisfacción de ser unas personas felices.

El Desarrollo Humano en el Iteso, busca el crecimiento personal, a partir del conocimiento de sí mismo, del propio potencial de las personas para desarrollarlo. Se fundamenta en el E.C.P. de Rogers quien afirma que las condiciones necesarias y suficientes para promover el crecimiento de las personas son las actitudes de Empatía, respeto y autenticidad, así como las habilidades de escucha, cuando el facilitador es capaz de comunicar estas actitudes en sus relaciones interpersonales.

En Desarrollo Humano se toma en cuenta las motivaciones del Ser humano. En la teoría de Maslow, nos dice que "la motivación del ser humano está condicionada principalmente por las necesidades fisiológicas, de seguridad, sociales, de estima y de autorrealización" (González Garza,1991:56) quien considera que cuando se satisfacen las necesidades fisiológicas, van surgiendo las demás.

De acuerdo con la Allport, la motivación es el motor de la personalidad, esta teoría se centra en el análisis de la naturaleza de la motivación, entendida "como toda condición interna del individuo, que le induce la acción o el pensamiento" (González Garza, 1991:94). Las motivaciones cambian de acuerdo a la edad, y a las experiencias.

Cuando una persona se siente motivada y reconocida en lo que hace, se siente con ganas de tener retos, buscar hacer bien las cosas, esto se consigue solamente buscando dentro de nosotros mismos, con optimismo, constancia, paciencia, humildad y con mucho amor, que le guste lo que hace, que tenga metas y deseos de superarse, de crecer sana y plenamente.

Estas lecturas me ayudaron a que mi taller fuera más dinámico, formativo más que informativo, fuera más fácil entender y disculpar a los internos**.**

## 2.2 AUTOESTIMA

Otro de los grandes temas para lograr los objetivos del taller fue la formación de la Autoestima, para eso tuve la necesidad de leer libros, revistas, documentos y artículos de internet para conocer más acerca de ella.

La autoestima es esencial para la supervivencia, distingue a los seres humanos de los animales. Cuando falta, lleva a la persona buscar evadirse y autodestruirse.

Las causas y efectos que ocasionan el nivel de autoestima en una persona pueden ser: La manera de cómo los padres educan a sus hijos, la cultura, la situación moral y económica de la familia, el ambiente social, los amigos y los medios de comunicación.

Algunas actitudes clave, donde la autoestima juega un gran papel:

| Actitudes | Autoestima Alta | Autoestima Baja |
|---|---|---|
| Saber Escuchar | La persona se siente segura, acepta los errores y la opinión de los demás | Dificultad en aceptar que se está equivocado o que le puedan enseñar. |
| Tener Optimismo | Vive con alegría, reconoce el valor de la vida, es positivo, creativo, dinámico. | Está triste, culpa a los demás de sus fracasos, vive en pesimismo y depresión. |
| Desarrollo del propio talento. | Tiene la capacidad de reconocer sus valores y la capacidad que tiene para desarrollarla | Desarrolla un juez interno, que regaña y descalifica, exigiéndole perfección. |
| Derecho a la felicidad. | La busca, porque siente que merece ser feliz. | Se siente mal de ser feliz y tener éxito. |
| Capacidad de riesgo. | Está activo, en búsqueda de retos, de nuevas oportunidades. | Teme ser rechazado al fracasar, no se arriesga, es rutinario. No busca tener metas en la vida. |
| Búsqueda de lo que merece. | Lucha por satisfacer sus necesidades y busca tener siempre más, un extra. | No cree merecer nada o necesitar ciertas cosas. |

La baja Autoestima, ayuda mucho a que la soledad llegue a ser destructiva, pues al no tener una buena valoración personal, el mundo se convierte en una amenaza, más que en oportunidades de realización (Acosta, 1999: 6).

A través del tiempo se han tenido muchos criterios para medir la valoración de las personas:

Los griegos la valoraban como una virtud especial,

Los romanos decían que la persona valía si peleaba por la patria,

Los cristianos la valoraban como el amor a Dios y a la humanidad,

Los budistas sentían que era malo tenerla, aunque sólo fuera un deseo,

Los hindúes la vivían como amor a la contemplación,

Los musulmanes, solamente la tenían aquellos que respetaban la ley, la tradición y el honor,

Los liberales decían que consistía en el amor fraternal y las buenas obras,

Los conservadores la conciben como ser trabajadores y respetar las tradiciones,

Los comerciantes la ponen solamente el que tenía dinero,

Los artistas en los que tenían talento,

Los políticos en los que tenían poder

(Verduzco Álvarez Icaza y Moreno López, 2001 :24).

Actualmente son conceptos que afectan la autoestima de la persona.

Para desarrollar nuestra autoestima, existen siete áreas en las que podemos trabajar para desarrollarnos internamente. Estas son: La Seguridad que viene del interior de nosotros.

La Aceptación donde los mensajes que recibimos nos dieron una imagen de lo que somos.

El Respeto por nosotros mismos, por los demás y no criticarnos cuando nos equivocamos.

Los Límites es establecer reglas. Los Sentimientos aprendemos a esconderlos, a cambiarlos por otros, a sacarlos fuera de manera explosiva, a fingir que no existen y a rechazar todo lo que consideramos malo.

Los Valores son las creencias más profundas que tenemos en las diferentes áreas de nuestra vida.

Las Habilidades personales para conocerlas y utilizarlas al máximo. (Verduzco Álvarez Icaza y Moreno López, 2001:32).

El padre de la psicología norteamericana es William James, tuvo su primera publicación en 1890 y la define así: “Autoestima= Éxito” (Branden, 1994:79).

Desde todos los tiempos se ha hablado de autoestima, pero para los muchachos al ir yo con ellos se sintieron sorprendidos de escuchar la palabra Autoestima, fue la primera vez en sus vidas que formó esta palabra parte de su vocabulario.

La autoestima es una necesidad muy importante para el ser humano. Es básica, es indispensable para el desarrollo normal y sano.

La autoestima no es un don gratuito, es inherente, es decir ya la tenemos, solamente nos hace falta descubrirla y desarrollarla (Branden, 1991:103).

La mayoría de las personas buscan la autoconfianza y el autorrespeto por todas partes, menos dentro de sí mismas y por eso se sienten fracasadas en su búsqueda (Branden, 1991:106).

Siento la necesidad de desarrollar en mí una sana autoestima, para poder ayudar a las personas del Centro, que tomen conciencia y valoren su vida.

Si acepto ser víctima, títere y esclavo, negando la realidad de mi ser personal, entonces me conviertes en un eterno derrotado, si los demás determinan lo que yo siento y vivo, entonces no soy una persona única e irrepetible, soy una más, soy un robot fabricado en serie y controlado.

La autoestima es el centro de todo nuestro ser y es esencial para vivir en libertad y nos dice Virginia (Satir, 1998:25), que existen cinco libertades para desarrollarnos sanamente y ellas son:

La libertad de ver y escuchar mi yo real,

La libertad de decir lo que se siente y se piensa,

La libertad de sentir,

La libertad de pedir lo que se quiere, y

La libertad de arriesgarse por su propia cuenta.

La autoestima es síntesis de la escalera que durante nuestra vida tratamos de aprender a vivir para adquirir las habilidades para subir los escalones y lograr tenerla en nuestra vida. Los escalones son: “Autoconocimiento, Autocencepto, Autoevaluación,

Autoaceptación, Autorrespeto y finalmente Autoestima"; (Branden, 2000:98). Ésta se desarrolla a durante toda nuestra vida, es un proceso que no termina solamente cuando viene la muerte.

Cientos de investigadores han realizado encuestas a muchas personas, de diversas edades y ocupaciones, tratando de detectar qué es lo que ocasiona la autoestima, quiénes la poseen en mayor grado, qué tan importante es, cómo puede incrementarse.

La autoestima es la base y centro del desarrollo humano; es el marco de referencia desde el cual se proyecta, la Biblia nos enseña: "Ama a tu prójimo como a ti mismo" (González, 1999:102). Dios nos ha creado a su imagen y semejanza, por eso nuestra capacidad es infinita. El modelo perfecto de la autoestima es Cristo.

Dentro de la creación, el hombre es el único ser que tiene poder de contemplar su vida, de amar, de pensar, de tener conciencia y darse cuenta de su estar aquí y ahora (Shuller). (González, 1998:99).

La autoestima se manifiesta en nosotros y en los demás de manera sencilla y directa, proyecta el placer que uno tiene de estar vivo a través del rostro, de un ademán, del modo de hablar y de moverse.

La sociedad cumple una función muy importante para la personas. Mientras trabajemos, en aquello que nos gusta hacer de nosotros, en lo que deseamos llegar a ser, de que seamos congruentes con nuestras necesidades y más fácil será mantener una autoestima positiva o alta.

Nosotros somos responsables de completar o desarrollar la Autoestima. El objetivo es desarrollar un Padre Interno, que eduque y ame de una forma incondicional al niño que vive en nosotros y que constituye la esencia de lo que somos (Baldwin, 2002:54).

Pienso que con esta teoría, pude comprobar que el Taller de Autoestima, responde ampliamente a mis preguntas y objetivos, además me sirvió de contexto y fundamento, porque tuvieron los muchachos algunos cambios evidentes en su persona, conductas, manera de verse, aceptando su enfermedad y necesidad de ayuda.

En la formación de la Autoestima, considero que uno de los factores limitantes es la pobreza  no solamente económica sino sobre todo moral en que viven algunas

familias de México, de manera especial los internos del Centro de Rehabilitación “Amigo del Alma”.

## 2.3 POBREZA

La pobreza es definida como aquella condición caracterizada por la carencia de recursos, medios y oportunidades para la satisfacción de las necesidades humanas mínimas, tanto de tipo material y cultural (Rivas Rodríguez, 2002: 2).

Cuando se sienten fracasados, se sumen en la depresión y buscan evadirse de su realidad, pues no les gusta y se autodestruyen.

Según pláticas de ellos para no vivir su realidad de pobreza y no sentirse deprimidos, buscan cómo llenar esos huecos y los hace dependientes de consumir cualquier sustancia que los lleve a autodestruirse.

La Iglesia preocupada por la situación de pobreza que viven algunas familias ha buscado los medios de ayudar y por eso invita a todos los hombres, especialmente a los cristianos a que tomemos conciencia de nuestra responsabilidad.

Tanto Medellín, Puebla, Sto. Domingo y todos los Documentos nos hablan de la necesidad que tenemos de tomar conciencia y que seamos solidarios con todos aquellos que los ricos consideran que son “un estorbo para la sociedad”.

El hombre ha sido hecho a la imagen de Dios, para ser sus hijos y esta imagen esta ensombrecida, maltrata, destruida. (San Lucas 1999,:1024).

## 2.4 POBREZA Y DESARROLLO HUMANO.

Según Cabrera et.al. (2006) el mundo ha progresado proporcionalmente más en los últimos 50 años que en toda la historia.

Los resultados de la pobreza son la consecuencia de la mala administración de los planes de lucha contra la pobreza y a su vez es el grito del reclamo de quienes la padecen.

Desde que se inició en 1990 el Informe sobre desarrollo humano, se ha definido como el proceso de ampliación de las opciones de la gente. Las más fundamentales consisten en vivir una vida larga y sana, tener educación y disfrutar de un nivel decente de vida.

## 2.5 ALCOHOLISMO

Alcohólicos Anónimos: Es una agrupación de hombres y mujeres, que comparten su mutua experiencia, fortaleza y esperanza, para resolver su problema común y ayudar a otros a recuperarse del alcoholismo. Para formar parte y ser miembro de Alcohólicos Anónimos (A.A.), no se paga, se mantienen con la séptima, (que es la ayuda económica que dan los padrinos o la que se da al terminar de sesionar, pasan el sombrero). Su objetivo primordial es ayudarse a mantenerse sobrios, sus programas ayudan a la recuperación. Los A.A. tienen literatura, que les da pautas para permanecer sobrios (Wilson 1939, 1952 y 1989: 4).

Sus libros son:

Los Doce Pasos, 12 Tradiciones, tal como lo ve Bill, A.A., Ala-non, Ala-teen, y varios folletos de preguntas y orientaciones específicas.

La historia de A.A. tuvo sus comienzos en 1935, en Akron, cuando un neoyorquino que estaba ahí en viaje de negocios, comprobó que había tenido éxito en permanecer sobrio por primera vez en muchos años, eso lo llevó a buscar a otro alcohólico. Durante los primeros meses que estuvo sobrio, el neoyorquino notó que el deseo de beber disminuía. Cuando intenta ayudar a otros alcohólicos para que dejaran de beber, entonces fue guiado hasta un doctor de la localidad, que también tenía problema con la bebida y lo recuperó sacándolo del deseo de beber todos los días (Wilson 1939, 1952 y 1989:32).

Su literatura habla de esperanza, por eso cuando la persona enferma y sus familiares son capaces de darse cuenta de la enfermedad buscan ayuda para su recuperación.

Durante 4 años, el nuevo movimiento que carecía de nombre, organización y literatura, creció lentamente, se establecieron grupos en Akron, Nueva York, Cleveland y otros lugares. Con la publicación en 1939 del libro “Alcohólicos Anónimos”, del cual derivó su nombre la fraternidad, y como resultado de un número de amigos no alcohólicos la sociedad empezó a atraer la atención nacional e internacional.

El primer grupo de alcohólicos en México empezó a funcionar el 25 de Septiembre de 1946 y en diciembre de 1969 fue creada la Oficina de Servicios Generales, para atender sus necesidades e inquietudes. Actualmente se tienen 135 000 grupos en México.

Los fundadores de A.A. fueron: Bill Wilson, el Dr. Carl Gustav Jung, el Dr. William Duncan Silwoth, Henrieta Seiberling, Sam Shoemaker, Harry Tiebout, Edgard Dowling y la Hermana Ignacia, todos ellos lo hicieron movidos por la necesidad de ayudar a otros ya que la mayoría de ellos fueron alcohólicos recuperados.

El alcoholismo consiste en un consumo excesivo de alcohol de forma prolongada con dependencia al mismo (López Delgadillo, 1998:4). Ocasiona problemas físicos, mentales, emocionales, laborales, familiares y sociales (Guerra Ramírez, 2003:6).

Cuando la persona logra darse cuenta del daño que le ocasiona en su organismo, en su mente, capacidades y familia busca ayuda y acude a un Centro de Rehabilitación de A.A.

Los daños provocados por el alcohol son la estimulación del corazón, dilata los vasos sanguíneos de la piel, de ahí el enrojecimiento del rostro; el bebedor se encuentra ansioso y manifiesta emociones que normalmente permanecen ocultas y reprimidas como la ira, celos, remordimiento, tristeza, espontaneidad, locuacidad y exceso de confianza en habilidades.

El alcoholismo es considerado ahora como una enfermedad, aunque hasta hace pocos años era visto como un vicio, irresponsabilidad, flojera e inmoralidad. Para esta adicción hay una permisividad social, hay lugares donde se vende licor y esto hace que cualquier programa de prevención o tratamiento del alcoholismo, resulte ineficaz.

Vivimos en una cultura de alcohol, en donde está tolerado por la sociedad, tanto en los hombres como las mujeres y sin importar el nivel socio-económico. En algunas culturas el tomar alcohol es tomado como el pase a la edad adulta. La prevención en

niños (as), adolescentes y jóvenes debe ser un objetivo prioritario de prevención, para la familia, gobierno y escuela (Ramírez, 2004: 5).

Kensel Y Walton, (1989: 4) señalan dos factores fundamentales para determinar qué es un Alcohólico:

Es la Dependencia del alcohol, son los bebedores habituados que no necesitan grandes dosis de alcohol para sentirse bien y alegres.

La Experiencia, de los bebedores es perturbadora, porque a ellos mismos les duele, les provoca sentimientos de culpa, vergüenza, promesas no cumplidas, e irresponsabilidad. Se sienten mal, pero buscan el alcohol, para llenar los vacíos.

Los Daños del Alcohol tienen una de las consecuencias más graves que es la desnutrición, se afecta el hígado hasta llegar a la cirrosis que causa la muerte; el sistema nervioso es afectado por la desnutrición y se empieza a manifestar con temblor de manos y piernas, inseguridad al caminar, desórdenes en el sueño, ansiedad, depresión, disminución de reflejos y falta de concentración.

Los síntomas de la abstinencia, debidos a la reducción repentina de la cantidad de alcohol, son: “delirium tremens”, que es el estado más avanzado de la enfermedad y se vive acompañada de gran agitación y desorientación, junto a la clásica alucinación, en donde el enfermo ve animales pequeños y grandes monstruos. Otras de las manifestaciones como sudor, taquicardia, náuseas, diarreas, enrojecimiento de los ojos, calambres en las piernas, ansiedad, inquietud motora, dificultad para dormir, enfermedad del riñón, pérdida de la memoria y muerte.

El verdadero problema de salud, está en la dificultad de parte de los enfermos, para reconocer que son alcohólicos. Ellos creen que pueden controlar la bebida y decidir cuándo dejan de hacerlo, pero se engañan a sí mismos y a los demás, sus promesas las expresan con tanta sinceridad, con llanto, pidiendo perdón (Bertini, 2004:3).

No es fácil que la persona se quiera dar cuenta de que es un enfermo, que necesita ayuda, pero se escuda en la capacidad de hacerlo él mismo.

Los motivos que se dan en la adolescencia son: búsqueda de aceptación, necesidad de sentirse parte de un grupo, falta de seguridad personal y problemas en el hogar (Ochoa, 1996:45). Los adolescentes que experimentan la desintegración familiar,

la pérdida de valores, la falta de cariño, aceptación, escucha, la baja autoestima, stress, falta de orientación, activismo en que vive el joven, la falta de metas puede estarse gestando la evasión de la realidad por medio del alcohol.

"La Dra. Janet Wilson y la Dra. Claudia Donald (2003) dicen que: "Nacer y crecer en una familia alcohólica, afecta la vida adulta del ser humano, y se ve reflejado en sus conductas y estas son sus manifestaciones:

No Habla, no siente, no tiene confianza, vive aislado y no tiene amigos se va desarrollando un sentimiento de culpa, miedo y vergüenza.

El alcohol es una droga depresora, disminuye los reflejos y adormece la actividad de las neuronas del cerebro, donde se encuentra el control de las características humanas, como son la reflexión, normas éticas, reglas de relación social.

El alcohol combinado con drogas estimulantes, como las anfetaminas o la cafeína, produce síntomas de excitación con agresividad; este tipo de mezclas, convierte a las personas peligrosas, capaces de mostrarse pendencieros, violentos, violadores, secuestradores.

El abuso del alcohol se manifiesta en aquellas personas que se exceden. La dependencia física se da cuando el organismo se ha adaptado a la presencia de alcohol y necesita consumirlo para conseguir una vivencia deseada o reducir una sensación de malestar.

Cuando los temblores se agravan, pueden aparecer dificultad en las tareas cotidianas, como: afeitarse, vestirse, comer.

Todas estas agresiones al organismo, suponen una reducción de 10 a 15 años de la esperanza de vida saludable, plena, realizada y sana.

Las causas de la ingestión excesiva de alcohol son cuatro: el medio sociambiental que rodea al individuo, la constitución hereditaria, los rasgos de personalidad, que son moldeados en la niñez, y las conductas aprendidas tanto en el hogar como en la sociedad.

Los alcohólicos con antecedentes familiares de esta enfermedad, presentan un inicio más precoz, una mayor gravedad, un acompañamiento más frecuente de otros trastornos y una mayor resistencia a cualquier tratamiento. (Echeburía, 1996:42).

La participación de los anexados al hablar de su experiencia de vida, decían de cómo sus padres, abuelos, tíos han muerto de alcoholismo y a pesar de eso ellos también buscan consumir y repetir las conductas aprendidas.

El abuso en el consumo de alcohol, está relacionado con accidentes, suicidios y cirrosis hepática, que además constituyen las principales causas de muerte de la población de de 15 a 64 años. La tensión, la inquietud, el ocio y el nerviosismo, podrían descontrolar al sujeto y conducirlo de nuevo a la bebida (Periódico El mañanero, 2003:1). Aunque se dan cuenta de las consecuencias en su salud, siguen consumiendo alcohol, porque les gusta y además los lleva a vivir la experiencia.

Los A.A. editan una revista bimensual que es publicada en México, para los miembros y amigos, en ella escriben sus experiencias, personas adictas rehabilitadas.

En el proceso de recuperación uno de los elementos que más trabajo le cuesta es recobrar la confianza de los demás, especialmente de sus seres queridos.

El alcoholismo, ocupa el tercer lugar de mortandad, a nivel mundial (Silva, 2003:7). Al leerles el libro que habla del lugar que ocupa el alcoholismo en el mundo a pesar de eso ellos quieren experimentarlo y algunos no piensa dejar de consumir.

El alcoholismo es una enfermedad progresiva, tiene un inicio, un desarrollo y un fin.

Durante este tiempo, presenta etapas muy claras:

1ª Prealcohólica: Se le considera como el primer contacto con el alcohol. Puede llegar a la locura.

2ª Prodrómica: Médicamente empieza a presentar síntomas y signos y esto los lleva a que haya un diagnóstico. Las relaciones se dificultan y desarrolla una dependencia al alcohol y a las personas que más están cerca de él. Tiene una dependencia enfermiza, no se ama a sí mismo y no es capaz de amar a los demás.

3ª Crítica: Es la más difícil y larga, alcanza hasta 25 años. Se va del pueblo o grupo de referencia para dejar de beber, huye, cambia, jura. Empieza la negación más fuerte. Hay fuertes confrontaciones entre la madre y los hijos, se hacen bandos y finalmente los hijos se convierten en equilibrio del hogar. Desarrollan una enfermedad que se llama Celotipia y ante este problema la mujer no pone límites.

4ª Crónica: Ya no importa nada, solamente beber y pierde familia, trabajo, amistades, bienes...todo. Los médicos diagnostican: locura o muerte, se queda solo, tiene diabetes o hipertensión. Es decir, tiene una enfermedad espiritual, tiene orfandad de Dios.

Para ellos existe una pequeña posibilidad de recuperarlos y de vivir en A.A. (Valadés, 2004), Conferencia, Casetes, Unión de San Antonio, Jal.).

Los A.A. tienen un enfoque básico, el plan de las 24 horas que buscar y ayudar y ayudarse para permanecer sin beber. Junto a lo anterior se subraya la importancia de los tres axiomas que son: “Vive y Deja Vivir”, “Poco a poco se va lejos” y “Lo Primero es lo primero” (Wilson, (1939, 1952 y 1989:33).

El alcoholismo fue uno de los grandes temas vistos, puesto que el taller de Autoestima, fue dado en el Centro de Rehabilitación “Amigo del Alma” de N.A. (Narcóticos Anónimos).

Pero no fue fácil dado que las fases en que se encuentra el interno pueden ser: Cuando llegan están renuentes a todo tipo de ayuda, dolidos, rebeldes, desesperados, luego se produce un shock al sentirse y verse encerrados, privados de su libertad, extrañando la calle, su familia y su casa, aunque aparentan que no les importa. Poco después se van tranquilizando, se dan cuenta y toman conciencia de su adicción, la realidad se desdibuja y viven un mecanismo de defensa: “La Apatía” (Revista De Alcohólicos, 2003:17).

Tienen sueños de compensaciones de las necesidades básicas que van conociendo, extrañan la bebida o la droga y finalmente al acercarse el tiempo de salida, experimentan miedo de enfrentarse a la realidad, sienten que no tienen fuerzas suficientes, seguridad, confianza en ellos mismos, tienen miedo de volver otra vez a lo mismo y ya no quieren salir, quieren seguir es esta realidad que les da seguridad y confianza.

Para que pueda darse una recuperación sincera, es necesario que tanto los familiares como amigos les den cariño, ayuda, apoyo, disculpa. El alcohol no solo afecta a quien bebe, sino a todos los miembros de la familia; pues pierden la confianza, les tienen miedo y vergüenza.

Los programas de Alanón y Alateen: ayudan a los familiares del alcohólico, en donde ofrecen opciones de crecer, amar, de comprender, a ser tolerantes, ser pacientes con los enfermos, y les enseñan a vivir con ellos, sin dejarse afectar tanto (Wilson, 1977:17).

Este programa es de grande ayuda a sus familiares, puesto que los enseñan a vivir con un alcohólico y es necesario que el aprendizajes los utilicen.

Saber del alcoholismo, me dio los elementos para entender, saber cómo se viven y me ayudó a desarrollar y fundamentar mi taller.

## 2.6 DROGADICCIÓN

Otro tema que se abordó en el taller es la Drogadicción, porque como decía anteriormente, en el Centro, además de alcohólicos, hay personas que consumen droga.

La Organización Mundial de la Salud, dice que una droga es una sustancia que introducida en el cuerpo humano que es capaz de alterar el sistema nervioso central, y que puede causar dependencia física o mental. En León, Gto., el problema a llegado a grado que le corresponde el no grato lugar de ser el tercer lugar en el país en consumo de drogas, especialmente la marihuana (Periódico, Las Nubes 3: 3).

La Organización Mundial de la Salud (OMS), nos dice que a la droga se le llamará farmacodependencia.

El uso y abuso de las drogas, tiene una historia tan antigua como el hombre mismo, dado que los incas, mayas, egipcios y griegos, etc., las han utilizado y las siguen utilizando con fines religiosos, místicos, para predecir el futuro, entre otros motivos.

Muchos jóvenes utilizan drogas como el alcohol, nicotina, marihuana, LSD, anfetaminas, barbitúricos, heroína y cocaína, y gran parte de ellas comienzan a consumirlas en la escuela elemental. Los efectos de las drogas son peligrosos en cualquiera edad porque destruyen las facultades mentales y en ocasiones se provoca la muerte por sobredosis (Papalia y Wendkos Olds, 1977:719).

El consumo de las drogas no tiene distinción pues se ha extendido a casi todos los niveles educativos, sociales, religioso y género. Los daños físicos y mentales que padecen los drogadictos son irreversibles.

La marihuana se ha empleado en el mundo durante siglos y en la actualidad los niños y adolescentes empiezan a fumarla por la misma razón que toman alcohol: curiosidad, porque quieren hacer lo que hacen sus amigos o quieren sentirse adultos. Otro atractivo de la marihuana fue su valor como símbolo de rebelión en la década de los 60`s y 70`s en contra de los valores de los padres. Además de que evaden la realidad y eso los hace sentir muy bien, sin tomar en cuenta las consecuencias y lo que les puede provocar (Papalia, y Wendkos Olds, 1977:983).

Las reacciones que produce el consumo de las drogas, modifican y alteran el comportamiento psicológico, físico y social de una persona, además pueden ocasionar dependencia física y emocional.

La Drogadicción es uno de los grandes males del mundo actual porque su consumo son causa de muertes, extorsiones, violaciones, robos, tragedias familiares, degeneración, vandalismo, pandillerismo, suicidio, cárteles y mayor inseguridad.

Existen Factores que predisponen a las personas a la drogadicción como

Factores Biológicos propensión hereditaria.

Factores Individuales por la debilidad del carácter personal y su apertura a ser influido.

Factores Familiares como la pérdida de valores y la cohesión que tenga la familia.

Factores Sociales como la pobreza extrema, la influencia de las revistas, periódicos, canciones, películas y medios de comunicación social sin ética.

Las drogas más utilizadas en México son la marihuana, solventes inhalables, como el cemento y el crack, y que son de muy fácil acceso, por ser las más económicas, pero también las más mortales (SEP, INEA, 2000: 25). Como estos consumidores viven en pobreza económica, buscan consumir las drogas más baratas y que les hacen más daño y deterioran de manera más rápido su organismo.

La soledad provoca en los jóvenes un vacío, sentirse incompletos, que no se es importante para nadie, que no es capaz de hacer algo útil, que la vida no tiene sentido

y entonces para no sentirla, quieren acallarla, haciendo cosas destructivas, como el alcoholismo, las drogas que provocan relaciones sexuales prematuras, angustia, violencia, y ocio.

Los síntomas depresivos son más fuertes en la adolescencia y la juventud. (Valdés Castellanos, 2004:32).

Cuando los adolescentes y los jóvenes se dan cuenta de su tristeza e inconformidad con su realidad, buscan evadirla por medio de la droga.

Las drogas posibles de consumo son: marihuana, cocaína, crack, heroína, éxtasis, activadores, tranquilizantes, sedantes, solventes, anfetaminas, hipnóticos, opio, morfina, cocaína, colirio, L.S.D. y keyey, esta última, es utilizada por Estados Unidos para mantener a los soldados eficientes en la guerra y se los dan en los alimentos. Existen muchas más drogas, pero estos son los más usados.

Cuando los padres sólo prohíben consumir drogas sin interés y comprensión, lo único que se logra con esa actitud es que algunas veces los hijos se droguen lejos de su vista y vivan el acto como una revancha y un triunfo.

Algunos indicios o señales de alerta que pueden indicar a los padres si sus hijos se drogan, son:

Cambios radicales de humor, agresividad, ataques de risa, euforia, etc.

Cambio repentino de amistades y no quiere que se le pregunte.

Falta seguido a clases y llega tarde al trabajo.

Gastan grandes cantidades de dinero, que no puede justificar.

Posesión de artículos relacionados con drogas, como llaves y cucharas quemadas, alguna jeringa, papel para envolver cigarros, navajas de afeitar, espejos sucios, focos.

Descuido en el aseo personal y su forma de vestir se hace más cercana a las pandillas.

Dificultad en concentrarse y falta de retención en la memoria.

Ojos irritados y pupilas dilatadas.

Los que consumen drogas, tienen características de personalidad como una enfermiza ligazón con los padres,

Dependencia externa, egocentrismo o insaciable demanda de afecto,

Sufren angustia, estados depresivos a causa de su incapacidad de adaptación.

