

**COMPRESIÓN DESDE LA LOGOTERAPIA DEL DESPLIEGUE DE LA  
DIMENSIÓN NOÉTICA DE ADULTOS CON PROBLEMAS DE ADICCIÓN  
QUE HAN VIVENCIADO EL “GRUPO DE APOYO EXISTENCIAL”**

**Alejandra Neira Rincón**

**Universidad de la Sabana**

Tabla de Contenido

*Resumen* 3

*Marco Conceptual* 4

*Introducción* 25

*Problema de Investigación* 25

*Objetivos* 25

*Objetivo General* 26

*Objetivos Específicos* 26

*Categorías de Análisis* 26

*Método* 27

*Tipo de Estudio* 27

*Participantes* 28

*Instrumento y Técnica de Recolección* 28

*Procedimiento* 29

*Resultados* 30

*Análisis de Resultados* 32

*Discusión de los Resultados* 41

*Referencias* 47

*Apéndices* 51

## Resumen

El objetivo de la presente investigación fue el comprender desde la logoterapia el despliegue de la dimensión noética de dos hombres adultos con problemas de adicción que han vivenciado el “Grupo de Apoyo Existencial” mediante el desarrollo de entrevistas en profundidad. Participaron dos sujetos asistentes al grupo. Fue una investigación cualitativa de tipo social interpretativo, con un diseño de estudio de caso utilizando la técnica de entrevistas en profundidad para la recolección de datos. Los resultados encontrados a partir del análisis de las entrevistas permiten encontrar como categorías emergentes: red de apoyo, confrontación existencial, resocialización, equilibrio emocional y por último confianza y contención; igualmente se reconocen las categorías inductivas, estas son la voluntad de sentido, la libertad de la voluntad y el sentido de vida. Se concluye a partir del análisis de resultados que las personas logran el despliegue de su dimensión noética en la vivencia dentro del grupo, fortaleciendo así sus potenciales espirituales.

Comprensión Desde La Logoterapia Del Despliegue de la Dimensión Noética De  
Adultos Con Problemas De Adicción Que Han Vivenciado El “Grupo De Apoyo  
Existencial”

Al interior del movimiento humanista existencial, el doctor Víctor Emil Frankl (1905- 1997) desarrolla la tercera escuela vienesa de psicoterapia, denominada Logoterapia. Dicha escuela “se centra en el significado de la existencia humana, así como en la búsqueda de tal sentido por parte del hombre” (Frankl, V., 1996, p. 98); de esta manera la Logoterapia se dirige hacia “la dimensión de los fenómenos específicamente humanos” (Petrlowitsch, 1964 citado por Frankl, V 1992 p. 16).

Es así como la logoterapia se convierte según lo expresado por Martínez, E. (2002):

“En una forma de consejería derivada de una visión antropológica y epistemológica del mundo, con aplicaciones claras de técnicas específicas y no específicas coherentes con su propia concepción del hombre como unidad múltiple de cuerpo – psique- espíritu y enfatizando en la respuesta a la pregunta por el sentido de la vida”.  
(p. 24)

Cabe resaltar que la logoterapia se compone de dos lados, uno de ellos es el análisis existencial y el otro la logoterapia como tal, entendida como “un método de tratamiento psicoterapéutico mientras que el análisis existencial representa una orientación antropológica de investigación” (Frankl, V., 1994, p.62). Esto lo sintetiza Martínez, E (2002, p.25) al decir que “el análisis existencial es una psicoterapia que se orienta hacia lo espiritual y la logoterapia es una psicoterapia que arranca desde lo espiritual” y aparece como respuesta al “espíritu de los tiempos y el Weltanschauung de los

movimientos acontecidos en la Europa de la postguerra (1918), y la gran crisis económica y el surgimiento del New Deal en América (1930)”.

En cuanto a la visión antropológica que tiene la Logoterapia, esta considera al hombre como un ser “único, llamado a la libertad, a responder de sí mismo ante los demás y ante sí mismo por medio de su conciencia; llamado a descubrir el sentido y a realizar los valores en las situaciones concretas de su historia” (Pareja, G., 1998, p. 211)

Siguiendo con el mismo orden de ideas, de acuerdo con Frankl, V (1994), creador de la Logoterapia, se considera que la persona:

“Es algo indivisible, no se puede subdividir ni escindir precisamente porque es una unidad. Pero no es solamente un in-dividuum sino también un in-summabile; esto significa que no es solo indivisible sino que tampoco se puede fundir y esto no se puede hacer porque no solamente es unidad sino también totalidad” (p. 68).

Tomando como base la dimensión espiritual del hombre, la Logoterapia habla acerca de la Libertad de la Voluntad. Esta puede ser definida como aquella “libertad interna, espiritual ante los condicionamientos biológicos, psicológicos y sociales. Libertad ante los padecimientos psicosomáticos, donde sólo se puede oponer el antagonismo psico-noético<sup>1</sup>” (Pareja, G., 1998, p. 212).