Tienen una intolerancia a la soledad,

Tienen muchos momentos de rebeldía, baja autoestima, falta de identificación e incapacidad de tolerar límites.

Gran ansiedad y necesidad de gratificación inmediata.

No quiere enfrentar los conflictos, las frustraciones, el dolor.

Les faltan proyectos con iniciativa y creatividad, son flojos y mucha soledad.

La decepción crónica, incompatibilidad entre imagen real e ideal anhelada.

La negación del sentimiento de “autograndiosidad” y un progresivo desinterés sexual. (Pack, 2002:18).

# CAPÍTULO III. ANÁLISIS DE LA INTERVENCIÓN

En este capítulo realizo un análisis del proceso de la intervención, desde el proceso personal que viví al enfrentarme con un grupo de personas que no conocía y además con una problemática de la que no tenía conocimiento ni experiencia. Además hago constar, en el proceso, los cambios que pude observar.

Hubo dos preguntas que guiaron mi análisis: ¿Cómo fue el proceso que viví y los aprendizajes que logré durante la realización de la intervención con esta comunidad? ¿Cómo fue el proceso que vivieron algunos de los asistentes al taller, sesión a sesión y algunos de los cambios logrados por ellos?

Para dar respuesta a las preguntas revisé las evidencias escritas en la bitácora personal de los participantes, en los dibujos y escritos realizados por ellos y en las audiograbaciones de algunas de las sesiones.

## 3.1 PROCESO PERSONAL Y APRENDIZAJES DE LA INTERVENCIÓN

En relación al proceso personal y aprendizajes que logré durante la intervención puedo afirmar que después del taller me siento satisfecha porque los participantes aprendieron a reconocerse y sentirse valiosos, y esto lo manifestaban en sus caras, su piel, sus ojos, sus movimientos, su aseo personal y además por el conocimiento que tengo de algunos de ellos, al seguir teniendo contacto directo o indirecto con sus familiares o con ellos mismos.

Durante el taller, al ver que los resultados de la primera, segunda y tercera sesión, que no iban de acuerdo a los objetivos planteados, me di a la tarea de replantearlos y los desmenucé, es decir, los hice más pequeños cada uno y entonces me dí cuenta de que se iban dando, pero en un proceso más lento en comparación con la propuesta inicial.

Cuando dejé de preocuparme en lograr los objetivos formulados desde el escritorio me comencé a dar cuenta que al tomar  a las personas de carne y hueso los

resultados comenzaban a darse. Con ello mi angustia original se fue transformando en confianza y tranquilidad.

Yo estaba muy angustiada al inicio, casi ni ponía atención en lo que hacía, me sentía fracasada, que no sabía intervenir, ni ayudar. Mi autoestima se estaba afectando. Pero después me fui sintiendo segura en mí misma, confiaba en mis habilidades y estaba más tranquila.

Pienso que los resultados se fueron dando poco a poco. Había cometido el error de planear las sesiones para un tipo diferente de persona. Porque tenía la necesidad de repetir y hacerme entender por ellos. En el fondo me animaba al ver la sencillez de los participantes, su gran cariño y su ilusión cuando iba. Me ayudaron mucho los objetivos replanteados. El taller finalmente lo di en 10 sesiones.

También otro impedimento grande fue su falta de escolaridad, porque varios no sabían leer, ni escribir, por lo tanto, los cuestionarios que llevaba no los hacían; sólo cuando se los dirigía. Esta limitación dió como resultado que invité a una psicóloga para que fuera dos veces por semana a darles clases de español y matemáticas.

Al darme cuenta de esa limitante, les pedí que hicieran dibujos, al principio me los hacían feos, porque así se veían, después esos dibujos fueron teniendo más detalles, eso me ayudó a conocerlos y me di a la tarea de buscar un libro, el de Nicole Bedard, que me fue diciendo cómo interpretar y el significado de cada elemento y encontré en ellos cosas muy útiles e importantes (Bedard, 1998:20).

Me di cuenta que pude desarrollar en ellos algunas herramientas de autoayuda, como fue el saber escuchar, reconocerse como personas valiosas y con poder, respetarse y respetar a los otros con sus diferencias, acogerse entre ellos y descubrir que ellos pueden ser ese padre o adulto que les faltó que los cuidara.

Fueron muchas evidencias con las cuales pude comprobar que les ha sido posible darse cuenta de la falta de autoestima en sus vidas y motivo por el cual han vivido con alguna adicción.

Al principio me dió trabajo que se abrieran, los veía recelosos y con pena, no se atrevían a hablar, pues según sus experiencias vividas creían que se les juzgaría, se burlarían o se les criticaría. No fue así. Aunque no dejaron algunos de enojarse, pues

decían que los otros decían mentiras y al hacer eso les resultaba amenazante, que les hablaba de su vivencia.

Cuando iba siendo testigo de los cambios de los anexados, se veía en su arreglo personal, limpieza, interés en aprender, descubrirse, saber realmente quiénes eran. Con sus participaciones, preguntas e ilusiones testimoniaban los deseos de ser otras personas, les daba gusto verme y sobre todo reconocieron su enfermedad.

Se expresaban con más confianza, compartían sus problemas, se fue dando una escucha respetuosa, atenta y llena de tolerancia y cariño. Esperaban hablar hasta que terminara el otro, seguían muy atentos sus movimientos, la postura de su cuerpo, es decir en una palabra su lenguaje no verbal.

Puede parecer que estos cambios son obvios, pero para una persona con baja autoestima es de maravillarse que se den estos pequeños cambios que empiezan por lo físico, después son cambios de conducta y la manera de percibirse. Personalmente lo entiendo a partir del conocimiento que de ellos adquirí, en el transcurso del desarrollo del taller de Autoestima.

Pude percibir que están muy dolidos y lastimados por sus padres, mayores y la sociedad, con mucho sentido de culpa, de mentirse, de sentirse incapaces de cambiar, con mucho resentimiento y enojo.

Los integrantes del grupo expresaban sus opiniones con toda libertad, sin miedo a que se les criticara o juzgara, esto se fue dando al avanzar el taller. Se dieron lazos profundos de amistad, de confianza. Hago notar que entre ellos existe el compañerismo, se dieron nuevas amistades.

Fueron muchas evidencias con las cuales pude comprobar que fue posible darse cuenta de la falta de Autoestima en sus vidas. Sus bitácoras, hablan de ellos, las maneras de cómo se van sintiendo, lo que encuentran que pueden cambiar, sus deseos, sueños y todo aquello que les ayude a crecer.

Creo que un análisis de la práctica se hace a partir de las vivencias, los materiales que usas y los resultados. Los materiales se usan de acuerdo al lugar donde realizas la práctica, en este caso pienso que tomé en cuenta el lugar, la situación y los materiales los adecuados y creo que los resultados fueron los esperados.

Uno de los participantes testimonia que: “Por no dejar de alcoholizarme, perdí a mi familia, y eso me ha llevado a seguir destruyéndome, me gustaría recuperarla” (J .0 9/12/2003).

Otro participante además explica los motivos de pérdida de su familia: “Perdí a mi familia a causa de alcoholizarme, lo seguí haciendo, porque ella se fue con otro, me engañó, y al ver su poca lealtad me di al vicio” (L.12/12/2003).

En estos escritos pude apreciar: los sentimientos de enojo, rechazo, soledad, tristeza, culpa, pero también asumen la responsabilidad de las consecuencias de su adicción, y tienen deseos de superación de sus problemas.

La Pobreza, como causante de evasión, de sentir que no tienen ninguna oportunidad, los lleva a alcoholizarse o a drogarse.

Tuve la experiencia de convivir en el desarrollo de mi taller con personas que se sienten que no tienen otra opción en la vida, la mayoría de los anexados son pobres económicos y morales.

Es evidente que la Pobreza, como lo plantea Juan Pablo II, desorienta, frustra, quita oportunidades y lleva a las personas a autodestruirse.

En los escritos de los anexados expresaron la necesidad de sentirse queridos, reconocen que por su pobreza buscaron lo más fácil.

## 3.2 PROCESO Y CAMBIOS EN LOS PARTICIPANTES

Se parte de la pregunta: ¿Cuál fue el proceso que vivieron algunos de los asistentes al taller, sesión a sesión?

Para responder a esta pregunta expongo algunos ejemplos del proceso vivido por algunos de ellos, presento algunos ejemplos de personas que lograron recuperase, dejar el alcohol o la droga o ambas. También refiero algunos ejemplos de personas que no han logrado recuperarse de su adicción.

De las personas que han logrado superarse y que se han mantenido sobrios, expongo algunos ejemplos, ellos son: Rogelio, Amador, Juvenal, Alfonso Juan Carlos, Christian.

ROGELIO: Logró dejar el alcohol. Es un muchacho que está casado, tiene dos hijas. Su esposa y sus hijas viven en Estados Unidos y vino a San Julián a descansar y ver a sus padres, hermanos y demás familiares.

Estando aquí en San Julián, duró tomando 22 días y al verlo sus padres tomaron la decisión de llevarlo al Centro de Rehabilitación “Amigo del Alma”, con la finalidad de que le ayudaran a recuperarse.

Rogelio, en el inicio, se llenó de enojo, porque no fue su decisión, fue obligado a internarse, y por lo mismo no participaba, permanecía apartado, mostraba algunas conductas agresivas con sus compañeros, no eran golpes pero si quería mostrar su enojo con el silencio y a veces usando palabras ofensivas.

A medida que fue pasando el tiempo, fue tomando conciencia de su enfermedad y de lo oportuno que fue el aprovechar su estancia ahí para rehabilitarse y comenzó a ser más participativo, comenzó a interactuar con sus compañeros, se mostró mas amable, cordial y simpático, y se dió la oportunidad de compartir su vida. Esto lo fue ayudándolo al irse sintiendo no juzgado, no rechazado, sino más bien escuchado, entendido y aceptado. Expresó en una de las sesiones la tristeza que sentía al pensar en su familia y los deseos de salir adelante al reconocer lo que le iba siendo útil del taller. “Me siento triste por no estar con mi familia, vine a San Julián de los Estados Unidos y mire dónde estoy, pero siento que me va a servir” (R 19/12/2003).

Fuimos viendo que sus propósitos eran positivos y que tenía deseos de cambiar de volver con su familia y recuperar el trabajo. Porque Rogelio expresa lo siguiente:

> “Pídale a Dios que me mantenga sobrio, que me de fuerzas y claro, voy a buscar ayuda y seguir cerca de ese Ser Superior. Cuando salga, me voy a llevar los fólderes que nos trajo, para estudiarlos junto con mi esposa, a mí me sirvieron mucho sobre todo a conocerme y valorarme” (R. 23/12/2003).

Me compartió que por cada jardín que arreglaba le pagaban 36.00 dólares y su propósito era hacer su trabajo con mayor calidad y responsabilidad, de tal manera que aumentaran la cantidad de arreglo de jardines, que si anteriormente hacía 3, ahora se proponía aumentar a 5 y así sucesivamente. “Madre, gracias por enseñarnos tantas cosas de la vida de Dios, que me hizo a su imagen y darme cuenta que el valor está dentro de mí y también por preocuparse por los alcohólicos” (R.02/12/2003).

Rogelio, volvió a Estados Unidos, recuperó su familia, actualmente es un buen esposo y padre, también recuperó su trabajo. A él no lo vi solamente durante su estancia en el Centro de Rehabilitación. Ahora su mamá me informa de cómo fue muy positiva la experiencia para Rogelio de 3 meses. “Ya no quiero estar encerrado, para reunirme con mi esposa e hijas, no quiero perderlas y le voy echar ganas en estar bien”. (R .09/12/2003).

Actualmente asiste a un grupo de autoayuda en los Angeles, California, sesionan los sábados de 9:00 a 11:00 de la noche y tiene dos años de mantenerse sobrio. Pienso que el apoyo, ayuda y cariño de su familia le han ayudado.

AMADOR: Muchacho de 24 años de San Juan de los Lagos, Jalisco.

Se propuso dejar las drogas y actualmente lo está cumpliendo. Aunque no deja de reconocer que se ha sentido con ganas de seguir consumiendo droga. “Voy a hacer mejor y he aprendido a valorarme y a descubrir todo lo que tengo enterrado y que no conozco. Por sus consejos se que soy igual que los demás, quiero seguir caminando hacia delante”. (A.12//12/2003).

Recuperó su trabajo en una herrería, su patrón lo esperó, porque Amador es un muchacho trabajador y responsable. “No quiero perder mi trabajo, porque con lo que gano, puedo darles casa y educación, tanto a mi esposa, como a mis hijas, que pienso vamos a tener y además tener la atención médica, pero puesto que soy pobre y solamente iré al IMSS”. (A .09/12/2003).

Volvió con su novia, que a consecuencia de la droga la había perdido. Dice que ella le dijo que solamente volvería con él cuando ya pudiera controlarse y darle muestras de que estaba bien. Compró un lote en abonos, porque tiene el proyecto de casarse, está ilusionado y ahorra lo más que puede, para lograr construir su casita. “No tengo novia por mi vicio, y he ofendido a mis padres”. (A. 25/11/2003).

Desde que llegó fue muy participativo y en todas las actividades participaba con la ilusión de volver con su novia, además tuvo el apoyo y el cariño de sus papás, hermanos y tíos.

El primer día de su llegada se prometió que no iba a volver a probar la droga y pienso que lo ha cumplido, a pesar de la insistencia de algunos compañeros con los

cuales consumía drogas. Al volver a su trabajo solamente conservó los amigos que le ayudan a crecer, que lo aconsejan y que lo cuidan.

A su mamá le da gusto verlo recuperado, responsable, trabajador, lo anima y le da confianza, la cual había perdido al vender parte de su casa, como muebles, ropa, sus lentes y dientes de su mamá. Pero parece que ya quedó todo en el olvido, ahora su familia lo premia haciendo la comida que más le gusta, le compra ropa, lo lleva de vacaciones a las playas de Vallarta, Manzanillo y Acapulco y eso a Amador lo hace sentir bien y contento.

A Amador lo considero un muchacho dinámico, entusiasta, creativo, con mucha energía positiva, que la utilizó en su recuperación

Lo he seguido viendo, cuando viene al Centro, me busca, me platica, me comparte sus logros y luchas, para mantenerse sobrio y continúo dandole seguimiento.

Actualmente asiste a un grupo de autoayuda, que sesiona tres días a la semana, de 8:00 a 10:00 p.m. Ya cumplió un año sobrio, hasta la fecha tiene un año y siete meses que salió del Centro “Amigos del Alma”.

JUVENAL: muchacho de 22 años de Unión de San Antonio, Jal.

Dejó la droga a pesar de no contar con el apoyo de su familia. Sólo piden que no consuma, pero no le dan el cariño, cuidado y el ambiente que lo ayude, y a pesar de eso sigue sobrio.

> “Mi mamá quiere que ya salga, para que vaya a cuidarle la casa, no le importa mi recuperación. Mi papá quiere que ya salga para que me vaya al rancho, eso me dolió mucho, siento que no me quieren ni les interesa que me recupere, solamente el trabajo”. (J. 05/12/2003).

Este muchacho estuvo en el Centro un año y cinco meses, porque tenía miedo de volver a consumir droga. Salía del Centro a ordeñar las vacas de su papá y durante el día estaba en su casa, pero en la noche volvía. Creo que es por su inseguridad y falta de confianza en su poder que tiene como persona.

Ya cumplió un año fuera, actualmente está en el rancho de Jacona, trabajando, en la casa del dueño, donde le dieron hospedaje, va a la Unión los domingos y desde temprano llega al Centro se está ahí, comparte sus luchas, convive y descansa, siente el Centro como su casa.

No ha sentido el apoyo de su papá, su mamá ni de algunos de sus hermanos, excepto su hermana que sí se ha preocupado por su recuperación. “Vino mi papá, y quería que ya me saliera, porque no tenía quien le ayudara a ordeñar las vacas. Me sentí mal, porque sigue sin que le interese mi recuperación, únicamente el trabajo”. (J. 05/12/2003).

Su hermana Lupita lo apoya y por medio de ella vino al Centro, fue por su voluntad, así que su actitud fue positiva y participativa.

Su cuerpo era jorobado, hablaba de su timidez y poca seguridad que tenía en él, cuando salió ya su cuerpo no estaba con esas ataduras:

> “Madre, me ha ayudado mucho con sus consejos y le estoy muy agradecido, es por usted que siento que estoy avanzando en mi persona y voy a reencontrarme, se valorarme como ser humano y además se valorar las cosas buenas de la vida”. (J. 09/12/2003).

Juvenal, actualmente se conserva sobrio ya cumplió dos años cinco meses de estar sin consumir droga.

JUAN CARLOS: Muchacho de 25 años de San Juan de los Lagos. Casado, con una esposa y tres hijos, un hombre y dos mujeres.

Dejó el alcohol y las drogas, con la ayuda y el apoyo de su esposa y de sus padres, que le han dado buena acogida, le dan cariño y lo cuidan, están al pendiente y le tienen paciencia.

> “Muchas gracias madre, por abrirme los ojos, aunque le diré que tengo mucho miedo, no confío en mí. Usted me dice que tenga confianza en mí y que busque la seguridad y fuerza dentro de mí, pero no me he animado a hacerlo, porque tal vez encuentre cosas que no conozco y no me gusten, ayúdeme y siga confiando en mí”(J.C. 23/12/2003).

Recuperó su familia. También recupero su trabajo, que es electricista, es el mismo lugar donde trabajaba. Fue traído por su familia, puesto que estaba en su casa, su esposa ya lo había dejado. Le puso como condición de que fuera algún Centro de Rehabilitación para que lo ayudaran a recuperarse. “Me siento muy triste y dolido con la sociedad y luego aquí con mis compañeros que no me toman en cuenta, me ignoran, ya no aguanto, quiero irme mejor, para seguir tomando drogas y alcohol”.(J.C. 23/12/2003).

Al principio estaba resentido y por lo mismo no participaba, permanecía en un rincón ignorándome como triste, cabizbajo, pensativo. Comenzó a participar a partir de la tercera sesión y poco a poco fue tomando conciencia del daño causado en su persona y en su familia

Me reuní con él por algún tiempo, me buscaba, me platicaba, buscaba ayuda en mí, después ya dejó de venir, creo que por su trabajo.

Actualmente asiste a un grupo de autoayuda, dos veces por semana, de 9:00 a 11:00; jueves y sábados. Ya tiene dos años sobrio y busca tener una vida sana y plena, para él como su familia. Sigue trabajando y luchando.

ALFONSO: Persona de 48 años de San Juan de los Lagos, Jalisco. Casado y con hijos grandes casados y con hijos, y abuelo de 15 nietos. “Madre, muchas gracias, por ayudarme a crecer y darme cuenta de mi adicción, quiero cambiar aunque a los demás no les guste” (D. 09/12/2003).

Ya dejó de consumir alcohol. Porque su familia lo acogió, le dio cariño, atención y la recuperó, sus hijos lo toman en cuenta y se ganó la autoridad moral, que por su consumo de alcohol había perdido. “Me di cuenta que mi esposa e hijos me quieren y al salir quiero echarle ganas para salir adelante y tener una vida sana, tranquila que en realidad me ayude a crecer” (D12/12/2003).

Aunque fue traído por la policía porque su familia lo mandó a la cárcel, no estuvo resentido y desde el primer día su actitud fue de participación. Tenía interés en todo a pesar de su enfermedad de diabetes.

En momentos hablaba mal de su esposa e hijas, se quejaba que no lo obedecían que lo ignoraban y eso le dolía. “Por mi consumo de cervezas, cometí errores, contaminé a todos con mis actitudes, no aprendieron a tomarme en cuenta, por mi ausencia” (D 02/12/2003).

Como es diabético, cuando salió le cortaron un pie, se deprimió, pero lo superó, lo ayudó a aceptar esa mutilación su esposa y los muchachos del grupo de autoayuda al que asiste. Además puso una tienda de abarrotes, que él, su esposa y dos hijas atienden. “Muchas gracias madre, me ha ayudado mucho, poco a poco se me van cayendo las vendas de los ojos y ya no quiero echarle la culpa a nadie” (D 23/12/2003)

Cuando he ido a San Juan, lo visito, le da gusto verme, me platica de sus luchas y de la insistencia de algunas personas que vuela a tomar alcohol. Tiene sobrio un año y cuatro meses.

Cuando estuvo en el Centro, tenía buenos propósitos, sus deseos de cambiar de ser una persona sana y siento que lo ha cumplido. Actualmente sigue asistiendo a un grupo de autoayuda.

CHRISTIAN: Niño de Lagos de Moreno, Jalisco, de 14 años.

Logró dejar la droga, motivado por sus ganas de estar bien y demostrarse a él y a su mamá que podía hacerlo. “Mi mamá venía por mí, para que supliera en el trabajo a mi cuñado, que fue atropellado, y no quería que perdiera el empleo”. (C 0 9/12/2003).

También uno de sus logros significativos, fue que su mamá dejara de alcoholizarse.

> “Estoy triste y enojado porque mi mamá se alcoholiza y eso me llevó a consumir drogas, por no sentir su apoyo y ayuda. Nos hicimos una promesa, ella a no tomar y yo a no consumir drogas. Creo que nos ayudaremos mutuamente para no seguir destruyéndonos y sigamos como familia” (C 02/12/2003).

Al principio estaba muy resentido con su mamá, enojado por haber sido internado y además con el pendiente de que su mamá siguiera tomando.

> “Me siento mal de mi alma, por estar separado de mi familia, no me la puedo sacar de mi mente y yo se que ahora estoy lleno de tristeza y dolor, pero espero el domingo con gran ansiedad, quiero ver a mi mamá y pedirle perdón por lo que hice sufrir; pero también pienso que mientras yo estoy aquí recuperándome, ella está tomando”. (C.02/12/2003).

La mamá de Christian es madre soltera y él se siente responsable de ella.

Christian fue a Estados Unidos y siguió estudiando, pues solamente había cursado hasta cuarto de primaria y cursó de nuevo el cuarto año para continuar sus estudios. Hasta la fecha no consume droga, es un niño sano, y con el firme propósito de seguir así. Su mamá también dejó el alcohol.

Enseguida también escribo algunos ejemplos de muchachos que volvieron a alcoholizarse o consumir droga y, al parecer, su estancia en el Centro no fue suficiente, para que tomaran conciencia del daño que se hacían ellos a sí mismos y a su familia.

Probablemente las condiciones en las que viven no han sido las más favorables para ayudarlos.

Ellos son: José de Jesús, Rolando, Javier L., Juan, Javier A. y Uriel.

JOSÉ DE JESÚS. Muchacho de 24 años de Unión de San Antonio, Jalisco. Se le conoce como el “Negro”, acepta el apodo y él se llama así. “Nadie me quiere, ninguna muchacha, porque me ven mal y nadie quiere arriesgarse y tenerme paciencia. No ven que yo les pueda ofrecer algo” (N 09/12/2003).

Ese comentario lo hacía con frecuencia y con tristeza, pero siento que lo ven sin formalidad y además no quieren las muchachas arriesgarse, pues con facilidad se pierde por algunos días y cambia con frecuencia de trabajos. “Madre, me da ánimos y ganas de cambiar, también me siento con deseos de cuidarme y tomarme en cuenta”. (N. 02/12/2003).

Es drogadicto y recurrente por segunda vez en el Centro, al llevarlo la policía. Lucha por no hacerlo, pero vuelve a hacerlo. “Madre, muchas gracias por ayudarme a quitar de mi corazón ese odio y rencor que me hace daño, yo pienso que todo es por mí bien, nomás que a veces me siento como un pajarito enjaulado, triste y angustiado” (N. 25/11/2003).

Es un muchacho extrovertido y con facilidad comparte su experiencia, su enojo, aunque dice que su familia lo apoya, pero cuando consume droga, lo corren de su casa y anda por el campo o las calles.

Se queja de un dolor de cerebro y todo es consecuencia de drogarse, oler gasolina, cemento, cáscaras de plátanos y la marihuana. “Madre, muchas gracias por ayudarme a quitarme la venda de los ojos” (N 09/12/2003).

Es un muchacho que ha probado varios trabajos, ordeñador, cargador, albañil, pintor, pero como no ha mostrado suficiente responsabilidad lo despiden. Pareciera que se conforma con poco pago y no le da importancia a su progreso.

Yo lo he seguido viendo, me busca, platica y me pide consejos. Me dice de sus luchas, me pide la bendición, reconoce su adicción. Considero que es un muchacho noble, que necesita quién lo ayude. Su consumo de drogas es menos frecuente, pero

creo que su ambiente no le ayuda. “Me siento necesitado de tomar en cuenta a Dios, para que me ayude y de fuerzas para dejar las drogas, muchas gracias por ayudarme a darme cuenta” (N 02/12/2003).

Es un muchacho solo, aunque es simpático en su trato no tiene amigos, me imagino que solamente aquellos que lo inducen a drogarse, yo personalmente no los conozco para hacerme una opinión más clara, pues siempre anda solo.

Forma parte de una banda musical y tiene facilidad para cantar y componer canciones. Las canta y le dan oportunidad de hacerlo en la misma banda, como que es el himno de la banda la canción “El Negro y su Tejón”.

Me parece, que el “Negro” no ha logrado superar su adicción debido a que se siente solo, lo han corrido de su casa y ha sido rechazado por su familia y se ha dedicado a pedir limosna.

ROLANDO: Muchacho de 25 años, soltero, de un rancho cerca de Unión de San Antonio.

Es alcohólico y ha recaído. Aunque tiene el apoyo de sus padres, pues así lo platica él, yo no conozco a su familia. Las dos veces que lo trajeron al Centro fue la policía y su familia no lo visitó. Él dice que lo han llevado al Centro sus padres las dos veces.

Sus padres tienen rancho propio y cuando quiere y puede ordeña y cuida las vacas. Pienso que no hay compromiso ninguno, pues lo hace a su antojo, pero por otro lado roba para seguir alcoholizándose. “Usted Madre, me da ánimos y ganas de cambiar, también me siento con deseos de cuidarme y tomarme en cuenta”. (R. 02/12/2003).

Cuando salió regresó con sus padres, porque se siente necesitado de protección, de cariño, de ayuda, quiere seguir dependiendo de ellos. Anda con buena ropa y en cantidad mayor que cualquier otro anexado, por tal motivo los demás anexados lo ven superior.

En su estancia en el Centro participó en el taller, con cierta pereza e indiferencia. Como si todo lo supiera y no necesitara saber nada.

Se siente superior a los demás internos, me imagino, que como todo tiene, pero a pesar de eso no tiene facilidad de hacer amistades, solamente de un interno. Pienso que con él si comparte. “Madre, me siento solo, porque no tengo familia, por irresponsable, flojo y me gusta el alcohol” (R.,12/12/2003).

Aunque se daba cuenta de su enfermedad, decía que así quería morir, que iba a seguir consumiendo. Lo he visto en dos ocasiones, pero alcoholizado. En el taller expresó cómo vive el rechazo de sus padres y la dificultad para construir una relación de pareja.“Mis padres me rechazan, no me quiere ninguna muchacha, la novia que tuve la perdí a consecuencia del alcohol y no ha podido salir adelante” (R. 25/11/2003).

JAVIER L.: Muchacho de 38 años, soltero del Rancho de los Horcones, que pertenece al municipio de Unión de San Antonio, Jalisco.

Es alcohólico y van cinco veces que lo lleva la policía al Centro de Rehabilitación habiéndolo recogido de estar tirado en la calle. Es flaco, porque no come, es sucio y está su rostro de color amarillo por lo mismo.

Vive solo, porque su mamá cuando tenía siete años lo golpeó y lo dejo chuequito de un pie, le dicen “El Seca”. El se presenta con ese apodo, las personas le dicen también “El Maritas”, porque a los que son sus parientes así les dicen.

> Me siento enfermo y dolido, porque mi madre y hermanos no me quieren, pero el otro día que vinieron me dijeron que sí me quieren, que les interesa que me ponga bien y eso me hace feliz y luego me dieron el cargo de “segundo” y eso me dice que soy responsable y trabajador (J. 23/12/2003).

Dos veces se escapó del Centro brincando las bardas. A pesar del impedimento de su pierna, pero cuando se trataba de participar en alguna dinámica ponía de pretexto su pierna.

Aunque se daba cuenta de su adicción, decía que no quería cambiar e iba a seguir consumiendo alcohol, no le importaba morirse. Está convencido que así quiere vivir, pues dice que para eso trabaja, para darse gusto en saborear el alcohol. “Quiero salir de aquí, para seguir consumiendo alcohol, no me importa morirme, a nadie le hago falta, ni le importo, no tengo a nadie de familia y los que tengo se avergüenzan de verme así” (J. 25/12/2003).

Durante su estancia en el Centro participaba y algunas veces contradecía, no quería convencerse. Retaba y se sentía que no necesitaba oír nada, porque está convencido que quiere vivir y morir alcoholizado. Algunas veces he hablado con él, diciéndole todo el daño que le hace a su cuerpo, consumir tanto alcohol o tequila corriente, pero me dice que le gusta.

Por su agresividad, tenía problemas con los demás internos. De las veces que estuvo en el Centro, ocupó cargos, de "segundo" y lo hacía ser exigente con los otros. Los castigaba, los golpeaba y no les permitía participar en el taller, permanecían dentro del cuarto. Dos veces ha intentado quitarse la vida. En el taller expresó sus deseos de salir adelante: "Se que puedo demostrarme y salir del atolladero, con la ayuda de Dios y de sus consejos" (J.12/3/2003). Sin embargo sigue consumiendo.

JUAN: Hombre casado de 58 años, de la Comunidad del Caliche, perteneciente al municipio de Unión de San Antonio, Jal.

Él es alcohólico y fácilmente se deja influenciar por los amigos, de tal manera que se olvida de su salud, de su familia y de que ya es un hombre mayor.

Tiene su esposa y nueve hijos, la mayoría ya casados, le quedan en casa dos hijas. La esposa ya está cansada de sus promesas, pues con facilidad las quebranta, ha jurado, pero no puede cumplir los plazos, según lo platica. "Madre, gracias porque aprendí cosas de mi persona y me pude dar cuenta que puedo cambiar y tomar en cuenta el daño que hice a mis padres, esposa e hijos". (J.23/12/2003).

Ya dos veces ha sido llevado al Centro por la fuerza y esposado. Debido a que lo recogen de la calle o debajo de un puente.

En el taller expresó sus deseos de cambiar, mostró agradecimiento por algunas cosas que aprendió y su necesidad de conocerse. "Gracias, me ha ayudado mucho, me ha abierto los ojos y descubrirme que tengo dentro de mí valores que no conozco y quiero saber quién soy en realidad" (J25112003)

Debido al consumo excesivo de alcohol, tiene vitíligo, enfermedad de manchas blancas en su cuerpo, principalmente en cara, manos, cuello y cabeza.

Solamente me busca cuando anda alcoholizado. Lo he visto dos veces, se viene en bicicleta del rancho, que está de Unión de San Antonio, como seis kilómetros.

Las dos veces que fue al Centro participó en el taller y lo hacía con mucho entusiasmo, que me daba gusto verlo y tenía la esperanza de que ya dejara el alcohol, pero creo que la herencia es más fuerte.

JAVIER A.: casado, de 32 años, de San Juan de los Lagos.

Consume Alcohol y drogas. Pero a pesar de sus ganas de ser otra persona, no puede hacerlo, porque pienso que el ambiente que vive no le ayuda, pues está sólo. En el taller expresó, después de una dinámica que realicé en el grupo lo siguiente: “Madre, me siento feliz y muy contento conmigo mismo, por conocerme algo y saber que si puedo vivir de otra manera, es decir sin alcohol y así ser feliz y contento” (J 23/12/2003).

Javier fue llevado dos veces al Centro por la policía. Su esposa y sus hijas lo dejaron, y cuando salió no las recuperó, aunque tenía la esperanza de lograrlo. Les promete que cambiará, pero no le creen, porque ya son varias veces que lo hace.

Se sentía contento de estar viviendo esa experiencia de compartir su vida con el grupo, sin embargo no me pareció, que fuera suficiente el tiempo de su anexo. Es consciente del daño que se hace a sí mismo y a su familia. ”Madre, gracias porque aprendí cosas de mi persona y me pude dar cuenta que puedo cambiar y tomar en cuenta el daño que hice a mis padres, esposa e hijos” (E 23/12/2003).

En una ocasión estando drogado y alcoholizado golpeó a un sobrino y como consecuencia lo dejó inválido –ahora de 11 años-, por lo cual perdió contacto con su hermana y fue demando y encarcelado.

Javier ha estado en dos ocasiones en la cárcel. Una por haber golpeado a la esposa y la otra por golpear a su sobrino. Esto lo supe porque el mismo me lo compartió.

Cuando estuvo en el Centro, participó, con entusiasmo y alegría. Como se puede evidenciar, expresó continuamente que tenía deseos de cambiar, de ser mejor persona, pero siento que no ha podido, pues lo siguen buscando los amigos, que le hacen daño y se deja influenciar por ellos.

Estuvo asistiendo a un grupo de autoayuda, pero como es inconstante lo deja y vuelve a consumir alcohol y droga

Para tener alimentadas las adicciones ha robado, engañado a las personas, pidiendo limosna para un hijo enfermo y está arrepentido.

URIEL: Padre soltero de 22 años de San Juan de los Lagos, Jal.

Es alcohólico y drogadicto. Según plática de él ha estado en 40 Centros de Rehabilitación y se siente orgulloso por eso. Yo le dije que ya se le hizo callo y no quiere darse cuenta de su necesidad de dejar sus vicios. “Perdí a mi novia, por seguir drogándome, quiero que ahora que salga ir a buscarla y ofrecerle que cambiaré, que ella se de cuenta de que hablo con la verdad” (U.05/12/2003).

Ha estado en varios Centros de Rehabilitación, en el Centro de “Amigo del Alma” dos veces lo llevaron los Padrinos de San Juan. Porque sus padres, novia y amigos pedían que se lo llevaran por estar físicamente mal y no reconocer la necesidad de ser ayudado.

Entre otras razones explica las causas por las que se droga y alcoholiza: “Yo me drogué, porque no me gustó mi realidad, tanto de mi casa, como mi falta de oportunidades y como mis padres no estaban al pendiente mío, porque se iban a trabajar los dos” (U. 05/12/2003).

Tiene tatuado todo el cuerpo. Sus amigos lo hacen y él se deja, otros tatuajes están hechos por personas que se dedican a eso, según me platicaba cada tatuaje tiene un significado.

La joven, con la que convivía, y su hijo lo dejaron porque ella volvió con sus padres al ver que no tenía futuro con Uriel y eso lo motivó que consumiera más droga, por decepción y sentirse una persona irresponsable, sin fuerza de voluntad.

Al inicio no participó en el taller porque se escapó del Centro. La segunda vez si participó, pero no quiso dejar la droga, sigue igual, consumiéndola y haciéndose daño.

Tenía conductas presuntuosas, mostraba signos de sentirse superior a los demás y los demás lo adulaban, lo admiraban, le daban lo mejor de la comida.

Aunque si tomó conciencia de su adicción, pero tenía la decisión de consumir droga en la primera oportunidad que pudiera. Fue encargado de los enfermos y era bueno con ellos, les tenía paciencia y cariño, los enfermos lo querían, le tenían confianza. En el taller expresó en una ocasión darse cuenta de la necesidad de ayuda

así como de recuperarse como persona tal como es: “Madre, es estos pocos días me siento alegre porque yo no me quería y me destruía con las drogas. Pero estoy aprendiendo a conocerme y cuidarme, respetarme y valorarme” (U.12/12/2003).

Actualmente, sigue consumiendo todo tipo de drogas. Por plática con él, me ha dicho que consumir drogas lo hace sentirse importante y grande y la adicción es como parte de su identidad y es muy difícil que pueda emprender un cambio para abandonar la droga.

Este capítulo fue muy significativo para mí, pues volví a vivir las experiencias que me regalaron y creo que fácilmente puedo recordar a cada muchacho que he tenido la oportunidad de conocer y ser testigo de su crecimiento, de sus enojos, resentimientos y ganas de ser unas mejores personas, con vida sana y plena.

Me duele, me da tristeza, porque algunos de ellos siguen con su adicción, eso me produce sentimientos de impotencia, frustración, vulnerabilidad, ya que quisiera haber podido cambiar su vida.

No está en mí su cambio, depende que ellos quieran y de otros factores como el apoyo de su familia, de las condiciones en las que viven, que muchas veces no son del todo las más adecuadas.

La adicción al alcohol y a las drogas, en algunos de ellos, son debido al vacío que experimentan ante sus necesidades de amor y de aceptación que no han sido satisfechas.

En cambio al ver y constatar que algunos de ellos han logrado recuperarse de la adicción y encauzar su vida, me siento satisfecha, llena de orgullo. Esto me motiva para continuar como facilitadora.

Y reconozco que ha sido decisión de ellos cambiar y mantenerse en su camino. He aprendido que es necesario que tenga paciencia y que a pesar de que ponga todas mis ganas de trasmitir mis palabras es necesario que sea humilde y me sienta necesitada de ayuda.

# CAPÍTULO IV. REFLEXIONES SOBRE LA VIVENCIA DE LA AUTOESTIMA

De las 25 personas que en promedio asistieron al taller, diez de ellas eran alcohólicas, cinco personas drogadictas y las otras 10 personas son alcohólicas y drogadictas. De entre ellos 18 lograron darse cuenta de su enfermedad y 15 dejaron el alcohol o las drogas. Esto lo he podido comprobar ya que las he seguido viendo, me buscan o cuando voy al grupo, van ellos y por mis conversaciones con ellos he podido darme cuenta de que son personas sanas. Ya volvieron al trabajo, ahorran, es decir, tienen ilusiones por vivir como personas. Otros más ya tienen novia o recuperaron su familia y eso me hace sentirme satisfecha. Siento que valió la pena dar el taller y seguir con ellos.

De las 18 personas que se recuperaron 14 de ellas son personas jóvenes, de un promedio de edad de 20 años, y las otras cuatro con un promedio de 40 años. De las personas que se escapan del Centro, lo hacen porque no aceptan su realidad, se evaden, les cuesta trabajo reconocer y aceptar que necesitan ayuda y que tienen urgencia de recuperarse. Cuatro de ellas volvieron a ser internados, traídos por la policía; dos de ellos ya murieron, ya estaba muy avanzada la cirrosis y la falta de circulación.

Las personas que llegan al Centro vienen en algunos casos en condiciones difíciles, aunque a nadie se niega el ingreso.

Los anexados son personas sencillas, con muchas ganas de conocerse y se sienten felices de que una persona les dedique tiempo, les de atención, son agradecidos y respetuosos. Al estar con ellos y conocer sus reacciones me sentí protegida, el miedo fue desapareciendo.

El alcoholismo, que como dice su revista Bimensual de A.A., es una enfermedad progresiva, que destruye todos los órganos y como consecuencia se provoca la muerte.

El conocimiento de dicha enfermedad por parte de la familia es vital, porque se puede prevenir o apoyar para que se pueda recuperar, porque si sigue el proceso del alcoholismo, se puede provocar la muerte o la locura.

El trabajo que realicé, en ocasiones fue muy interesante y esto me motivó para seguir ayudándolos, pero algunas veces fue muy difícil, deprimente, pues había momentos en que estaban muy inquietos, agresivos y distraídos. Fue eso fue un reto para mí. Pues el estudio de la Maestría de Desarrollo Humano, reavivó en mí esa vocación, además de darme herramientas de ayuda a los demás.

Al darles el primer tema que es autoconocimiento, me dolió escucharlos de cómo se ven, no se conocen ni se valoran, se destruyen al sentirse rechazados por su familia y la sociedad, que no le interesan, ni le importan a nadie.

Una cosa que me dió gran satisfacción fue cuando me dijeron se sienten felices de que vaya, que les dedique tiempo, que haga cosas distintas a lo que es una junta, que mis terapia no los lastima, no se sienten agredidos, ni sermoneados. Cuando termino, les da tristeza y me dicen que no los vaya a dejar, que siga yendo, que se les alegra el corazón. Me aplauden y me dicen porras y eso me motiva. Y hace que crezca mi autoestima.

Una dinámica que les gustó, es la de los nombres, pues eso les da la oportunidad de conocerse entre ellos y conocerlos yo por sus nombre y no por sus apodos, además que se desarrolla su capacidad de retención, en esto también participan los enfermos que tienen sus facultades mentales deterioradas.

También en cada sesión, les llevo material a cada uno, porque que cada vez que necesitaban el material anterior, no lo tenían, ya sea porque lo perdieron o porque cada vez son personas nuevas.

He podido percibir a través del desarrollo de mi Taller de Autoestima, cambios en la forma de verse, esto además de que me lo dicen ellos, lo puedo ver en sus caras, sus cuerpos, ya no están tan tensos y asustados, además de que se me acercan y platican con más confianza, me hacen preguntas con respecto a sus vivencias.

Sus bitácoras, me hablaban de sus dolores, de sus sentimientos de sentirse rechazados, de la pérdida de sus familias, de sus enfermedades provocadas por sus adicciones, de sus deseos de cambiar su vida.

Cada día, percibía su crecimiento que se iba dando al aceptar y reconocer su enfermedad, podían hablar de ella sin lastimarse. Esto lo digo porque era muy difícil aceptar su enfermedad.

Otro cambio importante son las personas que llegan afectados en sus facultades mentales por el alcohol o la droga y sobre todo que se han conservado sobrios.

Identifican con facilidad su carencia de autoestima en su vida. Dicen que nadie se ha preocupado en hacerlos vivir con autoestima, reconociendo sus cualidades y limitaciones, esto lo recibieron de sus padres, que debido a la ignorancia y la pobreza, solamente recibieron golpes, y empezaron a trabajar desde muy chicos.

Quiero compartir con ustedes, mi alegría y satisfacción de dar este taller de Autoestima en personas desvaloradas y rechazadas por la sociedad. Pienso que vale la pena, dedicarles un poco de nuestro tiempo.

Algunos de los rehabilitados, han recuperado a sus familias y los solteros tienen novia, porque se sienten capaces y dignos de dar amor. Se sienten diferentes y necesitados de ayuda, de cariño y de paciencia y por eso se sienten motivados a seguir luchando, quieren probarse y darse la oportunidad de que pueden lograrlo.

El cierre del taller fue muy enriquecedor y sentimental, compartieron sus experiencias de lo aprendido, lo que les ayudó a su persona. Esto lo pude constatar en el proceso del desarrollo de los temas del taller, ya no se les veía tensos y temerosos. En la reunión jugamos lotería y cada vez llevo un poco de comida para compartirla.

Los conocimientos que he adquirido de ellos son: la sencillez, la facilidad de acomodarse a las distintas situaciones, su capacidad de cambio, su reconocimiento y aceptación.

Para responder a mis preguntas con el Taller de Autoestima me di a la tarea de leer mucha literatura de ellos, libros que hablan de alcoholismo y drogadicción, de las consecuencias de la vivencia de la pobreza. Me ayudaron y dieron luces para organizar la programación del taller de Autoestima.

Los resultados dieron la respuesta a mis preguntas de forma sencilla, al ver sus cambios y sus ganas de ser otras personas.

## CONCLUSIONES

Considero que si fue efectivo, el taller de Autoestima por los cambios notables que se dieron en algunas de las personas del Centro de Rehabilitación de Narcóticos Anónimos “Amigo del Alma”. Cambió la vida del Centro de Rehabilitación, los fundadores cuidaron el ingreso de las personas y se esforzaron por dar a los internos más atención. También el Centro estuvo abierto, para solicitar servicios especializados.

Con el trabajo realizado en ellos se les despertó el interés de recuperarse y recuperar a su familia.

Se les dieron nociones para que utilicen sus capacidades como herramientas de autoayuda. También se avanzó en la aceptación de su realidad, para que trabajen para cambiar. Me ayudó a mí, porque crecí junto con ellos.

Considero que fue una experiencia enriquecedora. Me ayudó a tomar conciencia de mi vida, disfrutarla y dar lo mejor de mi persona.

Siento que fue un taller que rebasó mis preguntas y expectativas, porque se dieron cambios muy fuertes en ellos, los pude percibir en su actuar. Ayudó a que se diera un crecimiento de ellos y mío.

Al nivel de la disciplina del Desarrollo Humano, considero que se ayudó a los muchachos a tomar conciencia de su ser, a descubrirse, a estar atentos a las necesidades de su cuerpo y recuperar el valor y la fuerza de decisión, para que hagan de su vida lo mejor y la sepan compartir con los demás.

Los resultados obtenidos me llenaron de satisfacción, pude darme cuenta cómo influyen en sus decisiones, para revertir su autodestrucción, la ayuda de sus padres, el interés en la recuperación de su familiar y el cariño.

El taller de Desarrollo Humano es valioso en los grupos de alcohólicos y drogadictos, porque logran mayor conciencia de su valor personal, de sus propios recursos. El favorecer un espacio en el que compartan con otros una situación semejante es de mucha ayuda.

## PROPUESTAS

Al terminar de dar mi taller, tuve la oportunidad de convivir con ellos y me regalaron sus experiencias de vida, en sus dibujos, bitácoras, pláticas y a raíz de eso surgieron en mí algunas dudas, que sería conveniente tomar en cuenta, para mejorar la intervención.

Una de ellas es que en esos lugares se reciben personas que están mal de sus facultades mentales, y eso provoca que en varios momentos se distraigan o pierdan el interés. En mi opinión, el gobierno, debería tener un lugar de beneficencia y darles las atenciones que necesitan para su recuperación.

Considero que cualquier taller que se de en semejantes, se haga mínimo con dos personas, pues sentí la necesidad de que otra persona me ayudara en la lectura y respuesta de las bitácoras, grabaciones, además de la recolección de datos.

Considero que son lugares de crecimiento para todo tipo de persona que quiera dar un servicio, especialmente para los estudiantes de Psicología y Desarrollo Humano.

Considero que es esencial dar información de las consecuencias de estas enfermedades a los estudiantes, en las escuelas, y a la sociedad por medio de diapositivas, carteles, conferencias, gráficas y medios de comunicación masiva con contenidos muy claros.

Para esto propongo una escuela para padres cuando sus niños están en los primeros años de primaria e invitarlos personalmente. En la escuela se les daría la información y las herramientas de ayuda para el alcoholismo y la drogadicción. Cuando el alumno salga de secundaria se volvería a invitar a los padres de los jóvenes para que estén preparados ante los cambios físicos, psicológicos, sociales y espirituales de sus hijos.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS


Acosta, J. Jesús, S.J., (1999), Revista de Espiritualidad # 2, Centro Ignaciano, Guadalajara.

Baker y Carvajal, (1990), Autoestima, Pax, México

Baldwin, Martha, (2002), Autosabotaje, Edad, España.

Bedard, Nicole, (1998), Cómo interpretar los dibujos de los Niños, Edit. Sirio, Argentina

Bertini, Ricardo, (2004), El Frágil Umbral del Alcoholismo, Internet, México,

Biblia Latinoamericana, Génesis, Ediciones Paulinas, Quito

Branden, Nathaniel, (1994), El Poder de la Autoestima, Paidós Ibérica, México.

Branden, Nathaniel, (1998), El respeto hacia uno mismo, Paidós Ibérica, México.

Branden, Nathaniel, (1999), Cómo desarrollar su Autoestima, Paidós Ibérica, México.

Branden, Nathaniel, (1999), Cómo Mejorar la Autoestima, Paidós, México.

Branden, Nathaniel, (2000), Los seis pilares de la Autoestima, Paidós Ibérica, México.

Documentos de la Iglesia, (2004), Vida humana y familia, Obispos Católicos, Roma.

McKay, Matthew, y Fanning, Patrick, (1999), El amor a sí mismo, Selector, México.

Echeburía, Enrique, (1996), El Alcoholismo, Aguilar, Madrid.

González, Garza, Ana María González Garza, (1991), El Enfoque Centrado en la Persona, Edit. Trillas, México.

González, Luis Jorge, (1997), Autoestima, Font, S.A., México.

González, Luis Jorge, (1998) Excelencia Personal, Edit. Font, México.

II Juan Pablo, (1999), La Iglesia en América, San Pablo, México

Lafarga, Juan, S. J, Desarrollo Humano hacia el 2000, Otoño de (1992), Revista Prometeo, UIA, · 0, México

López Delgadillo, Jorge, (1998), www.tuotromedico.com/temas/alcoholismo, htm
López, Sebastián, (2004), El Cotidiano, I34, Universidad Autónoma Metropolitana, Septiembre y Octubre México.
Mons. Morales, Luis y Mons. Alvarado, Abelardo, (2000), Carta Pastoral "Del encuentro con Jesucristo a la Solidaridad con todos, Conferencia Episcopal Mexicana, México.
Ochoa, Elena F. L., (1996) El Alcoholismo, Edit. Aguilar, Madrid
Pack Donal, (2002), Drogadicción, Lumen, Buenos Aires, Argentina.
Palladino, Connie, (2000), Cómo desarrollar la Autoestima, Iberoamericana, Estados Unidos de Norteamérica.
Papalia, Diana E., y Wendkos, Olds Rally, Desarrollo Humano con Aportaciones Para Iberoamérica, (1997) Edit. Mc. Graw Hill, Santa Fe, Bogotá
Periódico El mañanero, (2003), En las nubes, Octubre, pág. 1, León, Gto.
Periódico, (2003), En las nubes, Periodismo Mensual. Del mes 4 de noviembre, pág 3, León, Gto.
R. E., Stake, (1999), Investigación con estudio de casos, Morata, Madrid.
Ramírez, Jesús, (2004), Revista de Alcoholismo, www.com.mediane.edu.ar/sanitario/sitios/alcoholismo/med2htm.
Ramírez, Tania, (20039 12 de enero, la Jornada, www.sjsocial.org/PRODH/especiales/campo%20%20derechos%20humanos.htm, Centro de Derechos Humanos, "Miguel Agustín Pro Juárez, A.C.
Rodríguez Estrada, Mauro y otros, (1999), Autoestima: clave del éxito personal, Manual Moderno, México.
Rogers, Carl, El Camino del Ser, 3ª edición, (1995), Edit. Kairós, Barcelona.
San Lucas, (1999), Evangelio de la Biblia Latinoamericana, Pastoral, España.
San Mateo, (1999), Evangelio de la Biblia Latinoamericana, Pastoral, España.
Satir, Virginia, (1994), En contacto íntimo, Árbol, Colombia.
SEP, INEA, (2000), Aguas con las Adicciones, Educación para Adultos, México.
SEP., INEA, (2000), Revista, Agua con las Adicciones, Educación para adultos, México.
Silva, Rogelio (2003), Revista Plenitud, A.A., Sonora, México. Congreso.

Valadés, Salvador (2004), Conferencia, Casetes, Unión de San Antonio, Jal.

Valdés, Castellanos Luis, S.J. (2004), Revista Mirada # 4, Centro Ignaciano de Espiritualidad, Guadalajara.

Vargas, Leticia, y González, Mario, (2003), El Hombre, la Orientación y la Sociedad, www.red.escolar.ilce.edu.mx/redescolar/ser/_edu/educacion/desa.htm

Verduzco Álvarez Icaza, María Angélica y Moreno López, Adriana, (2001), Autoestima para todos, Pax, México.

Williams, Josué, (2002) Madrid, http//liberación.tripot.com.mx/liberación/id2.html

Wilson, Bill, (1939, 1952 y 1972), Alcohólicos Anónimos, Literatura de A.A. Estados Unidos Americanos y Grupos de familia Al-anon.

Wilson, Bill, (1939, 1952 y 1989), Grapine Inc. Alcoholies Anonymous Publishing, Literatura de A.A, Estados Unidos Americanos

Wilson, Bill, (1977), Esperanza para Esposas e Hijos de Alcohólicos Biblioteca Progreso de A.A., Estados Unidos de América.

www.monografias.com/trabajos/alcoholismo2/alcoholismo2shtml

www.tusalud.com.mx/12001.htm.

# ANEXOS

## ANEXO 1. DESCRIPCIÓN DEL TALLER, SESIÓN POR SESIÓN

1ª sesión. Autoaceptación. 19 de noviembre de 2003.

Objetivo: “Lograr la participación y la toma conciencia de su estar en el centro”.

Inicié con un saludo, una pequeña presentación, les hice preguntas y les dije el motivo por el que quería ir con ellos dos veces por semana, con el horario de la 1ª Junta, que era de 11:00 a 14:00 horas P.M. Les expliqué la dinámica del trabajo, les hice algunas dinámicas de conocimiento de sus nombres; les puse música para que bailaran y se fueran soltando y teniendo confianza, que no me consideraran como una intrusa.

También les leí un cuento, lo comentaron, les hice preguntas a cada uno de ellos, muy concretas y esas fueron: ¿Te conoces y cómo te ves?, otra ¿Sabes que tienes alguna necesidad básica, como persona que eres?, cuando iban contestando cada pregunta, lo hacían con voz baja, con dolor, resentimiento, lágrimas, con la cabeza baja.

Al irlos escuchando, yo me iba sintiendo con mucho dolor, tristeza, enojo con sus padres, eso me hizo enfermar del estómago. Me sentí frustrada porque el objetivo que me propuse no lo logré, se me bajaron las pilas y me dieron ganas de ya no volver. La parte de darme a entender sí pude, lo veía en sus ojos, en que con su cabeza decían que sí, en esa parte me sentí satisfecha.

Entiendo que mis objetivos propuestos son muy grandes, pero eso lo hice movida en que mis metas las quiero amplias, para lograr aunque sea un pedacito. A algunos de los internos si les cayó el veinte, pero en los demás no se dió la toma de conciencia, el darle sentido de crecimiento a su estancia.

A las 14:00 P.M., me despedí, confiando en que la próxima vez me sienta mejor y logre la toma de conciencia de su enfermedad.

2ª sesión. Autoconocimiento. 25 de noviembre de 2003.
Objetivo: “Conocer su yo integral, las necesidades básicas y de desarrollo, los papeles y las motivaciones que recibieron, para que trabajen en lograr tomar conciencia de su vida”.

Esta sesión se desarrollo, de acuerdo con un esquema y un horario, que se le entregó a cada uno de ellos. Lo mismo que del material de ese tema. Lo mismo que los dos cuadernos y lápiz para la bitácora.

Después de saludarlos a cada uno de ellos por su nombre; se hicieron algunas dinámicas de relajación, de nombres; juegos, baile, canto. Hicieron la dinámica del espejo y después de eso un dibujo de cómo se vieron. Estas dinámicas las relaciono con mi objetivo, en el sentido que les ayuda a conocerse ellos mismos y mi me ha ayudado a conocerlos y entre ellos se conocen por su apodo muy pocos por el nombre. Además les gusta hacerlo y les ayuda a desarrollar su capacidad de retención, creo que con este medio me abro camino para las siguientes sesiones. Les hice las preguntas siguientes: ¿Quién y cómo crees que eres?, ¿Cómo te ve tu familia y te acepta?; ¿De quién depende que seas adicto?, ¿Qué quieres hacer con tu vida?, las respuestas se hacían repetitivas y las actitudes de los muchachos, seguían siendo de dolor, resentimiento, enojo, lágrimas, dolidos, en voz muy baja, casi no se entendía lo que decían; yo les ponía mucha atención, pero me seguía sintiendo dolida, enojada, con dolor de estómago, me provocaban ternura, disculpa.

Estos sentimientos los sentí como un reflejo en mi vida, al sentirme invadida por un Obispo en mi manera de ver la vida, quería él que se le contestara lo que él pensaba; esta experiencia la viví en el año 2003, mandados por el Sr. Nuncio. Pensaba que esos sentimientos ya no estaban en mí, pero me di cuenta que solamente estaban dormidos y a la primera experiencia los vuelvo a revivir.

Les dí la teoría de autoconocimiento, acomodándola a su realidad que es de personas enfermas y a su capacidad, de acuerdo a su experiencia vivida, pues como decía anteriormente, son pocos los que fueron a la escuela.

Otra vez no logré el objetivo, pues encuentro resistencia de abrirse, de querer aceptar su realidad, no quieren reconocerla. Después de esas actividades, y a las 14:10P.M.

Me despedí de mano de ellos y se di por terminada la sesión. Aunque me sentí frustrada, pero con ganas de volver.

3ª Sesión. Autoconcepto. 02 de diciembre de 2003.

Objetivo: "Seguir conociendo el yo integral, las necesidades básica y de desarrollo, los papeles y las motivaciones que han tenido, para que tomen conciencia de su vida y la cuiden".

En esta sesión después de saludarlos y hacerles preguntas de su estar, les recogí la bitácora, se entregó el material. Hicimos dinámicas de relajación, de juego, baile y gimnasia, les gusta mucho hacerlo. Porque se sienten que se mueven, que tienen vida, que son tomados en cuenta, que les dedico tiempo, se sienten importantes.

Les dí la teoría, correspondiente; les leí un cuento, lo comentamos y se les hicieron preguntas al respecto; hicieron un dibujo de su persona, lo pintaron. Cantamos canciones, leímos juntos y repitieron algunas frases de autoestima sana.

Después de volver a explicar lo de las bitácoras, son unos cuadernos donde ellos van escribiendo cómo se van sintiendo, qué es lo que quieren hacer de su vida, fueron las 14:10 P.M. me despedí. Antes me echaron algunas porras, pues pienso que ya hay cariño de parte de ellos y me muestran así su agradecimiento.

Al escuchar las porras me sentí feliz, se las agradecí, mi corazón se llenó de contento, me dieron el alimento a mi persona para crecer, para reafirmarme en lo que realmente es alimento de reconocimiento.

La preguntas de ese día fueron: ¿Crees en ti?, ¿Cómo te ves y te valoras?, ¿Cómo te valoran tu familia y los demás, y qué fue lo que escuchaste que te decían?, ¿Cómo te sientes y te castigas?, siguieron diciendo lo mal que seguían sintiéndose, el poco valor que les dieron sus padres, esto lo siguieron diciendo con dolor, resentimiento, muy enojados, con lágrimas, su voz era un poco más fuerte, ya se les entendía mejor, pero yo seguía con enojo, con dolor, les fui teniendo más

cariño e interés por su recuperación; los animaba, les echaba porras, reconocía sus logros.

Como lo dije anteriormente afloraban mis sentimientos dormidos. Están muy dentro de mí y no me gusta reconocer que también soy esa parte débil, vulnerable, que necesita apapachos.

Todavía no se logra que tomen conciencia de su vida, expresaban que eran unos inútiles, viciosos, que solamente vivían para estorbar. De lo que si han tomado conciencia es que tienen un cuerpo y que lo quieren cuidar. También quieren decidir el tomar las riendas de su vida, jugar el juego que quieran, sin que los demás les digan qué hacer y cómo hacerlo. Reconocieron que no han recibido en su vida las necesidades básicas que toda persona tiene derecho, pero que sus padres tampoco lo recibieron y por lo mismo ellos no saben cómo hacerlo.

A las 14:10 p.m., me despedí de cada uno de ellos, por su nombre, eso les daba gusto, que me demostraban con un apretón de manos, con una sonrisa.

4ª sesión. Autoevaluación. 05 de diciembre de 2003.