Siguiendo con este orden de ideas, Frankl, V (1994, p. 94) plantea que tal libertad viene a darse frente a “los instintos, la herencia y el medio ambiente”. Diferenciando así el hombre del animal, puesto que el hombre tiene instintos y puede asumir una actitud y una posición frente a éstos, mientras que los animales son regidos por sus instintos.

Es así como el hombre puede encontrarse condicionado aunque no en su totalidad por su herencia y el medio que lo rodea, gracias al poder de resistencia del espíritu que le

permite distanciarse y anteponerse a tales mandatos. Según Unkiel, A (2002), “las características físicas, psíquicas y sociales de una persona son como un territorio, dentro de cuyas fronteras se puede mover... Dentro de esas fronteras la persona tiene "libertad de hacer”.

Se puede decir entonces que cuando el ser humano, libre y responsable asume una actitud digna y honesta, ante situaciones de sufrimiento inevitable, está haciendo uso de su Libertad de la Voluntad.

Cabe resaltar que dicha libertad viene acompañada por la otra cara de la moneda, la Responsabilidad. La capacidad de ser responsable se refleja según Frankl, V (1996, p. 108) en lo que él ha llamado “el imperativo categórico de la logoterapia: vive como si ya estuvieras viviendo por segunda vez y como si la primera vez ya hubieras obrado tan desacertadamente como ahora estás a punto de obrar”.

La frase anterior le recuerda a la humanidad que hay que vivir el aquí y el ahora de manera responsable, sin lanzar más preguntas la vida, sino mas bien respondiendo a las preguntas que la vida formula, pues ¿qué puede ganar el ser humano huyendo de sí mismo, de su presente?; solo respondiendo por su propia vida y enfrentándola logrará trascender y desarrollarse espiritualmente.

Por lo tanto, el encontrarle sentido a la vida, solo puede depender de sí mismo, de la decisión individual de qué, ante quién o qué se es responsable; retomando lo dicho por Buero, L (2002), “el ser humano no es libre para elegir padecer o no padecer una enfermedad, una pérdida o un fracaso. Sí es libre de elegir íntimamente cómo quiere vivir estas situaciones. Es decir, sus respuestas.”

Entonces cuando se habla de la responsabilidad que se tiene ante algo y alguien, se entiende la responsabilidad ante sí mismo y su conciencia, y el despliegue de la capacidad humana de la autotranscendencia.

Ésta autotranscendencia lleva a que el ser humano se dirija hacia algo diferente de sí mismo, hacia un sentido por el cual vivir y luchar. Por lo tanto, siempre que el hombre se refiera a algo o a alguien diferente de sí mismo, siempre que pueda hacer caso omiso de su existir para ponerse al servicio de una causa o del amor, entonces habrá encontrado un razón para ser feliz, para trascender. Frankl ha dicho “Ser hombre significa trascenderse a sí mismo. La esencia de la existencia humana yace en su autotranscendencia. Ser hombre significa desde siempre estar preparado y ordenado hacia algo o alguien, entregarse a una obra a la que el hombre se dedica, a un ser que ama o a Dios a quien sirve”, siempre buscando un sentido.

Y es en virtud de su capacidad de autotranscendencia que el ser humano puede olvidarse de sí mismo, entregarse y abrirse al sentido de su existencia. Partiendo de esta búsqueda de sentido como “primera fuerza motivante del ser humano” (Frankl, V., 1996, p. 98), el creador de la Logoterapia habla acerca de la “Voluntad de Sentido”, haciendo contraste a la Voluntad de Placer propuesta por Sigmund Freud y la Voluntad de Poder por la cual se inclina la psicología de Alfred Adler.

Mientras las voluntades mencionadas anteriormente consideran como fin último de la existencia la consecución del placer y del poder, la logoterapia plantea que tanto el placer como el poder son meras consecuencias de alcanzar un fin y no el fin en sí mismo.

Al respecto Fizzotti (1989) plantea que:

“El placer normalmente no es la finalidad del esfuerzo humano. Tiene que ser solo un efecto y, de este modo, la felicidad brotara automática y espontáneamente. Quizá pueda suceder, y de hecho así se comprueba, que se busque ante todo el placer o el poder, reduciendo todos los objetivos a un puro medio de autosatisfacción. En este caso se verifica la remoción de la voluntad de sentido que provoca la frustración existencial y el vacío existencial”. (p.63).

Es decir, que el hombre no se motiva a actuar esperando encontrar el placer ni con el fin de sentirse superior, sino que el ser humano motivado por la Voluntad de Sentido busca develar un sentido de su propia realidad, de lo que vive, de lo que tiene, de lo que lucha, y descubrir los valores que ello encierra.