Objetivo: “Conocer el yo integral, las necesidades básicas y de desarrollo, los papeles que han desempeñado, las motivaciones recibidas, para que conociéndolas, se respeten y valoren como personas”. (Este objetivo, siguió durante todo el taller, siendo el mismo).

Al llegar con ellos, después de saludarlos y hacerles preguntas personales sobre su estar, en ese lugar, les recogí las bitácoras, y les entregué los materiales respectivos al tema. Se hicieron dinámicas de relajación, de juego, baile, pañuelos.

Las preguntas de esa sesión fueron: ¿Qué he hecho con mi cuerpo? y ¿Confío en él?, para dar respuesta estas preguntas los llevó a revisar su vida y decían que solamente se dedicaron a darle gusto con su adicción, a rayarse con tatuajes de plumones, a llevar una vida de flojera, apatía, irresponsabilidad, me dediqué a escucharlos, les di todo el tiempo, se extendían, eran repetitivos pero todavía contestaban con resentimiento, con mucho dolor, fueron más sinceros, hablaban con más confianza; mi reacción siguió siendo de enojo, de dolor, sentí deseos de acogerlos.

Estos sentimientos de acogida los aprendí en mi casa y que fueron reforzados en la congregación, al tener la experiencia de trabajos entre pobres, gente sencilla, vulnerable y también me ayudó bastante la Maestría de Desarrollo Humano; por naturaleza soy cariñosa, sensible, sencilla, sentimental.

Les dí la teoría correspondiente; les leí el cuento: "El elefante encadenado" se comentó, se hicieron preguntas en relación a lo escuchado, se cantó la nueva canción: "Esperanza" y las anteriores y después de las 14:05 p.m. me despedí y me fui satisfecha, porque por sus contestaciones en sus participaciones eran reflexivas, profundas, sabias. En esta sesión siento que logré el objetivo de su participación y comprensión de ellos mismos, de su adicción, del daño que se han hecho a ellos mismos y a su familia.

Poco a poco fueron tomando conciencia de su cuerpo, dándose cuenta que existían en ellos esa sed de que sus necesidades básicas no fueron cubiertas, porque tampoco sus padres las recibieron. De su cuerpo, reconocieron sus dolores, que también aprendieron a callarlos y sentían que era normal que les doliera algo.

5ª. Sesión Autoaceptación. 09 de diciembre de 2003. Objetivo:" Conocer el yo integral, las necesidades básicas y de desarrollo, los papeles y las motivaciones que han tenido en su vida, para que las identifiquen y trabajen con conciencia en ellas".

Los saludé a cada uno, se les hizo preguntas, se les recogió la bitácora y se les entregó el material de ese tema. Se hicieron algunas dinámicas, de relajación, de nombres, de animales, de juego, de baile y del espejo; se dibujaron y les pedí que se dijeran lo mucho que se querían y eran importantes.

Las preguntas de esa sesión fueron: ¿Cómo te respetas y respetas a los demás?, ¿Dónde buscas la felicidad y qué haces para tenerla?, sus respuestas me ayudaron a conocerlos más y entenderlos, aunque todavía las contestaron con voz muy baja, todo su cuerpo hablaba del dolor que sentían, con bastante sentido de culpa, lágrimas en sus ojos, que los tenían fijos en el suelo, lo hacían con pena, me imagino que recordando su experiencia, ya que algunos lo expresaban y hacían promesas por ser mejores personas; yo sentía dolor y compasión al

escucharlos, me daban ganas de remediar su vida y hacer por ellos lo que no eran lo que querían.

Estos sentimientos de protección lo hago con mis sobrinos y también con las personas débiles, que se dejan que los humillen, los utilicen, entiendo que se despiertan en mí, porque me da miedo que los demás me vean débil, vulnerable y necesitada.

Desarrollé la teoría, les leí el cuento: "¿De qué color te pintas?", frases y canción: "Tengo derecho de ser feliz". Cantamos las canciones que han aprendido y que les gusta hacerlo, tienen buena voz, son entonados y se sienten realizados y después de las 14:10, me despedí.

6ª sesión. Autorrespeto. 11 de diciembre de 2003.

Objetivo: "Conocer el yo integral, las necesidades básicas y de desarrollo, los papeles y motivaciones que han jugado con otros y con ellos mismos, para que conociéndolos, tomando conciencia de ello, aprendan a respetarse como personas".

En cada sesión se hizo lo mismo, lo único que cambiaba eran las dinámicas y juegos.

Las preguntas de ese día fueron: ¿Te gusta como eres?, ¿Qué sientes al verte así y cómo crees que está tu autoestima?, al dar sus respuestas lo hacían con voz más clara, con menos dolor, aunque enojados con ellos mismos, algunos todavía resentidos con su familia o con la vida, al oír sus respuestas sentí dolor, enojo y tristeza, mis sentimientos eran encontrados porque al mismo tiempo sentía ternura, disculpa, salía mi parte maternal, con los adultos que estuvieron cerca de ellos y que eso los ayudó a desarrollar la destrucción de sus personas.

Al conocer a sus familiares, pude darme cuenta que solamente dieron a sus hijos lo aprendido, conductas nada motivantes, deprimentes, y eso repiten, porque no saben otra forma de hacerlo.

Ahora la dinámica nueva fue de letreros, que anteriormente hice en pequeños papeles, se los puse en la frente, era por parejas y en silencio, debían comunicarse solamente con señas, había palabras de lo que escucharon que les dijeron en su familia y lo que tampoco escucharon, fue muy enriquecedora, porque

pienso que les tocó lo más íntimo de ellos, algunos compartieron sus experiencias con lágrimas y muy dolidos y resentidos, con nostalgia, con recuerdos alegres.

7ª. Sesión. Autoestima. 16 de diciembre de 2003.

Objetivo: Conocer la importancia de la autoestima, en la individualidad, irrepetibilidad y con la capacidad de amar y de ser amados, para que conociendo la autoestima, sepan vivir con ella y sean unas personas sanas"

Como dije anteriormente se hizo lo mismo en cada sesión, solamente se cambiaron algunas dinámicas, por ejemplo la identificación de cada uno de ellos con algún animal, esta dinámica fue muy divertida, porque tienen la facilidad de imitar; nos reímos mucho, la disfrutamos. Se arrastraban, se acostaban en el piso.

Sus bitácoras cada vez, eran más personales, hablaban de ellos, de su situación y vivencia, descubrí su facilidad de comunicarse, solamente lo hacían los que sabían escribir, los demás lo hacían por medio de sus palabras.

Y seguí haciéndoles preguntas, porque me di cuenta que eso los ayudaba a sacar todo su dolor y resentimiento, la pregunta fué: ¿Cómo crees que tienes tu autoestima?, en sus respuestas había desprecio, dolor, resentimiento, aunque cada vez era su voz más clara y querían hablar todos, les dí el tiempo suficiente para que contaran su experiencia vivida, ya esta sesión fue menos dolorosa para mí, aunque me daba cuenta de su cuerpo que decía palabras que no expresaban.

Cuando eran las 14:10, me despedí de cada uno, me echaron algunas porras y a su manera me agradecieron mi presencia; ellos me decían que los motivaba, que les ayudaba el que fuera con ellos, eso me llenó de alegría y motivación.

8ª. Sesión. Tipos de Autoestima 20 de diciembre de 2003.

Objetivo: "Conocer la importancia de la autoestima en su vida, para que sepan identificarse en cuál de ellas está en su vida y conociéndola trabajen por mejorarla".

Lo mismo se hizo, únicamente, se tuvo el juego de los globos y algunas variaciones de dinámicas. Les entregué las bitácoras anteriores, se les leyó el cuento: " Compra de zapatos" frases alusivas de autoestima sana, cantamos bailamos; se les repartió los fólders con la teoría correspondiente, después de

desarrollarla, se les hicieron las siguientes preguntas: ¿Haces tuyos esos enemigos y a cuáles les haces más caso?, ¿Recibiste cariño, alguna atención o cuidado de tus padres?, sus respuestas fueron enriquecedoras, lo hacían con dolor, con bastante resentimiento hacía su padre, de su madre hablaban con cariño, respeto, reconociendo lo que recibieron de ella y que actualmente lo reciben; cuando hablaban de su padre fruncían el ceño, los ojos se les llenaban de lágrimas, recordaban que sólo habían recibido golpes, maltratos, pero cuando hablaban de su madre, la cara se les iluminaba, su voz era firme, sonreían, se sentían orgullosos de ella; esto me llenó de alegría, al escucharlos.

Me dió alegría porque he disfrutado sus cambios, en la manera de su participación, el cuidado que dan a su cuerpo, localizando el dolor y llamando por su nombre a los sentimientos experimentados; también porque se acercan con confianza a platicar conmigo, sobre su vida, sus dudas, buenos deseos, de su familia y de la vida en el centro, sobre su sentir.

Como dije anteriormente, logré algunos objetivos, me dí cuenta de la necesidad de dárselos digeridos, más sencillos y acomodados a su realidad de enfermos, internos y lejos de su familia. Entiendo que su familia no fue lo mejor de su experiencia, pero que sus padres les dieron lo mejor, lo que ellos sabían.

Después de despedirme de ellos a las 14:10, salí, muy contenta porque siento que ha valido la pena estar con ellos.

9ª sesión. Lugares dónde aprendemos la autoestima. 24 de diciembre de 2003.

Objetivo: “Conocer la importancia de la autoestima en nuestras vidas, lo que hemos aprendido y para que aprendamos a vivir con ella, la desarrollemos y aprendamos a vivir de acuerdo al conocimiento de nuestras habilidades”.

Desarrollé la sesión igual que las demás. La dinámica nueva fue la del camino de la vida. Les entregué sus bitácoras, les leí el cuento “El águila que aprendió a vivir como pollo” alusivo al tema, se les entregó el material correspondiente; después de desarrollarlo, se les hizo la pregunta: ¿Lugares en los que te enseñaron a vivir con autoestima?

La mayoría contestó que de su casa no recibieron nada, solamente el ejemplo de un padre alcoholizado, sin responsabilidad, de la calle los amigos que los invitaban a alcoholizarse o a drogarse, esto mientras lo decían lo hacían con rencor, dolor, con la vista baja, moviendo sus piernas y brazos, en voz baja, como queriendo que no se les escuchara, yo al oírlos hablar con ese dolor me dieron ganas de buscar a esas personas, para reclamarles y decirles que no ayudaron a sus hijos, que solamente quisieron darle la vida, sin importarles su crecimiento. Pero al mismo tiempo reflexioné que ellos tampoco recibieron nada y que solamente repetían las conductas de sus padres, abuelos o tíos, que era injusto de mi parte ese reclamo.

Cada vez me sentía más contenta, porque el objetivo propuesto se lograba algo, una partecita, se iban dando cambios muy pequeños, pero notorios y de estos fueron percibidos por ellos, sus compañeros, padrinos, César y yo.

Después de cantar, despedirme de ellos, echarme algunas porras, darme detalles, como dibujos, pulseras, rosarios y collares y un anillo de un interno que estuvo preso, siendo las 14:10. p.m. me despedí.

10ª sesión. Cierre del Taller. 27 de diciembre de 2003.

Objetivo: “Conocer la importancia de la autoestima en nuestras vida, lo que hemos aprendido y que nos guste vivir con ella, desarrollarla y hacerla parte nuestra”.

Hicimos un repaso de todos los temas, se les hizo preguntas y contestaban muy felices de haber conocido y descubierto algo de la autoestima. Nuevamente hicimos la dinámica del camino de la vida, de los pañuelos blancos y de los listones azules, que compartieron con los demás y de su sentir al ser tomados en cuenta.

Las preguntas de esa última sesión fueron: ¿Cómo te sientes después del taller y crees que te ayudó?, ¿Al terminar el taller si sabes lo que es la autoestima?, sus repuestas eran claras, se veían felices, aunque creían que ya con esa sesión ya no iría y por eso se sentían tristes, así lo fueron expresando; su cuerpo era más libre, ya no les veía tensos; para mí fue una sesión muy emotiva, halagadora, en el sentido de ver su crecimiento, de que ya no hablaban de culpa, me llenó de agradecimiento de permitirme conocerlos y crecer.

Sus sentimientos de resentimiento, enojo, agresividad y otros que en el desarrollo del taller fueron experimentados, los cambiaron poco a poco por perdón, disculpa, paz, tranquilidad, y armonía. También mis sentimientos los trabajé junto con ellos y ese enojo, y rebeldía se fue dulcificando y llenando mi alma de paz, serenidad, y además vistos a distancia lo pude hacer. Después de esto, ellos pidieron cantar, me despedí de ellos y siendo las 14:15 p.m. se terminó el cierre del taller.

## ANEXO 2. ¿TE CONOCES, Y CÓMO TE VES?

J.A. No me conozco y me veo como un chango ridículo.

Juv. No me conozco, ni siquiera me veo y siento que no soy nadie.

J.R. No, pues nunca me he visto, pero pienso que soy un payaso.

A.A. Para nada, no me dedicado a verme, pero son un perro.

T.M. No me conozco, pero me veo como un perro pulgoso.

MA. No me conozco, pero soy como un animal ponzoñoso.

Jav. No se quién soy, pues nunca me he visto, soy como un chango.

Car. No, nunca me he preocupado por saber quién soy, pero me siento como un animal.

S.M Para nada, soy como un pájaro que no sabe a dónde ir.

J.C. No, ni me ha interesado verme, no existo y me veo como un perro rabioso.

J.R. No soy nadie, pero me veo como un payaso.

A.M No, no existo, no soy nadie y me veo muy feo, es decir como un animal.

Jes. Para nada, ni me he preocupado por conocer y no veo nada de mí.

Rog. No puedo verme, puesto que no soy nadie, me veo borroso.

Rau. No, soy un perro asqueroso, sin dueño, no existo.

Raf. Para nada, no soy nadie, ni tengo vida, ni veo nada de mí

Tris. No, puesto que no soy nadie, y me veo como un loco y chango ridículo.

Mig. No, no existo, no soy nadie, estoy chueco y muy feo, como un animal.

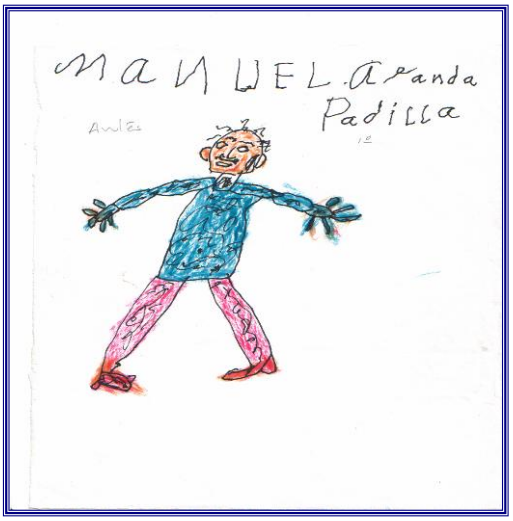
Gab. Para nada, nunca he sabido que yo era alguien, me veo como un chango.

Alf. No tengo ninguna imagen de lo que soy, pues no existo, no veo nada de mí.

J.P. No, pues nadie me ha dicho que mi vida vale, yo creía que era guapo, solo veo un perro.

Neg. No, no tengo ninguna imagen, me veo como un menso, un payaso ridículo.

Ger. Para nada, no se me hace que tenga alguna imagen, solamente veo un animal.




Se analizaron esta pregunta y los resultados fueron:

22 Personas contestaron que no se conoce.
2 Persona contestó que no sabe quién es.
4 Personas contestaron que no existe.
10 Personas contestaron que no tienen ninguna imagen de ellos.
8 Personas contestaron que se ven borrosos
3 Personas contestaron que no soy nadie.
4 Personas contestaron que no tienen vida.
1 Persona contestó que sentía preocupado por no saber quién es.
3 Personas dijeron que se ven como payasos ridículos
2 Personas dijeron que se ven como perros (pulgoso, rabioso)
4 Personas dijeron que se ven como animales
1 Persona dijo que se ve como animal ponzoñoso
2 Personas dijeron que se ven como perro.
4 Personas dijeron que se ven como changos ridículos.
1 Persona dijo que se ve como un perro asqueroso.

1 Persona dijo que se ve como un pájaro sin dueño y que no sabe a dónde ir.
1 Persona dijo que se ve sin dueño y que ninguna persona que lo oriente.
1 Persona dijo que se ve como loco.
1 Persona dijo que se ve como menso.
2 Personas dijeron que se ven feos.

Esto me dolió al oírlos la visión tan degradada que tienen de sí mismos, tanto lo que dicen como sus dibujos. Pienso que no se valoran nada y no saben quiénes son, motivo por el cual se destruyen, con esa imagen tan pobre que tienen no le encuentran sentido a querer vivir bien, es decir sanos y plenos.

## ANEXO 3. NECESIDADES BÁSICAS

J.A. Ni siquiera sabía que existían, menos ocuparlas en mi vida.

Juv. Para nada, no las merezco, ni nadie me las da.

J.R. No sabía que las necesitaba, nunca escuché hablar de ellas.

A.A. No las he necesitado para vivir y si alguna vez me las dieron ni cuenta me di.

T.M. Para nada, he vivido sin ellas y no las he necesitado.

M. A Para nada, ni en cuenta, he vivido sin ellas.

Jav. No, puesto que mi madre nunca se ha preocupado y así he vivido sin ellas.

Car. No, si me las dieron no las tomé en cuenta y siempre he vivido así.

S.M No, aunque creo que si me las han dado.

J.C. Para nada, no me han hecho falta, soy independiente y yo sólo puedo dármelas.

J.R. No sabía que las necesitaba para crecer y creo que si me las han dado.

AM. No, creo que si me las dieron, pero ni cuenta me di.

Jes. Para nada, no me he dado cuenta que las necesito.

Rog. No, siento que nadie se preocupó, yo solo las busqué y salí adelante.

Rau No me daba cuenta que las necesitaba para vivir y crecer sano.

Raf. Para nada, pero yo creo que si me las dieron.

Tris. No, pero pienso que si me las dieron y otras las busqué yo.

Mig. No, creo que si me las han dado para crecer sano, aunque no lo hago.

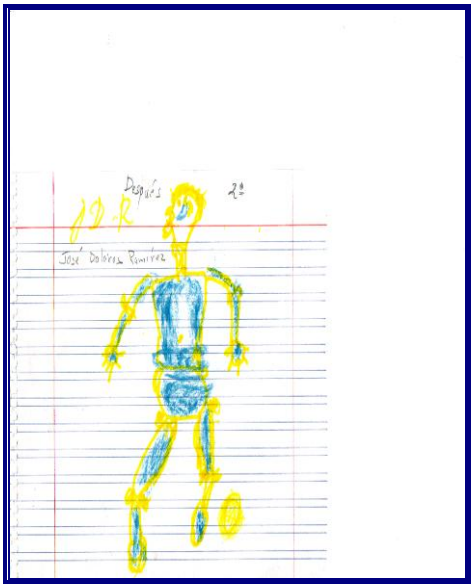
Gab. No, aunque creo que si me las dieron mis padres.

Alf. No las tomé en cuenta, sentía que las merecía y que era obligación de mis padres.

J.P. Para nada, si me las dieron fue por cariño, pues creo que no las merezco.

Neg. No sabía que eran necesarias en mi vida, pero creo que sí me las dieron.

Ger. Nadie me había dicho de ellas, pero pienso que si me las dieron mis padres.



Los resultados de esta pregunta fueron los siguientes:

14 Personas dijeron que no sabían que existían.
14 Personas dijeron que no las han necesitado para vivir.
2 Personas dijeron que no las merecen.
2 Persona dijo que es obligación de sus padres dárselas.
11 Personas dijeron que sus padres se las dieron por cariño.
4 Personas dijeron que las buscaron por su cuenta.
8 Personas dijeron que no las ocupado en su vida.
2 Personas dijeron que no les hablaron de ellas.
2 Personas dijeron que nadie se preocupó por dárselas.

En sus contestaciones, también sentí tristeza y coraje porque me siguen diciendo el poco valor y cariño que se tienen y el poco interés que experimentaron en la relación con sus padres.

## ANEXO 4. ¿QUIÉN Y CÓMO CREES QUE ERES?

J.A. Un borracho, irresponsable, gritón, que no sirvo para nada, que no valgo.

Juv. Un borracho, drogadicto, grosero, peleonero, golpeador con mis padres.

J.R. Un borracho, grosero, gritón, irresponsable, flojo, atenido, nervioso.

A.A. Un borracho, drogadicto, gritón, golpeador con mi esposa e hijos, ratero.

T.M. Un borracho, drogadicto, golpeador, gritón, irresponsable.

M.A Un borracho, flojo, mentiroso, irresponsable, gritón con mi madre.

Jav. Un borracho, atenido, irresponsable, débil, golpeador y con falta de cariño.

Car. Un drogadicto, malcreado, irresponsable, enojón.

S.M. Un drogadicto, irresponsable, flojo, mentiroso

J.C. Un borracho, irresponsable, grosero, ratero y mentiroso.

J.R. Un borracho, irresponsable, flojo, mantenido, grosero y mentiroso.

AM. Un drogadicto, enojón, gritón, irresponsable, ratero, mentiroso.

Jes. Un borracho, triste, aburrido, irresponsable.

Rog. Un borracho y drogadicto, irresponsable, que se quiere sentir fuerte.

Rau. Un borracho, flojo, mentiroso, ratero, irresponsable.

Raf. Un drogadicto, agresivo, irresponsable, con baja autoestima, chantajista.

Tris. Un borracho, triste, apático, irresponsable, mentiroso, golpeador.

Mig. Un borracho, flojo, caprichudo, irresponsable, atenido, dependiente.

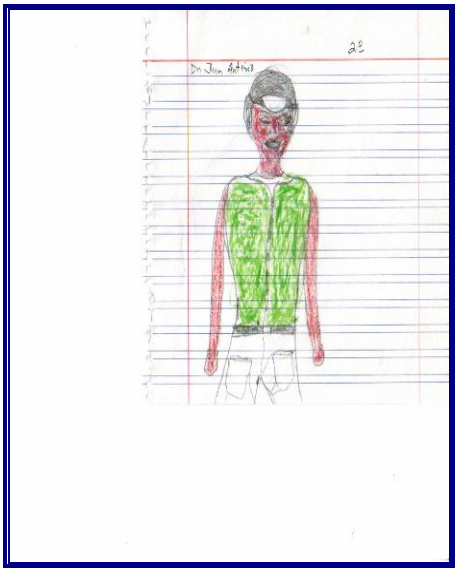
Gab. Un drogadicto, apático, irresponsable, mentiroso y dependiente de mi mamá.

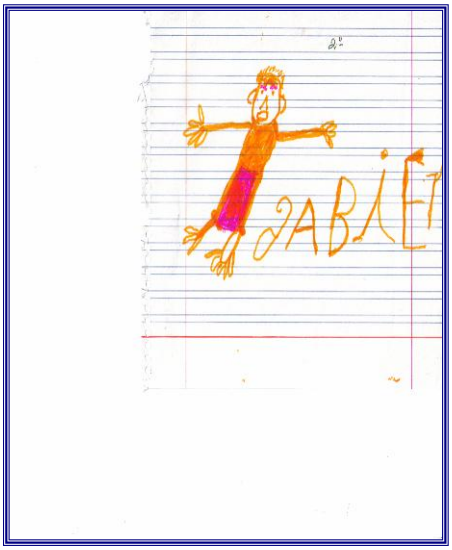
Alf. Un borracho, desordenado, irresponsable, gritón, enfermo de diabetes.

J.P. Un borracho, drogadicto, irresponsable, gritón, grosero y presumido.

Neg. Un drogadicto, gritón, irresponsable, loco, alegre, rencoroso.

Ger. Un drogadicto, ratero, irresponsable, grosero.






Después de analizar la pregunta, obtuve los siguientes resultados:

16 Personas dicen que son borrachos.
12 Personas dicen que son drogadictos.
7 Personas dicen que son gritones.
5 Personas dicen que son golpeadores.
7 Personas dicen que son flojos.
21 Personas dicen que son irresponsables
8 Personas dicen que son mentirosos.
5 Personas dicen que son rateros.
1 Persona dice que es caprichuda.
1 Persona dice que es desordenada.
6 Personas dicen que son peleoneros o agresivos.
1 Persona dice que es rencorosa
1 Persona dice que es presumido.
1 Persona dice que es un loco.
1 Persona dice que es alegre.
2 Personas dicen que son tristes.

1 Persona dice que no valen y así se ven.
2 Personas dicen que son dependientes de su mamá, así se ven.
2 Personas dicen que son enojonas y así se ven.
2 Persona dice que es atenido y así se ve.
1 Persona dice que es nervioso, así se ve.
1 Persona dice que es aburrido y así se ve.
1 Persona se ve y siente sin cariño.
1 Persona dice y se ve malcriado con sus padres y sus hermanos.
1 Persona se ve y siente enfermo de diabetes.
1 Persona dice que se ve y siente mantenido.
6 Persona dice y se ve grosero.
1 Persona dice que se ve y siente apático.
1 Persona dice que es chantajista y que así se ve.
1 Persona dice que se siente con muy baja autoestima.
1 Persona dice que se siente y se ve débil.
1 Persona dice que se quiere sentir fuerte.

Cuando se les pedía participar, lo hacían con gusto y hablaban de su sentir y cómo se veían, que estorbaban a la familia y no tenían amigos que los ayudaran a verse y sentirse de otra manera, puesto que algunas veces escucharon eso y les pidieron que cambiaran. Esas conductas que tenían lo hacían para darle en la cabeza a sus padres y decirles que tenían vida y existían y para llamar la atención.

## ANEXO 5. ¿CÓMO TE VE TU FAMILIA Y TE ACEPTA?

J.A. Con miedo, con enojo, con coraje.

Juv. Con cariño, disculpa, cuidados, chiqueos.

J.R. Con miedo, con resentimiento, con asco.

A.A. Con cariño, con disculpa, con atenciones.

T.M. Con miedo, se esconden de mí, con coraje, con asco.

M.A Con mucho cariño, con cuidados, con disculpa.

Jav. Con miedo, con coraje, asco y resentimiento.

Car. Con miedo, con repugnancia, con enojo, con regaño.

S.M. Con disculpa, con cariño, con cuidados, con perdón.

J.C. Con miedo, coraje, asco.

J.R. Con miedo, coraje, ignorancia y fastidio.

AM. Con miedo, desconfianza, enojo y regaño.

Jes. Con miedo, desconfianza, ignorancia, regaños, gritos.

Rog. Con miedo, enojo, gritos, reclamos, asco, fastidio.

Rau. Con miedo, fastidio, desconfianza, enojo.

Raf. Con miedo, desconfianza, cariño, atención, consejos.

Tris. Con miedo, desconfianza, ignorancia, fastidio, enojo.

Mig. Con cariño, atención, cuidados, disculpa.

Gab. Con miedo, desconfianza, regaños, reclamos.

Alf. Con miedo, enojo, reclamos, gritos, ignorancia.

J.P. Con miedo, reclamos, regaños, enojo, ignorancia, desconfianza.

Neg. Con miedo, cariño, disculpa, cuidados.

Ger. Con cariño, disculpa, cuidados, atenciones.

Algunos nos siguen hablando de su baja autoestima, de su poca valer y concepto que tienen de ellos. Aunque otros nos dicen del cariño, cuidado, disculpa e importancia que reciben de su familia; eso los llena de alegría.




Los resultados de la pregunta hecha, fueron los que presento a continuación:

19 Personas dijeron que los ven con miedo y que se esconden.

4 Personas dijeron que los ven con coraje.

8 Personas dijeron que los ven con enojo.

6 Personas dijeron que los ven con asco.

7 Personas dijeron que los ven con desconfianza.

3 Personas dijeron que los reciben con gritos.

4 Personas dijeron que los reciben con fastidio.

4 Personas dijeron que los reciben con regaños.

2 Personas dijeron que los reciben con resentimiento.

4 Personas dijeron que los reciben con reclamos.

5 Personas dicen que los ignoras.

8 Personas dijeron que su familia los acepta con cariño.

6 Personas dijeron que los aceptan y reciben con cuidados.

7 Personas dijeron que su familia los acepta con disculpa.

1 Persona dijo que lo acepta con perdón.

4 Personas dijeron que su familia los acepta y les da atenciones.

1 Persona dice que si lo acepta su familia y recibe chiqueos

## ANEXO 6 ¿DE QUIÉN DEPENDE EL QUE SEAS ADICTO?

J.A. Solamente de mí.

Juv. De mí y de mi padre.

J.R. De mí, de la vagancia y de los amigos.

A.A. De mí solamente, por querer sentirme grande e importante.

T.M. De mí y de la poca comprensión y cuidado de la familia.

M.A De mí, del ambiente que viví y busqué.

Jav. De mí y del cariño que no recibí de mis padres.

Car. De mí, del ambiente y amigos de Estados Unidos que busqué.

SM. De mí, de la poca atención e interés de mis padres.

J.C. De mí, de la poca educación y cuidados que me dieron mis padres.

J.R. De mí, de mi familia y amigos.

AM. De mí, de mi familia y compañías.

Jes. De mí y del engaño de mi esposa.

Rog. De mí, de mi padre que se volvió a casar y tuve poco cariño.

Rau. De mí, del engaño de mi esposa y del ambiente que busqué.

Raf. De mí, del poco cariño y cuidado de mis padres.

Tris. De mí, de la dejada de mi esposa, de la pérdida de mis hijos.

Mig. Solamente de mí, porque me gusta hacerlo.

Gab. De mí, del cariño y cuidados que no recibí de mis padres.

Alf. De mí, de la irresponsabilidad de mi familia.

J.P. De mí y del poco cariño y cuidados que recibí de mis padres.

Neg. De mí y de la irresponsabilidad de mi padre.

Ger. De mí, del poco cariño y cuidados que recibí de mis padres y del ambiente.

Estas respuestas me dicen, de la falta de reconocimiento y responsabilidad de su adicción. Toman conciencia de su responsabilidad y que depende de ellos las conductas destructivas, que los han llevado a perderse y perder familia y trabajo. Ante esto me sentí triste, dolida, pero al mismo tiempo enojada, es decir con sentimientos encontrados.

De la pregunta, resultaron los siguientes conceptos:

23 Personas dijeron que depende de ellos mismos.

14 Personas dijeron que del ejemplo de sus padres, de la falta de cariño y cuidado.

4 Personas dijeron que dependía de los amigos.

3 Personas dijeron que del ambiente vivido.

3 Personas dijeron que del engaño de la esposa.

1 Persona dijo que de la pérdida de los hijos.

1 Persona dijo que quería sentirse grande e importante.

## ANEXO 7 ¿QUÉ QUIERES HACER CON TU VIDA?

J.A. Cambiarla y ser una persona de provecho para mí y para los demás.

Juv. Cambiar mis conductas y ser una persona responsable y cariñosa.

J.R. Cambiar mi vida, por una sana y feliz.

A.A. Quiero ser la persona que era, sana, feliz, respetuosa.

T.M. Quiero ser un hombre sano, sabio, responsable y feliz.

M.A Ser otro, voltearme al revés, ser respetuoso y feliz.

Jav. Cambiarla, disfrutarla.

Car. Cambiarla, volver a ser una persona feliz, responsable.

SM. Cambiarla, ser una persona sana, trabajadora y responsable.

J.C. Cambiarla, ser una persona sana, trabajadora, feliz, responsable.

J.R. Ser una persona sana, feliz, tranquila.

AM. Ser la persona que era, sano, tranquilo, trabajador.

Jes. Quiero ser el hombre que era, sano, tranquilo, responsable, cariñoso.

Rog. Ser una persona de provecho, responsable, sano, decidido.

Rau. Cambiarla, ser trabajador, responsable, respetuoso.

Raf. Quiero llegar a viejo, siendo un hombre tranquilo, trabajador, feliz.

Tris. Cambiar mis conductas destructivas, ser responsable, trabajador, respetuoso.

Mig. Cambiarla, ser un adulto que sepa tomar sus decisiones.

Gab. Cambiarla y volver a ser esa persona sana, feliz, tranquila, trabajadora.

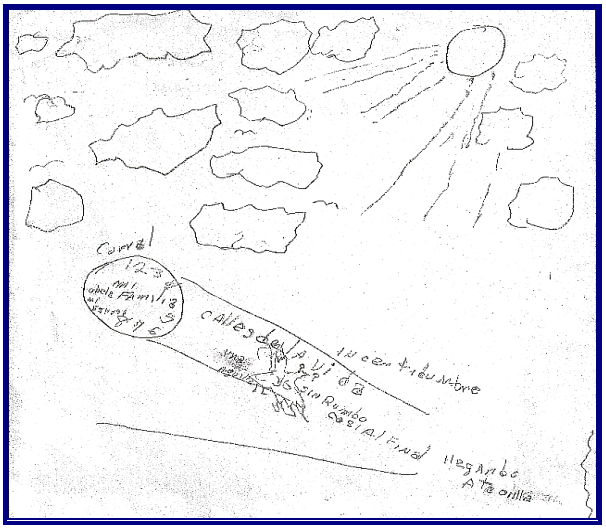
Alf. Cambiar mis conductas destructivas, quererla, disfrutarla.

J.P. Cambiar todo aquello que me hace daño y me destruyo.

Neg. Ser aquella persona sana, trabajadora, alegre, juguetona y feliz.

Ger. Cambiarla y volver a ser aquella persona que fui, sencillo, bromista, feliz, trabajador.

Puedo ver en sus respuestas los buenos deseos y las ganas de ser otro tipo de persona, siempre en búsqueda y ayuda. Me sentí con sus respuestas reconfortada, pues me di cuenta de sus ganas.



Ante sus respuestas de este día me sentí entusiasmada y motivada y las cuales presento a continuación:

15 Personas dijeron de sus ganas de cambiarla.
11 Personas dijeron de sus ganas de ser felices.
11 Personas dijeron sus ganas de ser personas sanas.
2 Personas dijeron sus ganas de ser personas de provecho.
9 Personas dijeron de sus ganas de ser personas responsables.
5 Personas dijeron de sus ganas de ser personas tranquilas.
9 Personas dijeron de sus ganas de ser personas trabajadoras.
2 Personas dijeron de sus ganas de ser personas decididas.
4 Personas dijeron de sus ganas de ser personas respetuosas.
1 Persona dijo de sus ganas de ser persona sencilla
1 Persona dijo de sus ganas de volver a ser aquella persona juguetona.
1 Persona dijo de sus ganas de volver a ser persona bromista.
2 Personas dijeron de sus ganas de volver a ser personas cariñosas.
1 Persona dijo de sus ganas de volver a ser persona alegre.
2 Personas dijeron de sus ganas de disfrutar la vida.

## ANEXO 8 PREGUNTAS ¿CREES EN TI?

J.A. Para nada, me destruyo.

Juv. No, pues yo me echo malas y hago cosas que me destruyen.

A.A. No, aunque yo me digo que sí, que es normal que haga cosas que me destruyan.

T.M. No, para nada, porque no me importo, no me tomo en cuenta.

M.A No, ahora me estoy dando cuenta de la poca importancia que le doy el estar bien.

Jav. Yo pensaba que si, pues le daba a mi cuerpo lo que me pedía.

Car. No para nada, no me intereso, ni me cuido, doy a mi cuerpo lo que pide.

SM. Para nada, pues hago cosas que me destruyen.

J.C. Creo que no.

J.R. Pienso que no, pues hago cosas que me destruyen.

AM. Yo ni pensaba en eso, no me importaba.

Jes. No, me destruyo.

Rog. Ahora me estoy dando cuenta, que no me importaba para nada mi vida.

Rau. No me tomaba en cuenta, ni siquiera me daba cuenta que vivía.

Raf. Yo pensaba que sí, pero ahora me doy cuenta que para nada creía en mi.

Tris. Yo pensaba que sí, por darle a mi cuerpo lo que me pedía.

Gab. Para nada, ni siquiera me daba cuenta de mi vida, no valía, no existía.

Alf. Yo pensaba que sí creía en mí.

J.P. Yo pensaba que sí, pero ahora me doy cuenta de que no.

Neg. No, para nada, pero yo pensaba que sí.

Ger. Yo pensaba que sí, pero ahora me estoy dando cuenta de que para nada

Sigue siendo repetitivo, el poco valor de su vida, no se conocen y ante la situación que viven, buscan evadirse, de la realidad, ya que se sienten frustrados y con pocas oportunidades. Esto lo dijeron en esta sesión, con mucha amargura, coraje, resentimiento, decepción y tristeza, sin ganas de seguir luchando y buscando, recuperándose y vivir mejor.



Presento a continuación lo que respondieron a la pregunta hecha:

11 Personas contestaron que para nada creen en ellos.

7 Personas contestaron que ellos pensaban que sí creían en ellos.

1 Persona contestó con duda y dice que cree que no.

5 Personas dijeron que no les importa.

1 Persona dijo que no se toma en cuenta.

10 Personas dijeron que se destruyen y que lo ven normal.

5 Personas contestaron que para nada se daban cuenta de que existían y de que tenían vida.

## ANEXO 9. ¿CÓMO TE VES Y TE VALORAS?

J.A. Como un chango, que no vale nada.

Juv. Como un perro sin dueño, que a nadie le importo y que no sirvo para nada.

A.A. Como una persona inútil, que no sirve, que no vale, únicamente de burla.

T.M. Como un burro, sin pensamiento y sin ningún valor.

M.A Como un vicioso, inútil, irresponsable.

Jav. Irresponsable, rechazado por mi familia y la sociedad.

Car. Como un payaso, que sirve de burla, irresponsable, inútil.

SM. Como un chango, que sirve únicamente de burla, sin trabajar, no sirvo para nada.

J.C. Como un perro pulgoso, rechazado por todos, porque no sirvo, ni valgo para nada.

J.R. Como un loco, desmadroso, inútil, irresponsable, no sirvo para nada.

AM. Como un enfermo mental, mentiroso, ratero, irresponsable, que no vale.

Jes. Como un payaso para hacer reír a los demás, sin ningún valor.

Rog. Como una cosa que no sirve, que no puede hacer nada, flojo, irresponsable.

Rau. Como una cosa sin voluntad, que la mueven a donde quieren los demás.

Raf. Como un loco, que no existe, que no vale nada, ni sirve.

Tris. Algo que no sirve para nada, que lo pueden tirar, pisar, irresponsable.

Gab. Como una basura inútil, irresponsable, rechazado por todos.

Alf. De lo peor, flojo, inútil, irresponsable, rechazado por todos.

J.P. Como un payaso, que divierte a los demás.

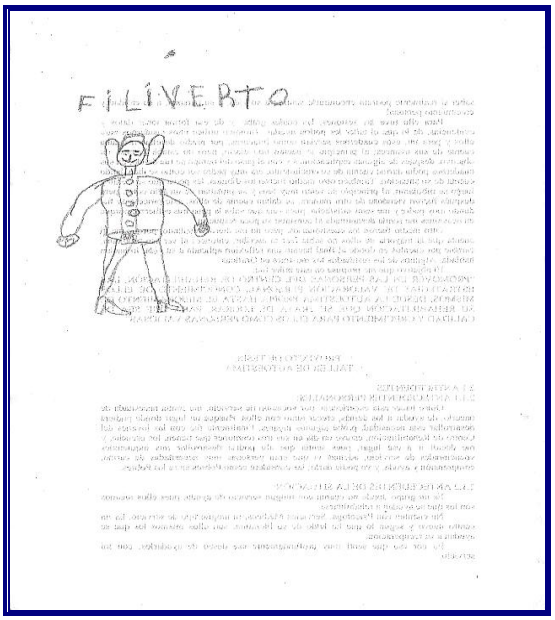
Neg. Como un perro rabioso, rechazado por todos, loco, que no vale para nada.

Ger. Como un payaso ridículo, que no sirve, solamente para burlarse de él.

Edu. Como un chango payaso, que no quiere trabajar, irresponsable

Dol. Rechazado por mi familia, alguien que da miedo y asco, irresponsable.

Siguen ellos mismos viéndose mal, inútiles y sin ningún valor Con pocas ilusiones y deseos de luchar, enfrentarse con su realidad de vida, se sienten inútiles y que no sirven y ante esto a mí también al igual que a ellos se me bajaron las pilas, me sentí decepcionada.




Para esta pregunta sus respuestas fueron:

3 Personas dijeron que se ven como changos.
1 Persona dijo que se ve como un perro rabioso.
1 Persona dijo que se ve como un perro sin dueño.
5 Personas dijeron que se ven como payasos ridículos.
6 Personas dijeron que nomás sirven de burla para los demás.
1 Persona dijo que se ve como un burro, que no entiende.
1 Persona dijo que se ve como un vicioso.
1 Persona dijo que se ve como un enfermo mental.
2 Persona dijo que ve que provoca asco.
2 Persona dijo que ve que provoca miedo
1 Persona dijo que es mentiroso.
2 Personas dijeron que son rateros.
3 Personas dijeron que se valoran como locos.
2 Personas dijeron que se valoran como basura.

14 Personas dijeron que no valen, ni sirven.

4 Personas dijeron que son flojos.

11 Personas dijeron que se valoran como irresponsables.

2 Personas dijeron que se valoran sin voluntad.

6 Personas dijeron que se valoran como personas inútiles.

5 Personas dijeron que se sienten rechazados.

1 Persona dijo, que no le importa a nadie.

## ANEXO 10 ¿CÓMO TE VALORAN TU FAMILIA, LOS DEMÁS Y LO QUE ESCUCHASTE QUE TE DECÍAN?

J.A. Alguien que estorba, que no sirve, menso.

Juv. Como una cosa que estorba, que es flojo, menso, loco.

A.A. Como alguien que estorba, que es inútil, que no sirve, sin carácter.

T.M. Como una persona que estorba, que es inútil e irresponsable, rebelde.

M.A Alguien que estorba, que da miedo y asco, irresponsable, inútil, gritón, contestón.

Jav. Una persona que estorba, inútil, irresponsable, loco, menso, que no tiene carácter.

Car. Una persona que estorba, inútil, ratero, irresponsable, mentiroso, rebelde.

SM. Alguien que estorba, que da asco y miedo, ratero.

J.C. Una persona inútil, desmadroso, que no sirve, irresponsable, respondón, gritón.

J.R. Como persona que estorba, inútil, flojo, irresponsable, peleonero, mandón, gritón

AM. Como una cosa que estorba, sin tomarlo en cuenta, inútil, irresponsable, flojo.

Jes. Rechazado, que estorba, como una silla, irresponsable, loco, enfermo mental.

Rog. Como un mueble que estorba, que lo pueden tirar, rechazar, flojo, sin capacidad.

Rau. Me rechazan, me ignoran, no me toman en cuenta, inútil, irresponsable, gritón.

Raf. Como una cosa, me ignorado, sin ser tomado en cuenta, como inútil, flojo, lento

Tris. Ignorado, una persona inútil, irresponsable, que nada le importa, menso, lento.

Gab. Como una cosa que no piensa, inútil, flojo, sin ninguna responsabilidad.

Alf. Alguien que no sirve, que estorba, flojo, que no lo toman en cuenta rebelde.

J.P. Como una cosa que estorba, flojo, irresponsable, que da asco, miedo, menso.

Neg. Como una cosa que estorba, inútil, irresponsable, flojo, asqueroso, loco, rebelde.

Ger. Una cosa inútil, irresponsable, que estorba, loco, flojo, ratero, obediente.

Edu. Una persona floja, irresponsable, asquerosa, que estorba, nomás da trabajo, gritón

Dol. Como alguien que estorba, que es rechazado, flojo, irresponsable, sin saber respetar.

La familia, no los apoya, los sienten como un estorbo, quieren deshacerse de ellos; motivo por el cual los dejan o los engañan; no le encuentran sentido su vida.






Para esta pregunta sus respuestas fueron así:

13 Personas dijeron que se sienten como una cosa que estorba.
5 Personas dijeron que se sienten asquerosos.
5 Personas dijeron que se sienten que son unos gritones.
16 Personas dijeron que se sienten que son unos irresponsables.
1 Persona dijo que es una persona desmadrosa.
7 Personas dijeron que se sienten como mensos.
4 Personas dijeron que se sienten rebeldes.
2 Personas dijeron que son rateros.
2 Personas dijeron que se sienten como alguien que provoca miedo.
1 Persona dijo que se siente como un enfermo mental.
1 Persona dijo que se siente que es peleonero.
1 Persona dijo que siente que es mandón.
1 Persona dijo que es respondón.
1 Persona dijo que no sabe espetar.
1 Persona dijo que es mentiroso.
3 Personas dijeron que escucharon que no sirven para nada.
14 Personas dijeron que escucharon que son unos inútiles.

12 Personas dijeron que escucharon que eran flojos.

16 Personas dijeron que escucharon que son irresponsables.

7 Personas dijeron que escucharon que eran unos mensos.

4 Personas dijeron que escucharon que eran rebeldes.

5 Personas dijeron que escucharon que eran unos locos.

2 Personas dijeron que escucharon que eran lentos.

2 Personas dijeron que escucharon que eran unas personas sin carácter.

1 Persona dijo que escuchó que le decían que era un desmadroso.

1 Persona dijo que escuchó que nada le importaba.

1 Persona dijo que escuchó que no sabe respetar.

1 Persona escuchó que era una persona obediente.

## ANEXO 11. ¿CÓMO ESTÁS Y TE CASTIGAS?

J.A. Nervioso, inquietud, me castigo rayándome y destruyéndome.

Juv. Intranquilo, nervioso y me castigo: no comer, no dormir y destruyéndome.

A.A. Agresivo, nervioso, me destruyo tomando, drogándome y rallándome.

T.M. Nervioso, poco seguro, me castigo tomando cosas que me destruyen.

M.A Feliz de estar sobrio, pero me he castigado tomando alcohol.

Jav. Me siento a gusto de estar así, pero me he castigado tomando y drogando.

Car. Nervioso, intranquilo, me castigo marcándome y tomando cosas.

SM. Nervioso, con dolores, me he castigado destruyéndome.

J.C. Contento de estar aquí, pero me he castigado haciendo cosas que me destruyen.

J.R. Aprendiendo a vivir, con coraje, renegando por haberme destruido

AM. Nervioso, enojado, aprendiendo que se puede vivir de otra manera.

Jes. Triste, con dolores de cuerpo y alma, me castigo tomando.

Rog. A gusto, feliz porque me siento otro, me castigo tomando.

Rau. Pensativo, enojado, por hacer cosas destructivas con mi vida.

Raf. Triste, arrepentido, dolido, me castigué haciéndome tatuajes y tomando droga.

Tris. Triste, enojado, arrepentido, por hacer cosas destructivas y perder mi familia.

Gab. Nervioso, intranquilo, enojado y buscando lo que perdí en mi vida.

Alf. Arrepentido, tomando conciencia de lo hice a mi familia y a mí mismo

J.P. Dolido en el cuerpo y en el alma, que le hice a mi familia y a mí.

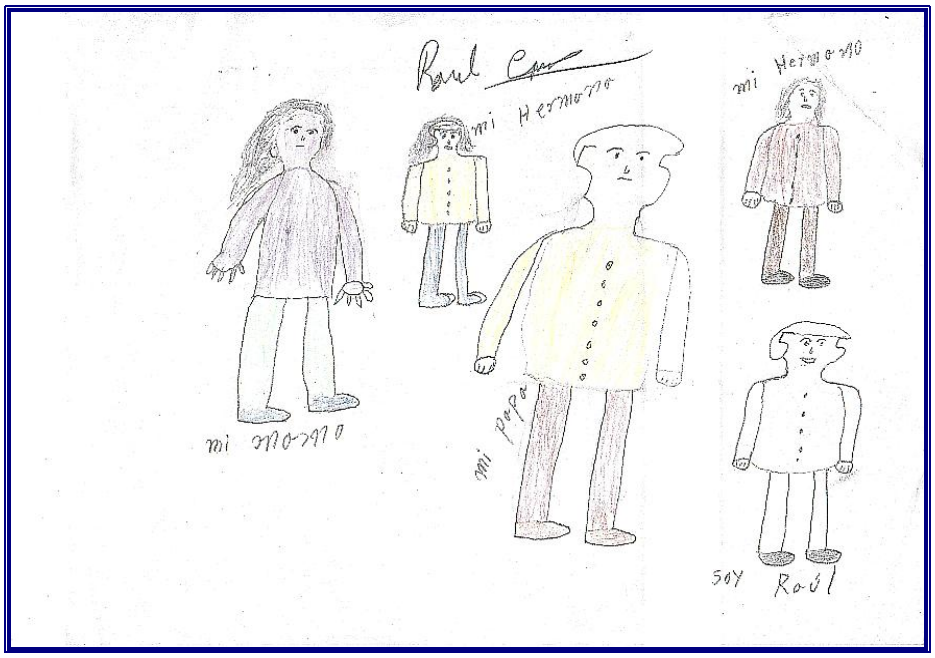
Neg. Enojado con mi familia y con la policía, nervioso, con dolor de cerebro

Ger. Contento y echándole ganas para cambiar y ser otro, me destruí tomando drogas

Edu. Feliz por estar aquí, recuperándome y buscando ser otro persona.

Dol. Sin darme cuenta de mi enfermedad, no quiero aceptarla y me castigué con ella.

Se sienten de diversas maneras Algunos evadiendo la realidad, que no les gusta, buscan una salida fácil y se destruyen; otros felices y con deseos de cambiar y llevar una vida sana, quieren que este tiempo les sirva para tomar fuerzas y enfrentarse a su realidad con optimismo.




Para esta pregunta sus respuestas fueron:

9 Internos dijeron que estaban nerviosos.
2 Personas dijeron que se sentían inquietos.
1 Persona dijo que se sentía agresivo.
3 Personas dijeron que se sentían intranquilos.
5 Personas dijeron que estaban enojados con su familia y con la policía.
3 Personas dijeron que se sentían tristes.
1 Persona dijo que estaba pensativa.
3 Personas dijeron que estaban arrepentidas.
1 Persona que estaba dolido.

1 Persona dijo sin darse cuenta de su enfermedad.

3 Personas dijeron que estaban enfermos del cuerpo y del alma.

5 Personas dijeron que estaban felices y contentos.

2 Personas dijeron que se sentían agusto.

5 Personas dijeron que estaban aprendiendo a vivir.

1 Persona dijo que se sentía poco seguro.

3 Persona dijeron que se castigaban rallándose.

8 Personas dijeron que castigaban drogándose.

3 Personas dijeron que se castigaban alcoholizándose.

8 Personas dijeron que se castigaban destruyéndose.

1 Persona contestó que está tomando conciencia.

1 Persona contestó que se castiga, no comiendo, ni durmiendo.

## ANEXO 12. ¿QUÉ HE HECHO CON MI CUERPO, Y CONFÍO EN EL?

J.A. Destruirme, quitarme la vida, ni siquiera me doy cuenta de que tengo cuerpo.

Juv. Darle lo que le hace daño y lo destruye, ni me doy cuenta de que lo tengo.

A.A. Destruirlo, reclamarle, aburrirme y me choca tenerlo.

T.M. Hacer cosas de destrucción, ni siquiera lo tomo en cuenta y ni se que lo tengo.

M.A. Ni me doy cuenta de que es parte mía, lo siento independiente.

Jav. No me gusta, le reclamo por estar chueco, ni en cuenta de que lo tengo.

Car. No me doy cuenta de que lo tengo, me sirve de estorbo, ni le tengo confianza.

SM. No lo tomo en cuenta y ni siquiera se que existe, me da miedo saber de él.

J.C. Ni me he dado cuenta que lo tengo, me estorba, no me interesa.

J.R. No me daba cuenta de él, solamente me dolía, pero no sabía en dónde

AM. No me daba cuenta de él, solamente sentía dolor y reclamos, no lo conozco.

Jes. Ni siquiera se que lo tengo y por lo tanto no lo tengo confianza.

Rog. Para nada, ni sabía que lo tenía, por lo mismo no lo cuido.

Rau. Ni en cuenta que lo tuviera, no le tengo confianza, porque no lo conozco.

Raf. No lo he cuidado, porque no lo conozco, pienso que no tengo.

Tris. Para nada, no me he dado cuenta que tengo vida, no conozco mi cuerpo.

Gab. Ni siquiera se que lo tengo y por lo mismo no lo cuido.

Alf. Ni me ha dado cuenta que lo tengo, no lo siento, siento dolor en algún lado

J.P. Claro que no lo conozco, ni lo tomo en cuenta, no lo escucho, lo ignoro.

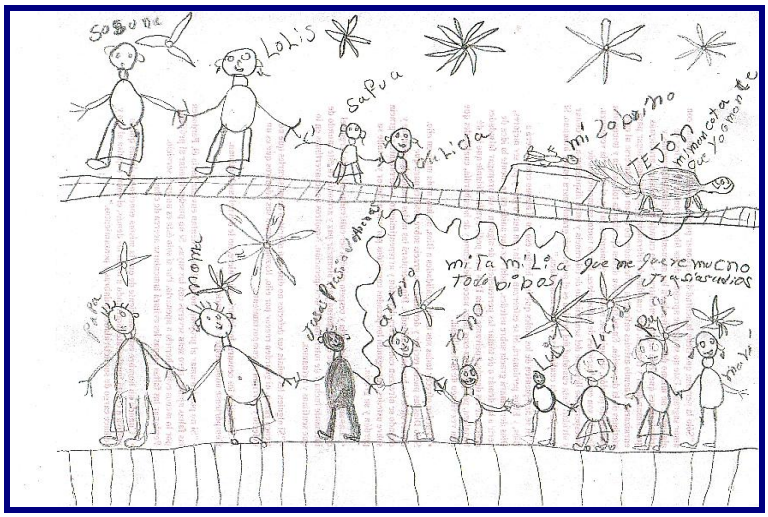
Neg. Destruirlo, porque no lo tomo en cuenta, ni lo cuido.

Ger. No sabía que lo tenía, por lo mismo no me cuido y lo destruyo.

Edu. Destruirme, quitarme la vida, no sentía que lo tenía, no lo tomaba en cuenta.

Dol. No me doy cuenta de que tengo vida, y tengo un cuerpo.

Demuestran su descontento, rallándose su cuerpo y además tomando lo que les quita calidad de vida. Hay una falta de conciencia de que su cuerpo son ellos, según dicen ellos no lo toman en cuenta, ni saben que lo tienen. Al escucharlos me dolía oírlos, sus respuestas las decían con dolor, amargura y resentimiento.




Para esta pregunta sus repuestas fueron las siguientes:

7 Personas dijeron que se han destruido su cuerpo y su alma.

2 Personas dijeron que con eso se han quitado la vida.

1 Persona dijo, que le ha dado a su cuerpo lo que le hace daño.

2 Personas dijeron, sentían dolor pero no sabían en qué parte.

3 Personas dijeron que le reclaman a su cuerpo y también por estar chuecos.

2 Personas dijeron que solamente sirven de estorbo.

1 Persona dijo que no se ha interesado por su cuerpo y lo destruye.

21 Personas dijeron que no sabía que tenía cuerpo.

1 Persona dijo que no sabía escuchar su cuerpo.

5 Personas dijeron, que no han cuidado a su cuerpo.

4 Personas dijeron que ni siquiera toma en cuenta a su cuerpo.

4 Personas dijeron que no sienten su cuerpo.

2 Personas dijeron que no les gusta su cuerpo.

1 Persona dijo que le choca su cuerpo.

1 Persona dijo que le da miedo su cuerpo.

4 Personas dijeron que no conocen su cuerpo.

1 Persona dijo que ignora su cuerpo, no lo toma en cuenta.

3 Personas dijeron que no le tiene confianza a su cuerpo.

## ANEXO 13. ¿CÓMO TE RESPETAS Y RESPETAS A LOS DEMÁS?

J.A. Creo que nada y como yo no se respetar, ellos no me respetan.

Juv. Pienso que nada, soy grosero con los demás, ellos no me respetan.

A.A. No aprendí a respetarme, ni a darlo a los demás.

T.M. Para nada, no lo aprendí en ninguna parte y no se darlo a los demás.

M.A No creo que sepa hacerlo conmigo, menos me lo dan los demás.

Jav. Por lo que hago, para nada me respeto y los demás menos.

Car. No aprendí en ninguna parte a respetarme, ni a darlo a los demás.

SM. No me respeto y no lo busco.

J.C. Para nada lo hago conmigo, ni busco en de los demás.

J.R. No aprendí a hacerlo y por lo tanto no lo busco.

AM. No me respeto para nada, siento que no lo necesito, ni tampoco el de los otros.

Jes. Yo creo que no y el de los demás no me interesa.

Rog. Para nada, no me enseñaron a hacerlo conmigo, ni con los demás.

Rau. No se dármelo, ni darlo y por eso no lo busco.

Raf. Claro que no y los demás no me lo dan, ni lo busco.

Tris. No se hacerlo, nadie me enseñó, no espero que me lo den los demás.

Gab. Para nada lo hago conmigo y no merezco el de los demás.

J.P. Para nada, no está en mi vida, es algo que no conozco, no espero que me lo den.

Neg. Claro que nada, no me lo doy a mí, ni a los demás y no lo busco, ni lo espero.

Ger. Creo que para nada me lo doy y ni siquiera lo busco.

Edu. No para nada, no me interesa, ni lo he buscado.

Dol. Pienso que no me doy nada, aunque lo aprendí, no lo hago, ni lo busco.

Algunos dicen que no se respetan a ellos ni a los demás y otros se esfuerzan por respetar a los demás y por eso buscan destruirse y que su vida no tenga una buena calidad. Al escuchar sus respuestas sentí tristeza, pero al mismo tiempo enojo, por ver su indiferencia, y como que se sentían héroes.




Para la pregunta hecha, sus respuestas fueron las siguientes:

19 Internos dijeron que para nada se respetaban.
2 Internos dijeron que no los enseñaron a respetarse.
9 Internos dijeron que no busca respetarse.
1 Interno dijo que no merece respetarse.
2 Internos dijeron que no le interesa respetarse.
4 Internos dijeron que no lo aprendió en su casa el respeto.
1 Interno dijo que sí se lo enseñaron, pero no hizo casa y lo olvidó.
1 Interno dijo que no conoce el respeto.
1 Interno dijo que lo necesita el respeto en su vida.
17 Internos dijeron que no respetan en nada a los demás
9 Internos dijeron que no busca respetar a los demás.
17 Internos dijeron que a nadie da respeto.
1 Interno dijo que no le interesa respetar.
1 Interno dijo que es grosero con los demás.

## ANEXO 14. ¿DÓNDE BUSCAS LA FELICIDAD Y QUÉ HACES PARA TENERLA?

J.A. En el vino y no haga nada para tenerla.

Juv. En los vicios y ni siquiera sabía que no la tenía y no hago nada.

A.A. Destruyéndome en el alcohol y ahí la he buscado y no la he encontrado.

T.M. En el alcohol y la droga, con los amigotes y pienso que no la encontré.

M.A. En el alcohol, me hace falta, pero no la he encontrado.

Jav. En el vino, el trabajo, el pleito, pero no la tengo.

Car. En las drogas, las fiestas, la irresponsabilidad y no hago nada para tenerla.

SM. En los vicios y no hago nada para tenerla.

J.C. En los vicios, en las cosas y hasta ahora no he hecho nada

J.R. En los vicios, las fiestas, en muchas cosas de afuera y no he hecho nada

AM. En las drogas, las diversiones, en las pachangas y no la tengo en mi vida

Jes. En muchos lados, el olvido, la evasión y no hago la lucha por buscarla, me duele.

Rog. En los vicios, la irresponsabilidad, el engaño y no la he buscado

Rau. En los vicios, la ignorancia, la mentira y no he hecho nada porque me da flojera.

Raf. En las drogas, el descuido, el olvido y no hago nada para tenerla en mi vida

Tris. En el vicio, la irresponsabilidad, el olvido, el engaño y no el busco, me duele.

Gab. En la destrucción, la evasión, no me quiero dar cuenta que no la tengo.

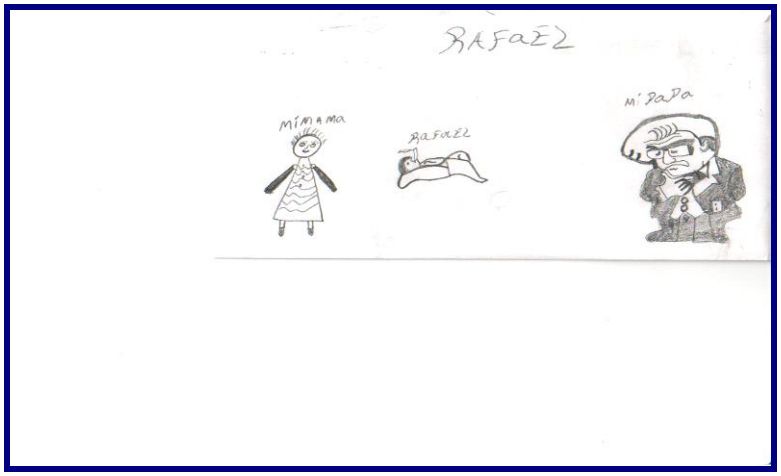
Alf. En la calle, en los vicios, el rencor por el engaño, me duele buscarla.

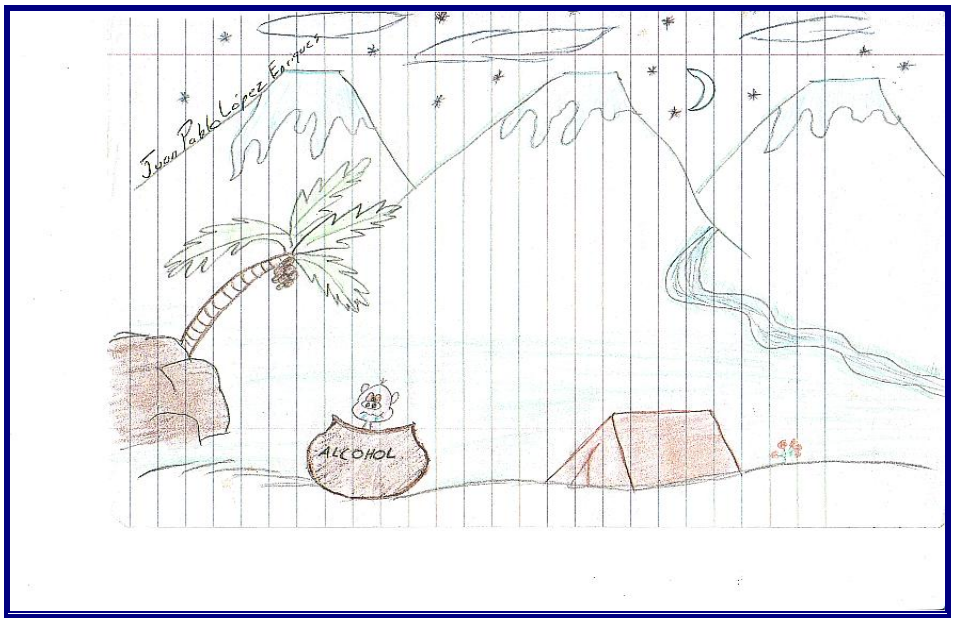
J.P. En los vicios, el olvido, la ignorancia y en ellos no la he encontrado.

Neg. En las drogas, el trabajo, la soledad y hasta ahora no he hecho nada.

Ger. En las drogas, con los amigos y no hago nada por tenerla, no me muevo.

Nos dicen que eso, que buscan en el vicio y la diversión destruyéndose. Porque dicen ellos que no saben de otra forma. Me dió enojo al escucharlos, pues al oírlos cómo lo hacían, pude percibir la poca responsabilidad.




Contestaron a esta pregunta lo siguiente:

5 Personas dijeron que buscan la felicidad en el alcohol.

6 Personas dijeron que la buscan en la droga.

9 Personas dijeron que la buscan en el vicio.

3 Personas dijeron que no la quiere buscar, porque le duele hacerlo.

1 Persona dijo que la busca en pachangas, pero no la ha encontrado.
2 Personas dijeron que evaden para buscarla.
1 Persona dijo que la ha buscado en el pleito.
2 Personas dijeron que la han buscado en el trabajo.
2 Personas dijeron que la han buscado en los amigos.
4 Personas dijeron que la han buscado en el olvido.
3 Personas dijeron que en la irresponsabilidad la han buscado.
2 Personas dijeron que en el engaño la han buscado.
1 Persona dijo que la ha buscado en la mentira.
1 Persona dijo que la buscado en el descuido
1 Persona dijo que en la calle la ha buscado.
1 Persona dijo que la ha buscado en el rencor.
2 Personas dijeron que en la ignorancia la han buscado.
1 Persona dijo que la ha buscado en la soledad.
1 Persona dice que no la buscado, y que no se mueve para hacer algo.
2 Personas dijeron que la han buscado en la destrucción de ellos.
1 Persona dijo que la ha buscado en la flojera y que no hace nada.
1 Persona dijo que no quiere darse cuenta de que necesita ayuda.
20 Personas dijeron que no hacen nada para ser felices.
2 Personas dijeron que han hecho algunas cosas, pero no lo han logrado.
3 Personas dijeron que la han buscado en las fiestas.

## ANEXO 15. ¿TE GUSTA COMO ERES?

J.A. No me gusta, aunque no me conozco

Juv. Claro que no, porque no quiero ser así, aunque no trabajo por conocerme

A.A. No me gusta y no quiero ser otra persona

T.M. Para nada, me choca ser así, no conozco que pueda ser diferente

M.A. Para nada, pero no se cómo hacerle para ser diferente

Jav. No me gusto, pero ni modo ya soy así.

Car. Para nada, pero ni modo ya soy así.

SM. No me gusto nada y ni se cómo soy

J.C. Claro que no y ni se quién soy y cómo soy.

J.R. No me conozco, porque no quiero verme.

AM. Para nada, estoy feo y no me conozco.

Jes. No para nada.

Rog. Claro que no, no me veo y no me gusto.

Rau. Para nada, ni siquiera se cómo soy.

Raf. No me gusto y no se cómo soy, nunca me he visto.

Tris. Ni siquiera se cómo soy, porque no me gusto.

Gab. No me gusto y no quiero verme.

Alf. Para nada me gusto y tampoco a mi esposa.

J.P. No me conozco, pero creo que soy guapo y me gusto.

Neg. Para nada, no me gusta mi cuerpo, ni mi color.

Ger. Para nada, nunca me he visto, además estoy chaparro.

Me dió tristeza, al escucharlos, pienso que no se quieren y que necesitan mucho cariño, paciencia y apoyo, para que puedan descubrirse y aceptarse.

Sus respuestas a la pregunta, fueron las que a continuación presento:

23 Internos dijeron que nos les gusta su cuerpo, ni su color.

5 Internos dijeron que no saben cómo es su cuerpo.

4 Internos dijeron que no quieren verse cómo es.

1 Interno dijo que creía que era guapo.

1 Interno dijo que nunca se ha visto cómo es.

2 Internos dijeron que les choca ser así.

2 Internos dijeron que no cree que pueda ser diferente.

4 Internos dijeron que no se conocían.

2 Internos dijeron que estaban feos y chaparros.

2 Internos dijeron que ya eran así y ni modo.

1 Interno dijo que no quiere verse así.

## ANEXO 16. ¿QUÉ SIENTES AL VERTE ASÍ Y CÓMO ESTÁ TU AUTOESTIMA?

J.A. Ganas de cambiar, de ser otra persona y mi autoestima muy baja.

Juv. Ganas de vivir, de ser una persona feliz y para nada tengo algún valor.

A.A. Deseos de echarle ganas, de trabajar para cambiar, no tengo nada.

T.M. De ser otra persona sana que busque ser feliz y sabio y no tengo.

M.A. Palpitaciones y ganas de volver a vivir, no tengo ninguna.

Jav. De llevar una vida mejor y sana, de ya no alcoholizarme, creo que muy baja.

Car. Ganas de ser otra persona y vivir siendo feliz y alegre, no la conozco.

SM. De ser una persona sana, sabia y feliz, y deseo trabajar en mi autoestima.

J.C. De llevar una vida nueva, cambiar y ser otro y cada día trabajar en crecer.

J.R. De volver ha vivir, de ser otra persona diferente y conocerme para ser mejor.

AM. De cambiar, ser una persona diferente, sana y feliz y cada día querer crecer.

Jes. De echarle ganas a mi vida, mi autoestima está por los suelos.

Rog. De ser otro, que me de gusto verme, no tengo ninguna, no valgo nada.

Rau. Ser otra persona diferente, empezar a vivir, mi autoestima muy baja.

Raf. Echarle ganas, empezar a vivir, no tengo ninguna autoestima.

Tris. Hacerme de cuenta que empiezo a vivir, mi autoestima muy baja, no valgo.

Gab. De echarle ganas y todos los kilos para hacer otra persona, no tengo ninguna.

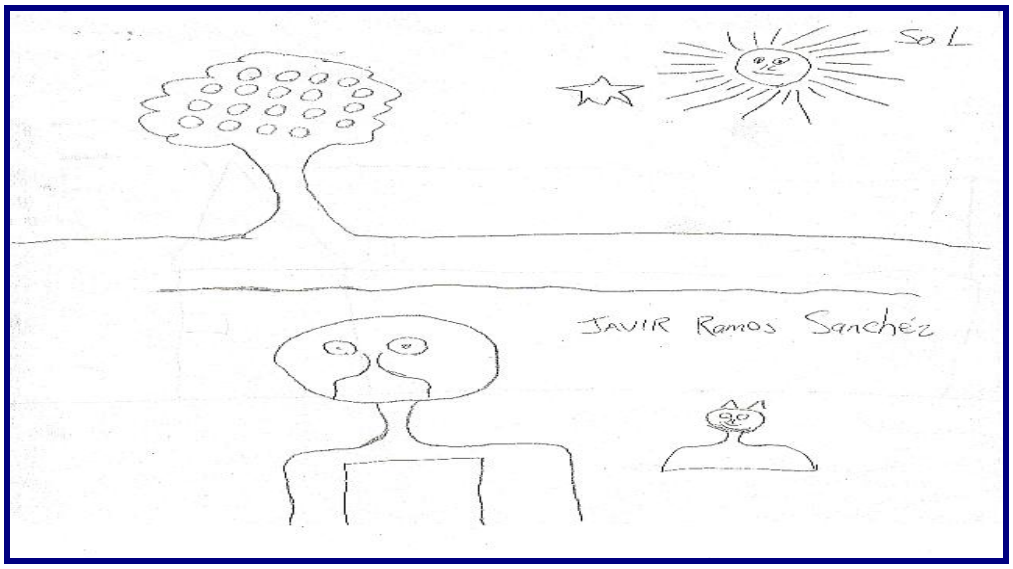
Alf. De cambiar y ser diferente, muy baja y quiero que los demás la tengan como yo.

J.P. De ser otro, que busque estar bien y sano, muy baja, aunque soy fuerte.

Neg. De echarle muchas ganas y coraje para cambiar, de ningún tipo, no tengo nada.

Ger. De ser diferente, sabio, fuerte, con poder, para decidir lo que quiero, muy baja

Aunque se sienten mal, quieren decir que existen y que necesitan de cariño, atención, cuidado y apoyo. Me sentí triste y dolida.




Sus respuestas a esta pregunta fueron:

5 Anexados dijeron que se sienten con ganas de cambiar.

17 Anexados dijeron que quieren ser otras personas.

6 Anexados dijeron que se sienten con ganas de vivir.

10 Anexados dijeron que se sienten con ganas de ser unas personas sanas, sabias y felices, porque quieren crecer.

1 Anexado que se siente con muchas ganas de salir para trabajar.

1 Anexado dijo que siente gusto al verse.

5 Anexados dicen que su autoestima la tienen muy baja.

1 Anexado dice que su autoestima la tiene por los suelos

6 Anexados dijeron que no tienen autoestima.

1 Anexado dijo que no conoce la autoestima.

## ANEXO 17. ¿CÓMO CREES QUE TIENES TU AUTOESTIMA?

J.A. Muy baja.

Juv. No tengo.

A.A. Sabe, pero creo que por los suelos.

T.M. Bajísima, al escuchar que hay distintos tipos de autoestima.

M.A. No tengo de ninguna.

Jav. Muy baja.

Car. No la conozco que tenga ninguna.

SM. De ninguna.

J.C. Muy baja, por los suelos.

J.R. No tengo ninguna, ni siquiera sabía que existiera.

AM. De ninguna, no había oído hablar que existiera.

Jes. No tengo ninguna.

Rog. Por los suelos, creo que no tengo ninguna.

Rau. Mi autoestima muy baja.

Raf. No tengo ninguna autoestima.

Tris. Mi autoestima muy baja, no valgo.

Gab. No tengo ninguna.

Alf. Muy baja y quiero que los demás la tengan como yo.

J.P. Muy baja, aunque soy fuerte y no la necesito.

Neg. De ningún tipo, no tengo nada.

Ger. De ningún tipo, pues no tengo.

Sentí dolor, escucharlos tan dolidos, desprotegidos, vulnerables, me dieron ganas de acogerlos y ayudarlos.



A esta pregunta contestaron:

8 Anexados dijeron que su autoestima la tienen muy baja.

13 Anexados dijeron que no tienen ninguna autoestima.

3 Anexados dijeron que la autoestima no la conocen.

1 Anexado dijo, que no la tiene y que quiere que los demás la tengan igual que él.

1 Anexado dijo que la autoestima no la necesita.

3 Anexados dijeron que tienen su autoestima por los suelos.

## ANEXO 18. ¿HACES TUYOS ESOS ENEMIGOS Y A CUÁLES LES HACES MÁS CASO?

J.A. Forman parte de mí, y me comparo con los demás.

Juv. No puedo vivir sin ellos, me comparo y quiero ser igual.

A.A. Sí, los quiero mucho, me echo malas y me digo cosas para sentirme mal.

T.M. Sí, los tengo bien metidos y son míos, me critico, me burlo de mi familia.

M.A Por supuesto que sí, es parte mía, me critico y me tacho como de lo peor.

Jav. Las siento que son parte mía y no las quiero soltar, me digo cosas ofensivas.

Car. Sí, les hago mucho caso, son parte mía, siento muy grandes mis errores.

SM. Sí los quiero mucho y siento que son míos, todos los tengo muy adentro.

J.C. Claro que sí y los ciento que son míos, evado, me comparo y critico.

J.R. Sí, los aprendí muy bien y esos los que me han dado la vida, me comparo y critico.

AM. Claro, porque los aprendí muy bien, me comparo y quiero tener lo de los demás.

Jes. Sí, los aprendí muy bien, me comparo y quiero ser como los otros.

Rog. Fue lo que más aprendí y son míos, me critico y no me gusta equivocarnos.

Rau. Sí los aprendí muy bien y no los he olvidado, me critico con coraje y enojo.

Raf. Claro que sí, siento que es lo único que tengo, me pongo zancadillas a mí mismo.

Tris. Forman parte de mi persona, las aprendí muy bien, evado, no quiero darme cuenta.

Gab. Sí, siento que son míos, me da coraje equivocarme o que los otros se den cuenta.

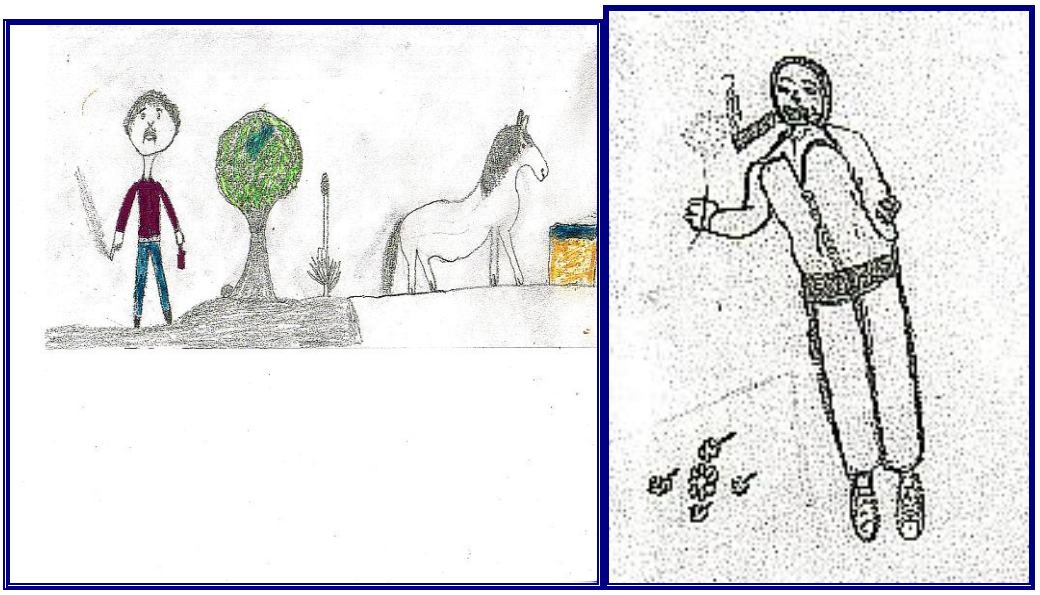
Alf. Sí, los aprendí muy bien y quiero imponérselos a mi familia, me comparo

J.P. Sí son míos y los quiero, me comparo con los demás y quiero ser igual que ellos.

Neg. Sí forman parte de mí, los quiero, cuido, me critico y me digo groserías.

Ger. Los aprendí, los hice míos y quiero vivir de acuerdo a ellos, me comparo y me envidio por no ser igual.

Dicen la manera cómo hicieron suyos, lo que escucharon desde que eran niños, esto lo oyeron de sus padres o adultos significativos.



A esta pregunta sus respuestas fueron:

3 Muchachos dijeron que esos enemigos eran parte de ellos.
1 Muchacho dijo que no puede vivir sin ellos.
3 Muchachos dijeron que los quieren mucho.
1 Muchacho dijo que les hace mucho caso.
1 Muchacho dijo que los tenía bien metidos en su vida.
8 Muchachos dijeron que los había aprendido muy bien.
10 Muchachos dijeron que eran de ellos.
5 Muchachos dijeron que eran los que le habían dado vida.
1 Muchacho dijo que vive de acuerdo a ellos.
9 Muchachos dijeron que el enemigo que más caso le hace es el de la comparación.
3 Muchachos dijeron que se echaban malas y se metían zancadillas.

7 Muchachos dijeron que se criticaban ellos mismos.

8 Muchachos dijeron que no les gusta equivocarse.

2 Muchachos dijeron que el enemigo más importante en sus vidas era la evasión.

1 Muchacho dijo que el enemigo era la burla.

1 Muchacho dijo que su enemigo más importante es la envidia.

1 Muchacho dijo que esos enemigos quieren imponérselos a su familia.

## ANEXO 19. ¿RECIBISTE CARIÑO O ALGUNA ATENCIÓN Y CUIDADO DE TUS PADRES?

J.A. Para nada, me decían de madre para abajo y me pusieron a trabajar muy chico

Juv. Mi padre es un borracho, desobligado, golpeador, solamente recibí cariño de mi madre.

A.A. No conocí a mis padres y viví con unos parientes que me decían groserías.

T.M. Para nada, no les importé y me fui al Norte, de mi padre golpes y burlas.

M.A No conocí a mi padre, ya que dejó a mi madre porque era un borracho.

Jav. No recibí nada de ellos, puro rencor y desobligación, solamente burlas y trabajo.

Car. Si me ayudaron, pero yo los juzgaba, todavía me dan cariño.

SM. Ni me acuerdo, no se sí tendría padres.

J.C. Claro que sí, pero me valía, espero que sí, de mi madre, de mi padre golpes y groserías.

J.R. Mi padre fue un borracho, de eso murió, me decía de madre para abajo, de mi madre sí.

AM. A lo mejor sí, pero yo no hice caso, me dediqué a la vagancia, todavía se preocupan por mí.

Jes. Si me ayudaron y se interesaron por mí, sí recibí y tengo buenos recuerdos.

Rog. No me acuerdo, fui huérfano, maltratado, golpes, burlas que todavía me duelen.

Rau. Sí, pero no hacía caso, creo que sí, pero ni me acuerdo.

Raf. No creo, pues mi padre es un borracho, golpeador, solamente de mi madre.

Tris. No les interesé nunca y mi padre me dio ejemplo de borracho, golpeador.

Gab. Sí, pero no los quise escuchar, ni recibir, todavía me demuestran su cariño.

Alf. Sí de mi madre, y eso me ha ayudado a seguir viviendo porque mi padre murió de borracho.

J.P. Yo creo que sí, porque todavía les intereso a los dos, me dan cuidados y detalles.

Neg. No me ayudaron mis padres, solamente mi madre, mi padre me golpeó y maltrató.
Ger. Sí, aunque los eché al olvido, todavía los siento en su preocupación de que me recupere.

Nos dicen en sus respuestas del grande dolor y resentimiento que siguen teniendo con sus padres, aunque dicen quererlos, sobre todo la mamá, esto les provocaba alegría, se les iluminaba la cara y eso me dio alegría.







En esta pregunta sus respuestas fueron las siguientes:

8 Personas dijeron que no habían recibido ningún cariño.

7 Personas dijeron que solamente habían recibido golpes.

2 Personas dijeron que habían recibido maltrato.

4 Personas dijeron que solamente habían recibido malas palabras y groserías.

6 Personas dijeron que solamente habían recibido de su padre mal ejemplo.

2 Personas dijeron que los habían hecho trabajar muy chicos.

3 Personas dijeron que no conocieron a sus padres y que no sabe si los tiene.

1 Persona dijo que para nada les importó.

2 Personas dijeron que recibieron solamente burlas.

2 Personas dijeron que recibieron las consecuencias de la desobligación.

1 Persona dijo que solamente recibió el rencor de parte de sus padres.

7 Personas dijeron que solamente recibieron la atención de parte de su mamá.

2 Personas dijeron que de su mamá recibieron interés y preocupación.

2 Personas dijeron que sus padres le dieron cariño.

2 Personas dijeron que recibieron de sus padres cuidados.

2 Personas dijeron que recibieron de sus padres ayuda.

1 Persona dijo que tiene buenos recuerdos de sus padres.

## ANEXO 20. ¿COMO TE SIENTES DESPUÉS DEL TALLER Y SIENTES QUE TE AYUDÓ?

J.A. Gustoso, con confianza en mí mismo, me ayudó a descubrirme.

Juv. Con muchas ganas de seguir adelante y cambiar, a prendí a darme cuenta que valgo

A.A. Con ánimos, porque me di cuenta que puedo luchar y me siento seguro.

T.M. Feliz y con ánimos de seguir caminando seguro, descubrí mi Yo real.

M.A Animoso con ganas de enfrentarme, soy responsable de hacer de mi vida lo mejor.

Jav. Contento y con las ganas de probarme, ya no me siento tan enojado y resentido.

Car. Feliz y muy satisfecho, me ayudó a descubrirme.

SM. Con ganas de seguir adelante, sin drogas, aprendí que soy una persona que valgo.

J.C. Contento y con entusiasmo de haberme conocido, me siento seguro de mi vida.

J.R. Feliz y entusiasmado por enfrentarme al mundo de afuera, aprendí que valgo

AM. Muy feliz, pero con miedo a mí mismo, soy una persona con poder e importante.

Jes. Contento y con ganas de probarme, descubrí que valgo y que puedo cambiar.

Rog. Feliz de haberme descubierto y saber que valgo y tengo dentro de mí valores.

Rau. Gustoso de descubrirme y darme cuenta que puedo ser otra persona.

Raf. Animoso y con ganas de enfrentarme al mundo de afuera, porque puedo.

Tris. Feliz y contento de saber que el poder y la fuerza están en mí, porque valgo.

Gab. Con muchas ganas de cambiar y ser otro, aprendí a descubrirme.

Alf. Entusiasmado y con ganas de echarle ganas, aprendí a tomarme en cuenta.

J.P. Feliz de saber que puedo hacer de mi vida lo que quiera, porque valgo.

Neg. Contento y con ganas de enfrentarme, soy importante y soy persona

Ger. Feliz y con miedo que no vaya a poder, me ayudó a descubrirme y que soy una persona útil.

Podemos darnos cuenta a través de sus respuestas, cómo al darse cuenta de que pueden ser unas personas diferentes y que tienen derecho a vivir felices, a oportunidades, que tienen muchas cualidades, que en ocasiones es necesario descubrirlas y finarnos en ellos, reconocer sus logros y felicitarlos.









A esta pregunta lo que dijeron fue lo siguiente:

2 Muchachos dijeron que se sentían gustosos.
2 Muchachos dijeron que se sentían con confianza en ellos.
6 Muchachos dijeron que se sentían con ganas de cambiar.
2 Muchachos dijeron que se sentían con ganas de luchar.
2 Muchachos dijeron que se sentían con ganas de seguir adelante.
3 Muchachos dijeron que se sentían con ganas de probarse.
7 Muchachos dijeron que se sentían felices.
2 Muchachos dijeron que se sentían con miedo.
7 Muchachos dijeron que sentían animosos.
8 Muchachos dijeron que sentían con ganas de enfrentarse al mundo.
6 Muchachos dijeron que les ayudó el taller haberse descubierto.
8 Muchachos dijeron que el taller les ayudó a darse cuenta de que valen.
3 Muchachos dijeron que les ayudó a darse cuenta de que tienen poder.
1 Muchacho dijo que le ayudó a darse cuenta que es una persona útil.
1 Muchacho dijo que se tomó en cuenta con el taller.
2 Muchachos dijeron que les ayudó a darse cuenta de que son importantes.
2 Muchachos dijeron que les ayudó a conocerse.
3 Muchachos dijeron que el taller les ayudó a sentirse seguros.
1 Muchacho dijo que el taller le ayudó a quitar enojo y resentimiento.

## ANEXO 21. ¿AL TERMINAR EL TALLER SI SABES LO QUE ES LA AUTOESTIMA?

J.A. Entiendo que es conocimiento y respeto.

Juv. Se que es el valor que me doy como persona.

A.A. Es el saber que soy una persona, que merezco que me reconozcan.

T.M. Sí, una de las cosas es respetarme y reconocer que tengo vida.

M.A Entiendo que es el valor que me doy como persona y respetarme.

Jav. Si, pues es el valor que me doy y reconocerme que existo.

Car. Entendí que era el valor, el conocerme que soy capaz de ser feliz.

SM. Claro que sí, pues soy una persona que valgo.

J.C. Si, ahora quiero que forme parte de mi vida y seguir conociéndome.

J.R. Sí, aprendí que soy una persona que vale y que puede.

AM. Aprendí que soy una persona única, diferente y capaz de amar.

Jes. Sí, descubrí que valgo y que puedo cambiar.

Rog. Si, se que valgo mucho, porque Dios me hizo una persona sabia y con poder.

Rau. Claro que mucho, pues me di cuenta que soy una persona con poder y fuerza.

Raf. Si, ya no quiero perderla en mi vida, para seguir siendo esa persona que descubrí.

Tris. Sí, me descubrí y me he dado cuenta que valgo y tengo derechos.

Gab. Sí, he aprendido a descubrirme y saber que ocupo un lugar en el mundo.

Alf. Aprendí que soy una persona importante y que valgo.

J.P. Claro, y quiero que sea una parte importante en mi vida y no dejarla que se me pierda, me siento seguro y feliz, porque se que valgo y soy una persona.

Neg. Mucho, me he dado cuenta que soy una persona importante, con poderes dentro de mi y que tengo derecho a manejar mi vida.

Ger. Sí y mucho, pues me di cuenta que soy una persona única y quiero ser esa persona que Dios soñó que fuera, porque El me hizo igual que El.

Nos hablan de la gran felicidad, que tienen al darse cuenta de que su vida vale y que ellos son unas personas diferentes, únicas, irrepetibles y con la capacidad de amar.



A la pregunta que se les hizo sus respuestas fueron las siguientes:

11 Internos dijeron que dijeron que habían aprendido a conocerse.

3 Internos dijeron que habían aprendido a respetarse.

12 Internos dijeron que aprendieron a saber que son personas que valen mucho.

3 Internos dijeron que son personas con poder.

2 Internos dijeron que son personas únicas.

4 Internos dijeron que son personas diferentes.

2 Internos dijeron que son personas con capacidad de amar y ser felices.

1 Interno dijo que conoció que es una persona con fuerza.

3 Internos dijeron que son personas con capacidad de cambiar.

2 Internos dijeron que son las personas que Dios soñó que fueran.

3 Internos dijeron que son personas con derechos.

1 Interno dijo que es una persona que ocupa un lugar.

3 Internos dijeron que aprendieron que son personas importantes.

14 Internos dijeron que aprendieron que son personas.

## ANEXO 22. INICIO DEL CENTRO

Las siguientes fotografías nos muestran la manera cómo iniciaron y acondicionaron la casa para iniciar con el centro de rehabilitación.









**ANEXO 23. GRUPO DE PRIMEROS ANEXADOS.**







Las siguientes fotografías son de las primeras personas que estuvieron en el centro, ellos son los fundadores. Nos muestran las diferentes actividades y la patrulla cuando son traídos por la policía.



## ANEXO 24. PADRINOS ACTUALES DEL CENTRO.

La fotografía es de algunos padrinos, que anteriormente expliqué a qué le llaman padrinos y quiénes son los que traen internos al Centro, se preocupan por buscarlos y también dar algo económico para que se pueda sostener el centro.



## ANEXO 25. MUCHACHOS ANEXADOS QUE HAN ESTADO EN EL CENTRO “AMIGO DEL ALMA”

Las siguientes fotografías son de algunos muchachos que han pasado por el Centro.

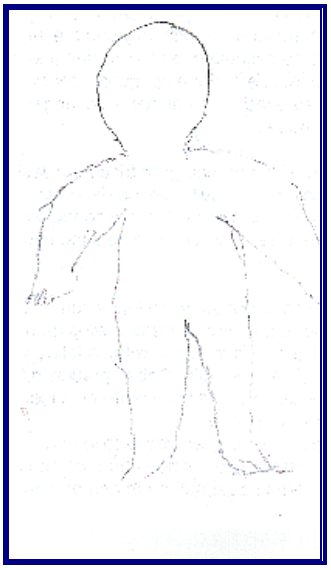


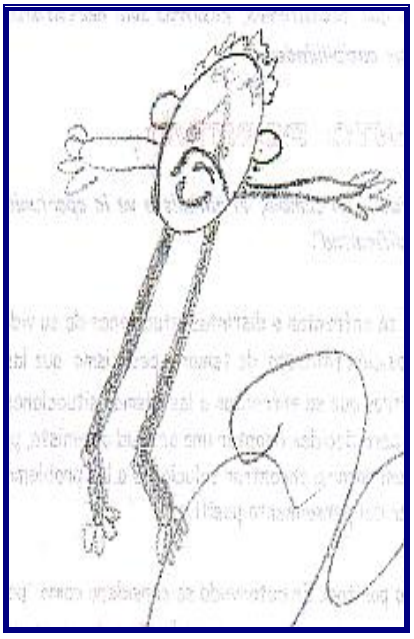


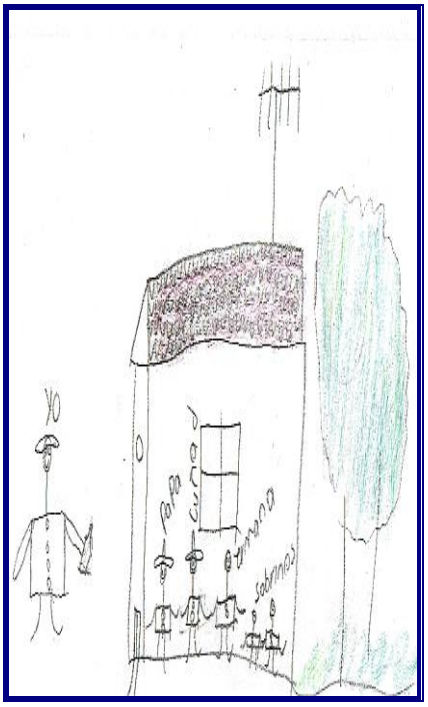
“La soledad, provoca un vacío, no plenitud, sentirse incompletos, que no son importantes, que no son capaces de hacer algo útil y que valga la pena, que la vida no tiene sentido y que no vale la pena vivirla, esto lo dice” Luis Valdés Castellanos en la Revista Mirada del Centro de Espiritualidad, Ignaciana, de Guadalajara. En el año 2004.

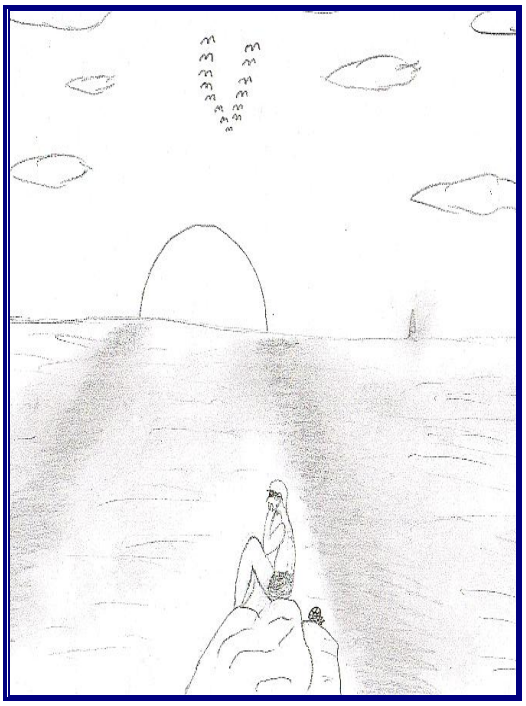
**ANEXO 26. DIBUJOS DE CÓMO SE VEN ELLOS.**







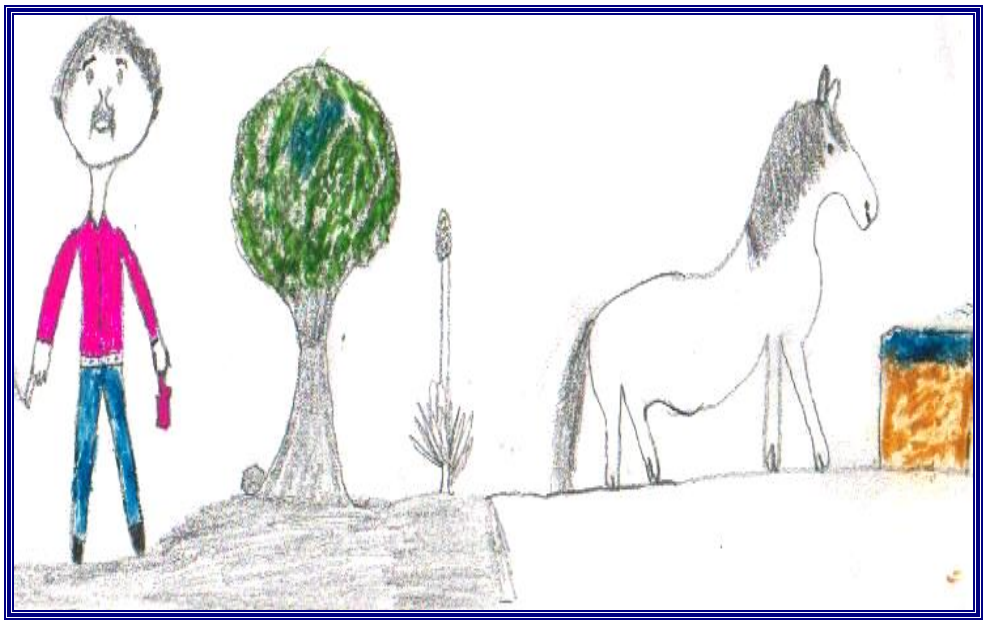


En algunos de los Internos, algunos elementos eran repetitivos y eso me dice la facilidad que tienen para repetir conductas, pues como dice Ramón Gallegos, en su Libro de Educación Holista. “Es uno de los graves errores  la idea de la educación mecanicista, basado en la idea de que la naturaleza es una máquina sin vida”





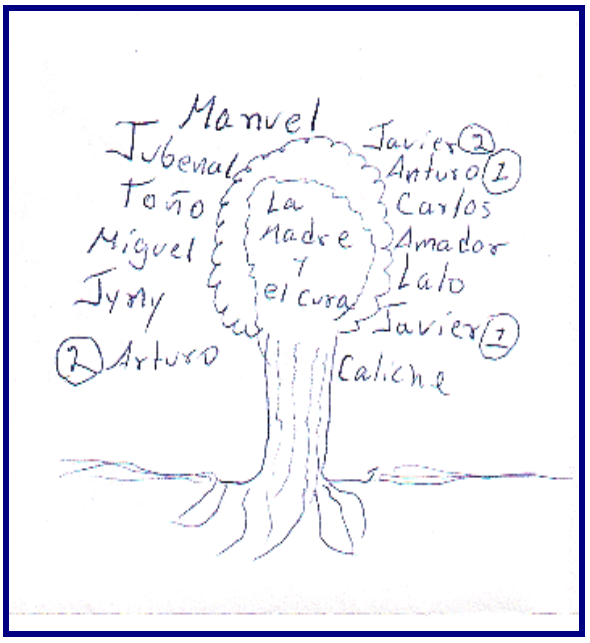
Se sienten agradecidos por la ayuda recibida; en estos dibujos nos hablan de las personas que han sido significativas en su crecimiento y como dice Martha Baldwin en su Libro Autosabotaje: “Comunicar sus ideas y compartir lo que está aprendiendo a través”.



**ANEXO 27. PERSONAS SIGNIFICATIVAS PARA ELLOS Y QUE SIENTEN QUE LES HAN AYUDADO A CRECER.**

Esto lo vemos en sus siguientes dibujos:







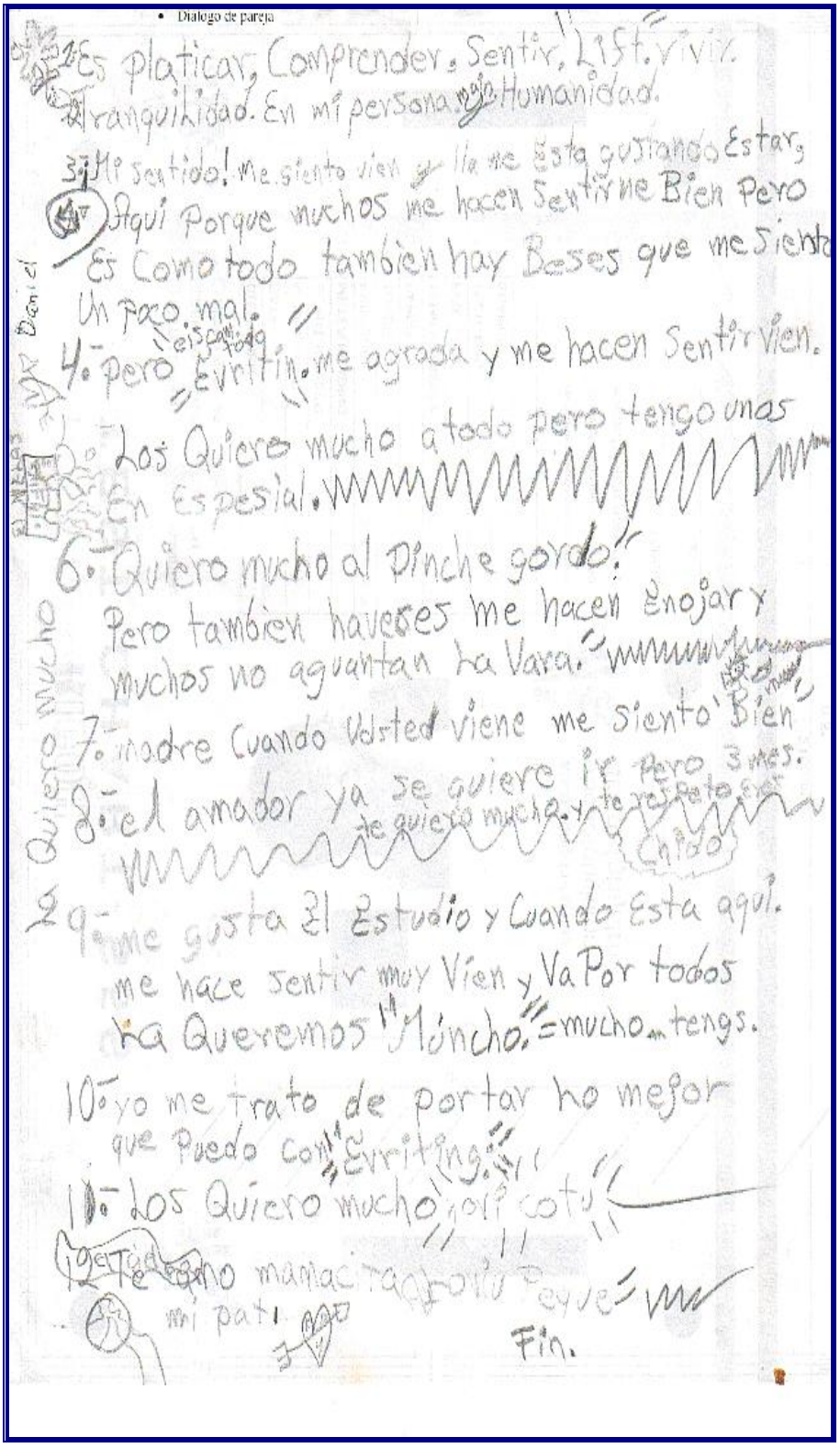

También hicieron algunos escritos, donde mostraron sus sentimientos de agradecimiento, que como dice Virginia Satir, en su libro de Autoestima: “Soy responsable de lo que siento y pienso”. “Que una persona con autoestima sana, desarrolla en sentimiento de agradecimiento”.

Alfonso Andrade R.

En las últimas faenas que me tome les di el pretexto perfecto para mandarme encerrar aquí y dejarlos las mano as libres como dos han querido desde hace mucho ya esta toda la estructura el circo montado donde trabajar vivir moverse un poco de capital para moverse la familia de ya decía a mi esposa Solo le importa dominar el capitalito ya a la familia aunque los convier te en enemigos de su propio padre para hacerme creer de mi casa y familia y de ella misma y quedar como madre abnegada y sufrida victimada un hombre que se emborracha no va a misa en fin una lista de defectos vistos con la lupa perfecto para sus intenciones nada es humano por cierto no somos ricos ni somos lo necesarios asta hay soy la principal antena pra pagos de sus enfermedades de las que me doy + - cuenta de ellos el insomnio los reglas después el limatazo el juego le hecho la culpa de la fama hogaño mica de las suegras con los hijos de hijos políticos esa ferocidad mesiatica con la religion es lo peor.

Madre.

Antes que todo darle las gracias por que no deja de venir a alibiar mi alma y mi corazon. Porque desde que usted comenso a bisitarnos Ho me siento mas bien con migo mismo y con los demas, me alluda a darme mas animos a mi mismo, y me alegra el corazon. Gracias a los consejos que usted me regala cada que usted viene a vernos yo los tomo muy en cuenta gracias a esos consejos yo estoy saliendo adelante. E tenido ocaciones que me ciento muy mal, muy centimental, ifeliz, que no tengo umor para nadie que solamente quiero estar solo. Pero en esas ocasione que estoy asi y llega usted me combierto en todo lo contrario. Mi malestar se combierte en bienestar, mi ifelicidad se combierte en felicidad por eso le doy las gracias y le pido que no nos deje de venir a bisitar porque me pongo muy mal.


• Dialogo de pareja

1. Es platicar, Comprender, Sentir, Sentir, Vivir, Tranquilidad. En mi persona mejo Humanidad.
2. Mi sentido! me siento vien me esta gustando Estar
3. Aqui Porque muchos me hacen Sentir me Bien Pero Es Como todo tambien hay Beses que me Siento Un poco mal.
4. pero Evritin. me agrada y me hacen Sentir Vien.
5. Los Quiero mucho a todo pero tengo unas En Espesial.
6. Quiero mucho al Dinche gordo!
   Pero tambien haveses me hacen enojar y muchos no aguantan la Vara.
7. madre Cuando Usted viene me siento Bien
8. el amador ya se quiere ir pero 3 mes. te quiero mucho y te voy a extrañar
9. me gusta el Estudio y Cuando Esta aqui. me hace sentir muy Vien y Va Por todos la Queremos Mucho.
10. yo me trato de portar lo mejor que Puedo con Evriting.
11. Los Quiero mucho
12. Te como mamacita
mi pati

Fin.

Madre Me siento muy bien en ocaciones y mas cuando biene usted o la maestra Tonita.

El miercoles que empeso la cuaresma yo dije que biba a tratar de no intelerarme con los compañeros hay beses que me es imposible y siempre son los mismos dos o tres.

Haorita me siento muy bien y pienso que hasi boy a segir adelante cuando ande en el mundo de afuera con mi familia y todas las personas.

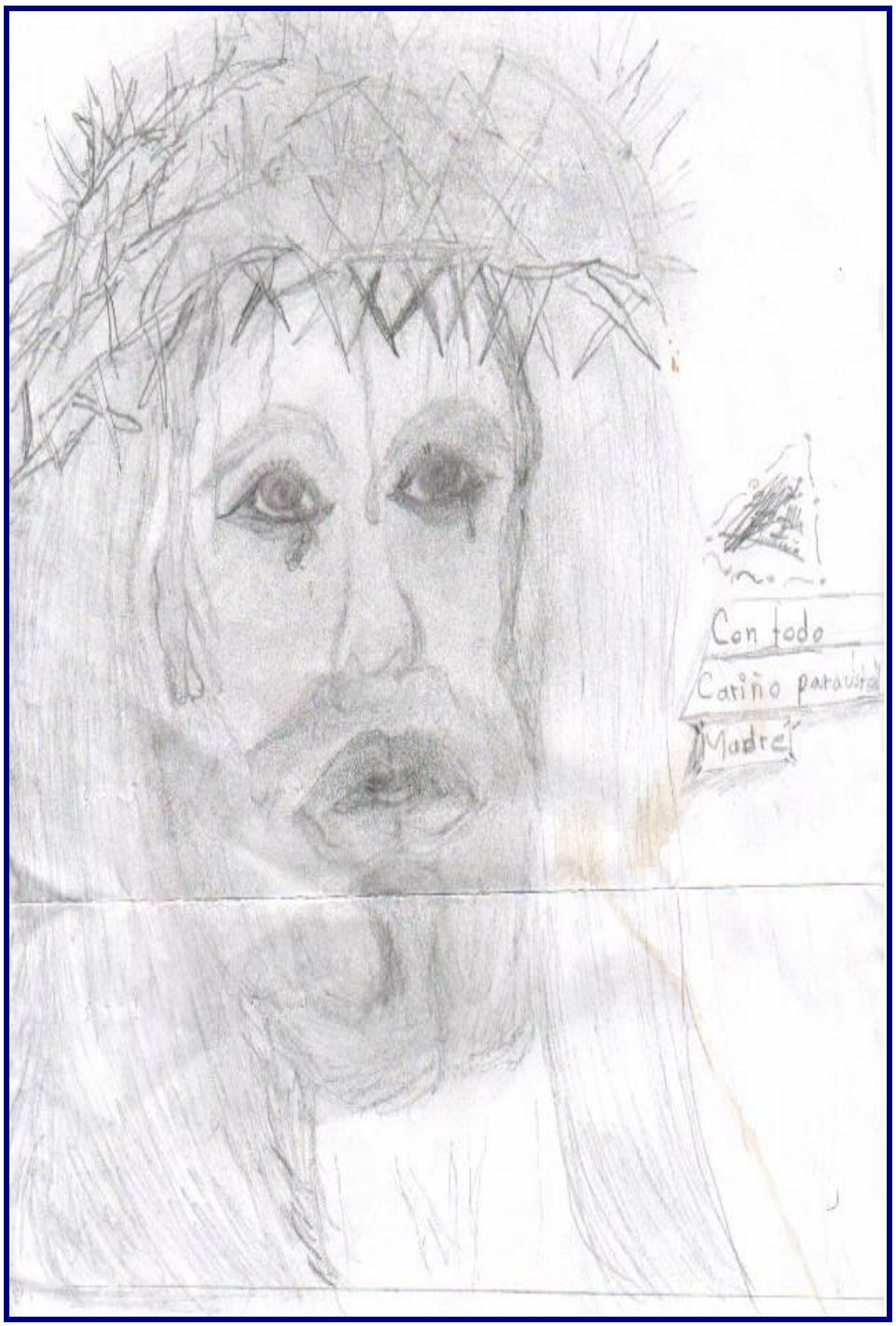
Pero mis mejores deseos son tener a mi esposa y amis hijos a mi lado nuevamente a mi lado y asi segir por siempre y para siempre

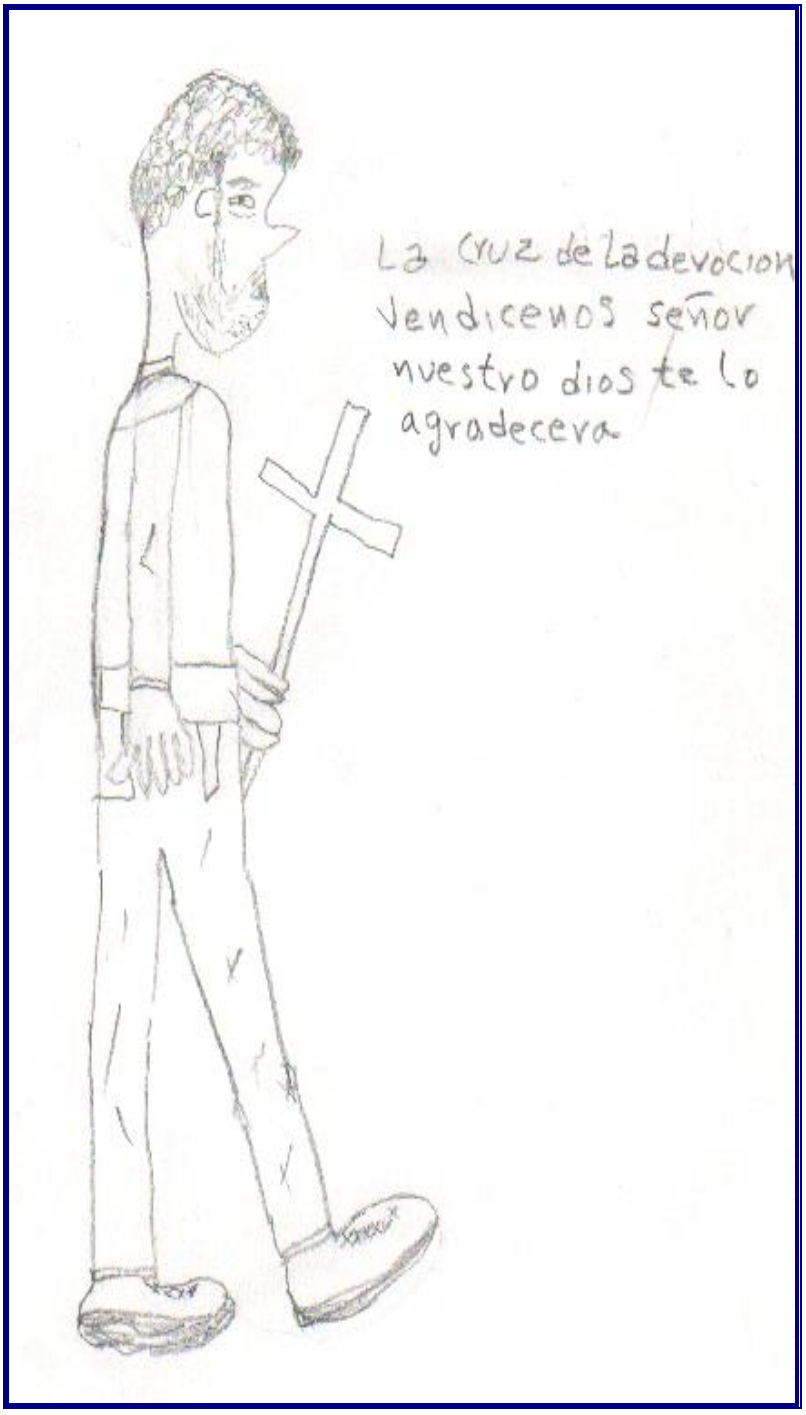
madre Soy Rogelio Sanchez
espero que sesieta vien a venir con nosotros
Porque nosotros sinosetimos vien
Porque uste nosapoña en todo
y ñamero Salgo el 23 de marzo
Para Poder yrme con mi familia
aqui mesieto vien con los compañeros
grosias porto do por su apoño addos
y austedes Rogelio Sanchez

**ANEXO 28. DIBUJOS DONDE EXPRESAN SUS SENTIMIENTOS DE DOLOR Y SOLEDAD.**

Tienen muy desarrollado el sentido del dolor. Expresan arrepentimiento por el daño que causaron a los que viven cerca de ellos, también tienen Mª desarrollado el sentido de culpabilidad.




Con todo
Cariño para vos
Madre


La cruz de la devocion
Vendicenos señor
nuestro dios te lo
agradecera

## ANEXO 29. ALGUNAS DINÁMICAS.

En estas fotos se puede ver el crecimiento que tuvieron; ya actuaban con más libertad; actuaban más felices y soltura; en las fotos siguientes vemos la felicidad.

















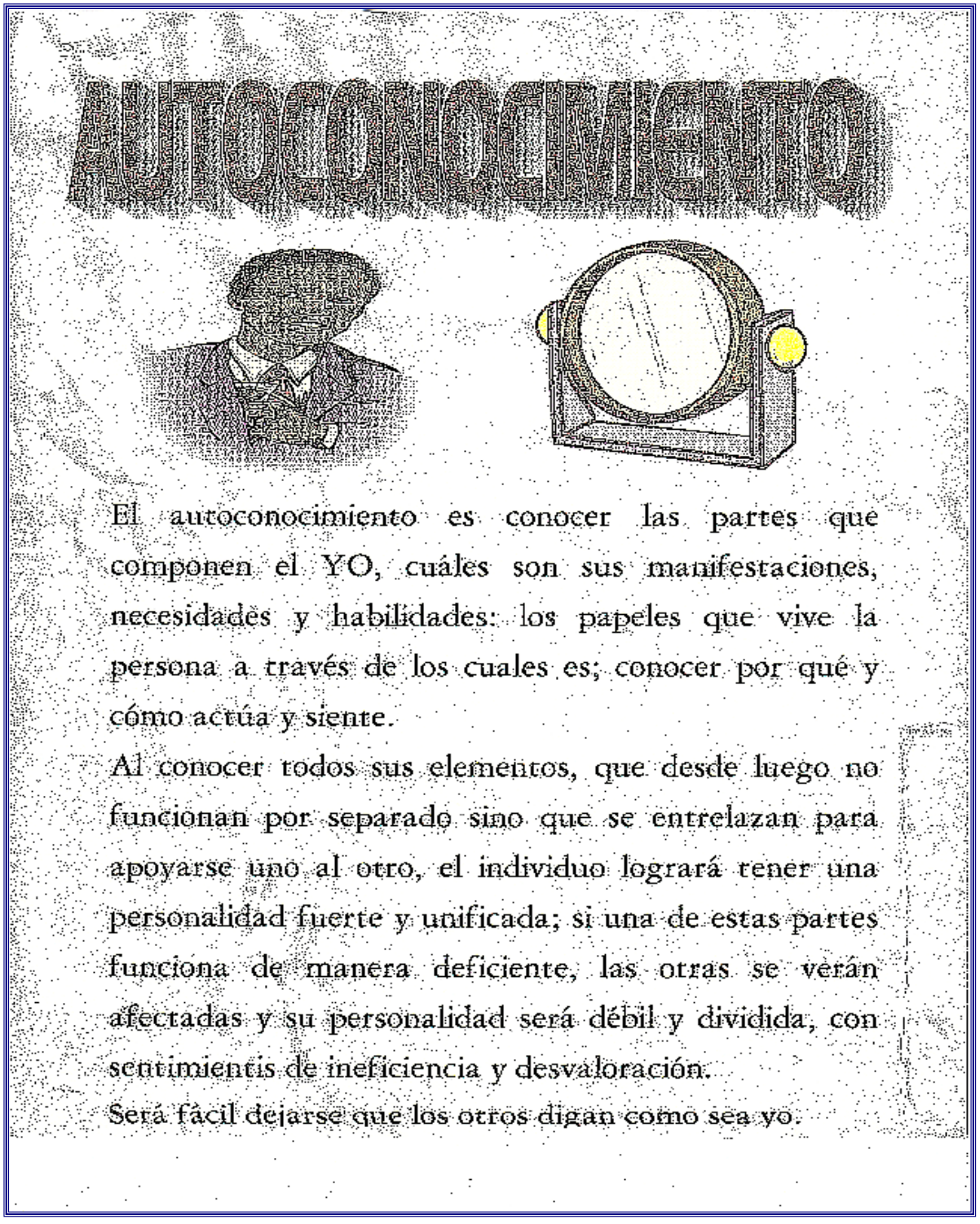
Esta foto son algunos internos, que están atrofiadas sus facultades mentales, casi no salían a tomar el taller.

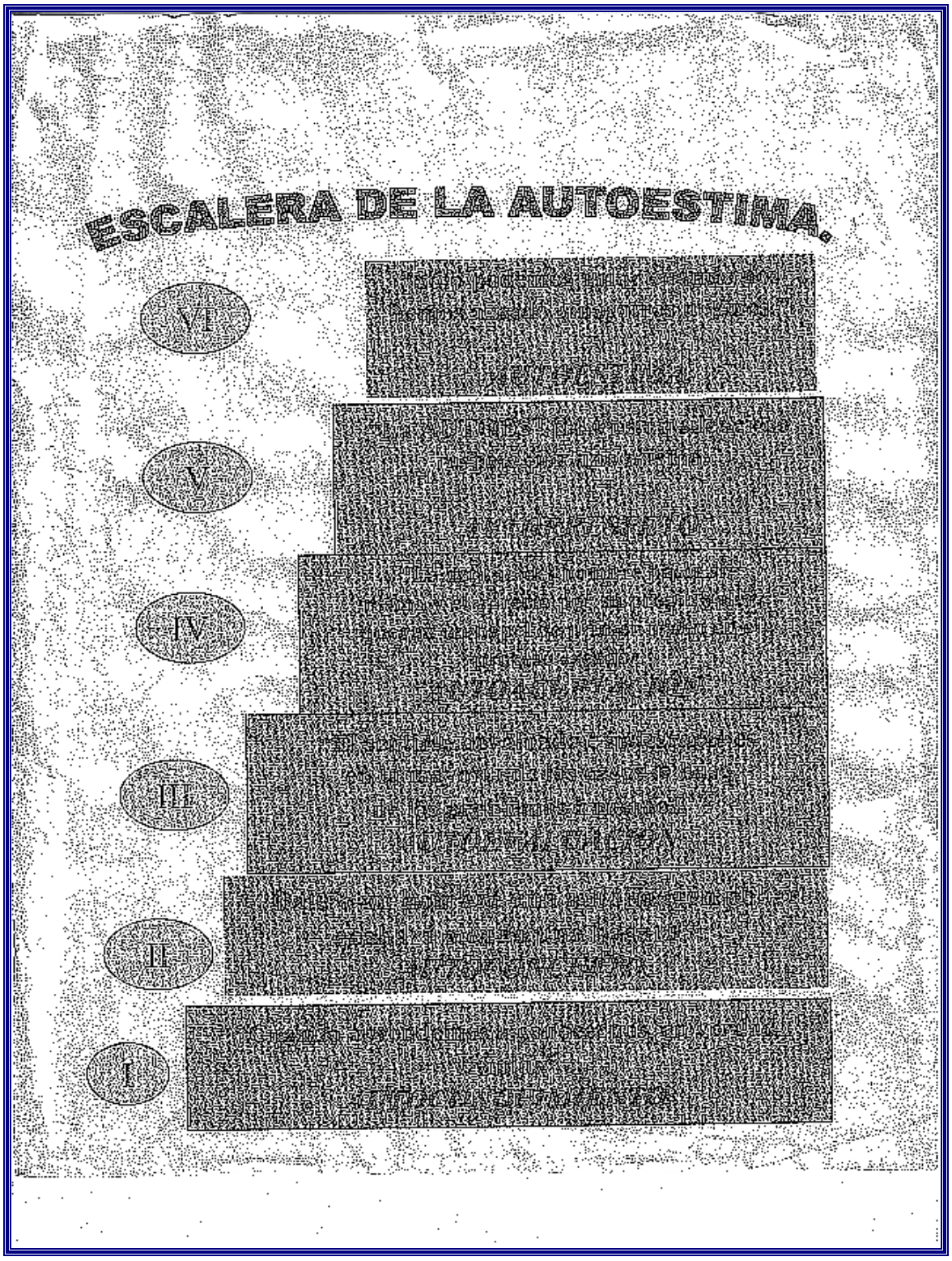
## ANEXO 30 DIVERSOS TRABAJOS QUE SABEN REALIZAR.

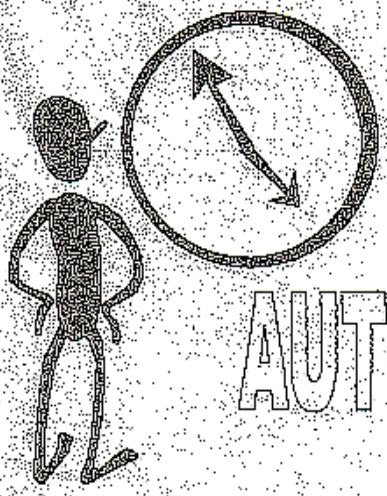
También me di, cuenta de la gran riqueza que tienen, pues han desempeñado trabajos variados, pudieron reconocer sus variadas capacidades, esto me costó mucho trabajo, han escuchado que no sirven para nada y por lo mismo sienten que no tienen capacidades. Los trabajos que han desempeñado: 2 ordeñadores, 1 maestro albañil, 1 ladrillero, 1 herrero, 1 tractorista, 1 caballerango, 1 maquinaria de construcción, 1 hortelano, 2 carniceros, 1 de excavación de aljibes, 1 proveedor de materiales, 1 trailero, 1 maestro de decoración, 2 comerciantes, 1 soldador, 1 construcción de puertas y canceles automáticos, 2 empleados, 1 contador público. Al decirme de ellos se sentían orgullosos y tomados en cuenta.



**ANEXO 31. MUESTRA DE ALGUNOS TEMAS VISTOS EN EL TALLER DE AUTOESTIMA.**




ESCALERA DE LA AUTOESTIMA.
VI
V
IV
III
II
I

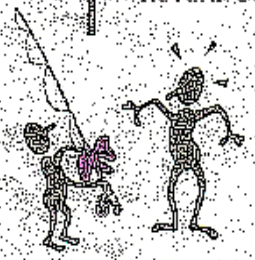


# AUTOESTIMA.

LA AUTOESTIMA ES LA ACTITUD HACIA UNO MISMO, QUE REFLEJA EL VALOR QUE CADA UNO ASIGNA A SU PERSONA Y SE MANIFIESTA EN LA SEGURIDAD CON QUE ENFRENTAMOS LOS RETOS QUE NOS PRESENTA LA VIDA. ES TAMBIÉN SENTIRSE AMADOS, ACEPTADOS, CAPACES, Y VALORADOS.

AUTOESTIMA

- VALORARSE
- RESPETARSE
- SENTIRSE COMPETENTE
- ACTUAR CON SEGURIDAD



SESIÓN 10ª **CIERRE DEL TALLER DE AUTOESTIMA.**

Hay una frase de Gibrán Jalil Gibrán que dice así: " EL TRABAJO ES AMOR HECHO REALIDAD", y continúa "TODO TRABAJO ES INFRUCTUOSO SI NO LO ACOMPAÑA EL AMOR".

Este trabajo está en la persona, sociedad familia, pareja en todos aquellos papeles que se viven individualmente.

Recuerden que hay una relación fuerte entre Autoestima, Significado de la Vida, Creatividad, Autorrealización y Trascendencia, en las Relaciones Interpersonales y en el Aquí y Ahora. Y como base estas dos grandes capacidades: Capacidad de ***AMAR*** y ***de ELEGIR***. Eso nos ayuda a nuestra libertad: "Sólo podemos conocernos, respetar, dar y amar a los demás, cuando nos hemos conocido, amado, dado y respetado a nosotros mismos". (A. Maslow)

Los ejercicios que hemos hecho hasta ahora, nos sirvieron para conocer y darnos cuenta de cómo está nuestra Autoestima, ya que sabemos cómo la vamos a desarrollar, es necesario que trabajemos, sin darnos por vencidos si volvemos a caer.

También conocimos que además de tener algunas debilidades, también tenemos cualidades y que cada día vamos a descubrirlas dentro de nosotros y sentirnos grandes y orgullosos, es muy importante que nos alegremos y felicitemos, que nos demos ánimos.

Debemos tener confianza en nosotros y que sabremos ser sabios para escoger lo mejor.

Para esto debemos estar en contacto con nosotros mismos y aceptarnos como somos.

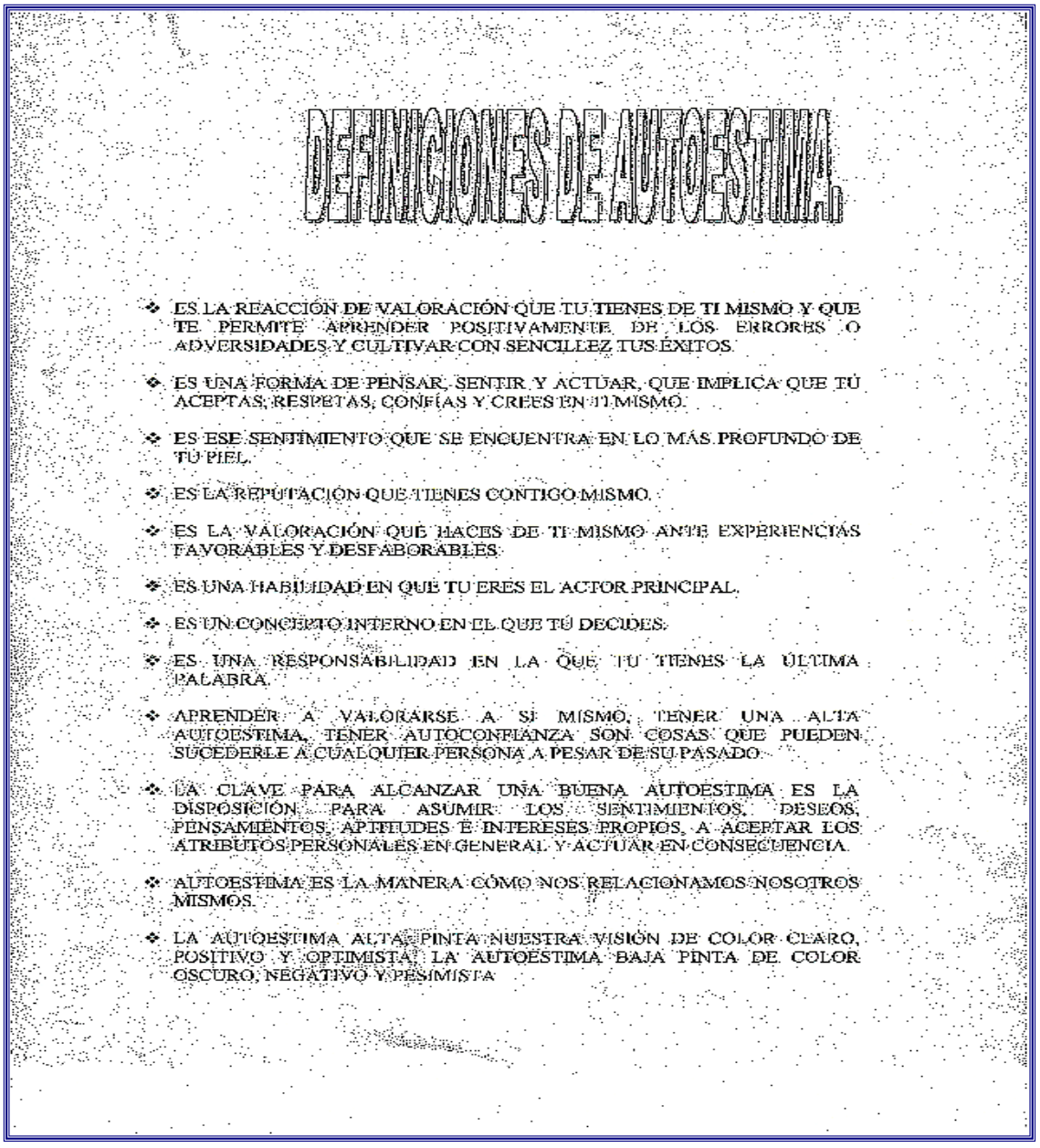
Es necesario un trabajo diario y constante en desarrollar la autoestima, sin compararnos con los demás, reconociendo nuestros logros.

Hemos terminado el Taller, les agradezco su aceptación, deseos de ser otras personas, que valen y que son importantes. Me dio gusto hacerlo con Ustedes, que reconozco y valoro su atención, interés y el grande cariño que me dieron.

Aprendí de Ustedes, el respeto, la sencillez y otras cosas que me hicieron crecer y me motivaron a seguir en mi vocación de servicio. MUCHAS GRACIAS.

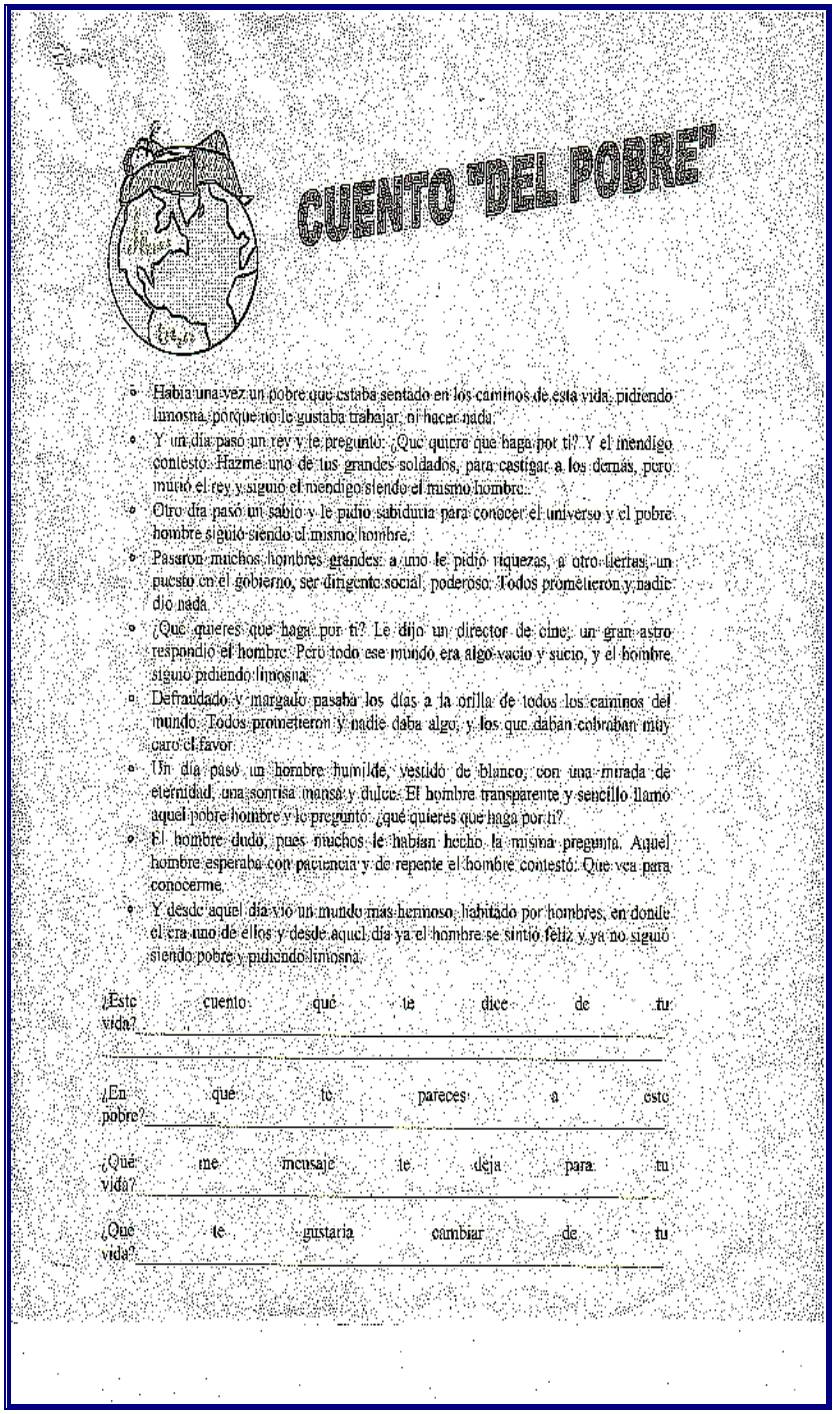
## ANEXO 32. FRASES DE AUTOESTIMA.

También el desarrollo del taller de Autoestima, se utilizaron algunas frases motivacionales:



## ANEXO 33. ALGUNOS CUENTOS UTILIZADOS EN EL DESARROLLO DEL TALLER.

Otro de los materiales usados en el desarrollo del taller de autoestima fueron los cuentos:



# CUENTO "DEL POBRE"

- Había una vez un pobre que estaba sentado en los caminos de esta vida, pidiendo limosna, porque no le gustaba trabajar, ni hacer nada.
- Y un día pasó un rey y le preguntó: ¿Que quiere que haga por ti? Y el mendigo contestó: Hazme uno de tus grandes soldados, para castigar a los demás, pero murió el rey y siguió el mendigo siendo el mismo hombre.
- Otro día pasó un sabio y le pidió sabiduría para conocer el universo y el pobre hombre siguió siendo el mismo hombre.
- Pasaron muchos hombres grandes: a uno le pidió riquezas, a otro tierras, un puesto en el gobierno, ser dirigente social, poderoso. Todos prometieron y nadie dio nada.
- ¿Que quieres que haga por ti? Le dijo un director de cine, un gran astro respondió el hombre. Pero todo ese mundo era algo vacío y sucio, y el hombre siguió pidiendo limosna.
- Defraudado y margado pasaba los días a la orilla de todos los caminos del mundo. Todos prometieron y nadie daba algo, y los que daban cobraban muy caro el favor.
- Un día pasó un hombre humilde, vestido de blanco, con una mirada de eternidad, una sonrisa mansa y dulce. El hombre transparente y sencillo llamó aquel pobre hombre y lo preguntó: ¿qué quieres que haga por ti?
- El hombre dudó, pues muchos le habían hecho la misma pregunta. Aquel hombre esperaba con paciencia y de repente el hombre contestó: Que vea para conocerme.
- Y desde aquel día vio un mundo más hermoso, habitado por hombres, en donde él era uno de ellos y desde aquel día ya el hombre se sintió feliz y ya no siguió siendo pobre y pidiendo limosna.

¿Este cuento qué te dice de tu vida? _____

_____

¿En qué te pareces a este pobre? _____

¿Que mensaje te deja para tu vida? _____

¿Que te gustaría cambiar de tu vida? _____



# CUENTO: "PARÁBOLA DEL LÁPIZ"

Un hacedor de lápices, justo antes de meterlo en su caja, le dio unos consejos y le dijo:

Hay 5 cosas que debes saber antes de que sean enviado al mundo, siempre recuérdalas y ser así el mejor lápiz del mundo.

LAS 5 COSAS SON LAS SIGUEINTES:

1) Siempre harás cosas grandiosas, pero sólo si te dejas sostener en la mano de alguien más.

2) Experimentarás el dolor en algunas ocasiones en que te saquen punta, pero será necesario para que seas cada vez el mejor lápiz.

3) Tendrás errores, pero tienes un borrador para corregirlos todos.

4) La parte más importante de ti es la que llevas dentro y

5) En cualquier superficie que seas usado tendrás que dejar tu marca, no importan las circunstancias o las condiciones, deberás continuar escribiendo.

"El lápiz entró en su caja prometiendo recordar estas 5 cosas, con un propósito en su corazón, de ser útil".

MORALEJA.

Ahora nosotros podríamos ponernos en lugar del lápiz y recordar estas 5 cosas para ser cada día una mejor persona.

1) Siempre harás cosas grandiosas, pero sólo si pones toda tu confianza en la mano de Dios.

2) Experimentarás el dolor en algunas ocasiones de luchas y sufrimientos, pero será necesario para que seas más fuerte y valiente cada vez.

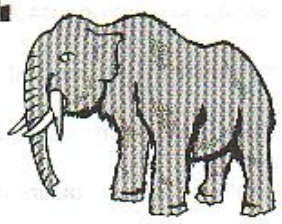
3) Tendrás errores, pero tendrás humildad para aceptarlos, corregirlos y crecer por medio de ellos.

4) La parte más importante de tí es lo que llevas en el corazón, lo que realmente eres, y...

5) En cualquier superficie que camines, tendrás que dejar tu marca, no importando las circunstancias o condiciones, deberás continuar sirviendo a: Ti mismo, a Dios y a los demás.

REFLEXIONA SOBRE LA PARÁBOLA Y HAS EL ESFUERZO DE APLICARLO A TU VIDA

# EL ELEFANTE ENCADENADO.



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

Sin embargo la estaca era un pequeño trozo de madera, clavado en la tierra y aunque la cadena era gruesa y poderosa me parecía obvio que ese animal capaz de arrancar un árbol con su propia fuerza, podría, con facilidad arrancar la estaca y huir.

Me preguntaba: ¿Por qué no huye? Como estaba chico, todavía confiaba en la sabiduría de los adultos. Pregunté entonces a mi padre, por el misterio del elefante. Me explicó que el elefante no se escapaba porque estaba amaestrado; entonces hice esta pregunta: Si está amaestrado ¿por qué lo encadenan?, pero no me dieron ninguna respuesta que me convenciera.

Con el tiempo me olvidé del misterio del elefante y de la estaca... y solo lo recordaba cuando me encontraba con otros que también se habían hecho la misma pregunta. Hace algunos años descubrí que por suerte para mí alguien había sido lo bastante sabio como para encontrar la respuesta: ***el elefante del circo no escapaba porque ha estado atado a una estaca parecida desde que era muy pequeño.***

Cerré los ojos y me imaginé al pequeño recién nacido sujeto a la estaca. Estoy seguro de que en aquel momento el elefante jaló y sudó tratando de soltarse y a pesar de todo su esfuerzo no pudo. La estaca era muy fuerte para él.

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

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

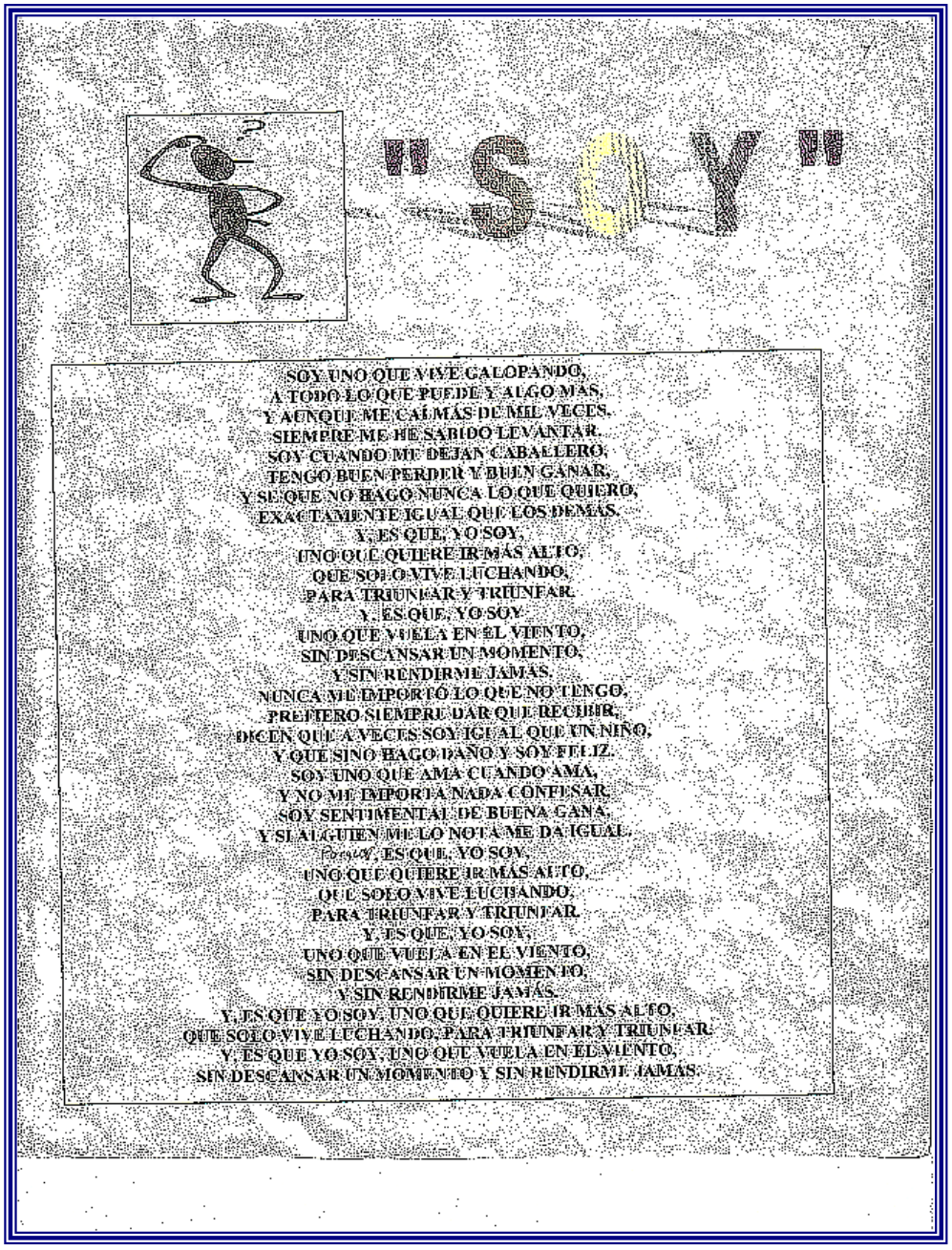
Este elefante enorme y poderoso que vemos en el circo, no se escapa, porque cree el pobre que NO PUEDE. El tiene registro y recuerdo de su impotencia, de aquella impotencia que sintió poco después de nacer. Y lo peor es que jamás se ha vuelto a cuestionar seriamente ese registro. Jamás... jamás... intentó poner a prueba su fuerza otra vez...

REFLEXIONA Y COMPARTE EN QUÉ MOMENTOS TE HAS SENTIDO ATADO COMO ESE ELEFANTE?

¿SIENTES QUE SON MUY FUERTES TUS ATADURAS?

¿ A QUÉ ERES CODEPENDIENTE?

**ANEXO 34 OTRO DE LOS MATERIALES USADOS FUERON LAS CANCIONES.**





# LUCHA

LUCHA SI QUIERES TRIUNFAR,
PELEA SI QUIERES GANAR,
NO CONOCE LA CALMA DEL MAR
SINO HA VIVIDO SU TEMPESTAD.
POR ESO VE Y LUCHA, SI QUIERES TRIUNFAR,
LUCHA SI QUIERES TRIUNFAR,
PELEA SI QUIERES GANAR,
PELEA SI QUIERES GANAR.
LA VIDA NO SIEMPRE NOS TRAE ALEGRÍAS,
A VECES HAY COSAS QUE OSCURECEN TUS DIAS.
POR ESO VE Y LUCHA SI QUIERES TRIUNFAR,
PELEA SI QUIERES GANAR.
OLVIDA EL PASADO,
Y VIVE EL PRESENTE,
NO TE IMPORTE LO QUE VENDRÁ,
LEVANTA TU CARA Y MIRA VALIENTE,
LO QUE TIENES QUE ENFRENTAR.
LUCHA SI QUIERE TRIUNFAR,
PELEA SI QUIERES GANAR;
NO CONOCE LA CALMA DEL MAR,
SINO HA VIVIDO SU TEMPESTAD.
POR ESO VE Y LUCHA SI QUIERES TRIUNFAR,
PELEA SI QUIERES GANAR.
OLVIDA EL PASADO,
Y VIVE EL PRESENTE,
NO TE IMPORTE LO QUE VENDRÁ,
LEVANTA TU CARA Y MIRA VALIENTE,
LO QUE TIENES QUE ENFRENTAR.
LUCHA SI QUIERES TRIUNFAR,
LUCHA SI QUIERES TRIUNFAR,
PELEA SI QUIERES GANAR,
PELEA SI QUIERES GANAR.
NO CONOCE LA CALMA DEL MAR,
SINO HA VIVIDO SU TEMPESTAD.
POR ESO VE Y LUCHA SI QUIERES TRIUNFAR,
PELEA SI QUIERES GANAR.
LUCHA, LUCHA, LUCHA.

## ANEXO 35. DAÑOS QUE PROVOCA EL CONSUMO DE ALCOHOL O DROGA. EDADES DE LOS INTERNOS Y ESTADO CIVIL.

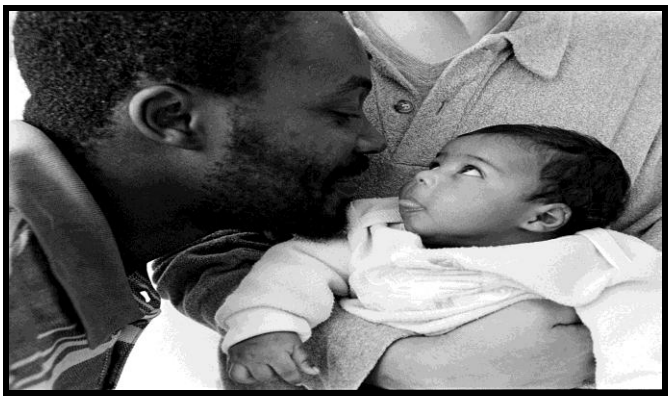
El alcohol provoca grandes males que provoca en el organismo; como son los signos físicos. Mentales, Espirituales y Morales.

Los daños provocados en la familia por el alcoholismo son: Las reacciones emocionales la pareja, Miedo y rechazo; Sentimiento de culpa; Vergüenza, Aislamiento social, Conductas agresivas, Conductas de resignación, Búsqueda de ayuda; Reacciones emocionales de los hijos; Ansiedad e Irritabilidad.

Los daños que puede provocar el consumo de alcohol en la vejez son: Descuido en higiene personal; Mala nutrición; Incontinencia urinaria; Caídas; Incontinencia emocional; Confusión mental; Susceptibilidad; Desorientación; Agresividad; Fugas y daños.



Se dice que los espacios dónde más aprende la autoestima es en el Hogar, en la Escuela y en el Ambiente. También ellos dicen que lo que más escucharon en su casa y que no recibieron ninguna ayuda: Nula ayuda, Frases ofensivas; Exigencias exageradas y Comparaciones. También dicen que los lugares donde más experimentan cariño son: Novia; Amigos y finalmente de los Padres.



El Nivel de estudio de los internos es bajo: Universidad 1 persona; 3 personas Secundaria completa; 2 personas Secundaria Incompleta; 6 personas Primaria Completa y 8 personas Primaria Incompleta y 5 no fueron a la escuela.

El estado civil de los internos es: Solteros 18 personas, 3 Casados y cuatro personas en Unión Libre. Algunos de ellos tienen hijos fuera del matrimonio, pero eso lo ven con naturalidad.

Las edades de los internos fue: 12 personas de 14 a 20 años, 8 personas de 20 a 30 años y 5 personas de 40a 60 años.