En el caso de que en el ser humano se frustre la Voluntad de Sentido, éste cae en el sentimiento del absurdo y el vacío existencial; entonces se hablaría de la “frustración existencial”, término que según Frankl, V (1996) puede ser utilizado de tres maneras:

“Para referirse a la propia existencia; es decir, el modo de ser específicamente humano; para referirse al sentido de la existencia; y por último para hacer referencia al afán de encontrar un sentido concreto a la existencia personal, o lo que es lo mismo, la Voluntad de Sentido”. (p. 101)

Igualmente, la Frustración Existencial suele resolverse en la llamada Neurosis Noógena, la cual nace de los conflictos que se presentan entre diferentes principios morales, o según Frankl, V (1996, p. 101) de los “problemas espirituales, entre los que la frustración existencial suele desempeñar una función importante”, y se deriva “del sentimiento del absurdo, de la duda de que la vida tenga un sentido, de la desesperación de que exista en absoluto tal sentido” ( Frankl, V., 1992, p.18 ). Al respecto de la

Neurosis Noógena Bazzi (1989, p.122), argumenta su etiología “a partir de un conflicto de valores o de un déficit de finalidades y significados personales”.

Siempre que el hombre se pregunte por el sentido de su existencia y logre mantener cierto nivel de tensión entro lo que él es, sus logros y lo que aún quiere llegar a ser y seguir logrando, tendrá siempre un motivo para querer seguir viviendo, para luchar por lo que se ha propuesto.

Sin embargo, es triste encontrar hoy por hoy, niños, jóvenes y adultos, que acosados por un sentimiento de vacuidad interior optan por autodestruirse. Actualmente es fácil hallar distintas expresiones de la frustración existencial, tales como el suicidio, las adicciones y la delincuencia. Estos problemas son causados muchas veces por un sentimiento de “vacío existencial”, el cual se debe, de acuerdo con Frankl, V (1996) en gran parte a que hoy día, en pleno siglo XXI:

“El ser humano carece, pues, de un instinto que le diga lo que ha de hacer; en ocasiones no sabe ni siquiera lo que le gustaría hacer. En su lugar, desea hacer lo que otras personas hacen (conformismo) o hacen lo que otras personas quieren que haga (totalitarismo)”. (p.105).

Esto lo corrobora Noblejas, M (1995, p.37) en la investigación realizada con adictos a las drogas, donde concluye con un nivel de probabilidad del 99.9% que “la adicción a la droga está ligada a una situación de frustración existencial”. Es así como el vacío existencial que surge tras la frustración o el no desarrollo de la Voluntad de Sentido se constituye como uno de los síntomas modernos. A este respecto Frankl, V (1994) plantea:

“Vivimos en una época de reciente automatización y esta lleva consigo un incremento del tiempo libre disponible. Pero no hay solo un tiempo libre de algo sino

también un tiempo libre para algo; el hombre existencialmente frustrado, sin embargo, no conoce nada con lo que podría llenarlo, nada con lo que podría rellenar su vacío existencial”. (p. 124 - 125).

Es así como Franz Werfel (citado por Frankl, 1991) en una de sus novelas escribe, "La sed es la mejor prueba de la existencia del agua". De no existir el agua, ningún animal y ningún ser humano podría llegar a experimentar la sed. Lo mismo podría decirse acerca del sentido siguiendo lo planteado por Frankl, V (1991) al decir que:

“Es posible que en el fondo de nuestro espíritu exista un deseo de encontrar un sentido en la vida y luchar por concretarlo, como algo personal y propio de cada individuo. Si hemos encontrado el sentido, procuramos, por supuesto, sentirnos responsables por realizarlo. Esto constituye un factor básico de motivación existencial”.

Alguna vez Albert Einstein dijo que aquel hombre que percibe su propia vida como carente de sentido, no sólo es infeliz, no es apto para vivir. Cuando una persona no tiene la capacidad para encontrarle un significado a su existir, lo mas seguro es que se descubra así misma en un “vacío existencial”, un vacío que en su afán de satisfacción, posiblemente llevará la persona a “pagar por ello en forma de síntomas psiquiátricos, como la anomia, la adicción y la agresión” (Guttman, D., 1999, p. 43).

En la actualidad, cuando este vacío existencial acosa a hombres y mujeres de todo el mundo, sin discriminación de raza, edad o estatus social; es cuando el hombre debe apelar a la capacidad intuitiva de su conciencia, ya que según Frankl, V (2001, p. 66), es la conciencia la que le permite al hombre “descubrir el sentido de una situación y tiene el poder de descubrir sentidos únicos que contradicen valores aceptados”. Es decir, la

conciencia es entendida como aquello que el hombre es, lo que le permite al ser humano ser libre y responsable de sus actos, de escribir una historia llena de sentido.

Un sentido entendido por Frankl, V (1994) como:

“Algo concreto que una persona concreta -en virtud de su voluntad de sentido- es capaz de deducir de una situación concreta. Una capacidad, gracias a la que está capacitado para percibir, en el trasfondo de la realidad, una posibilidad de cambiar esta misma realidad o, por el contrario, si esto fuese realmente imposible, de cambiarse a si mismo en la medida en que nosotros también podemos madurar, crecer, superarnos a nosotros mismos por un estado de sufrimiento cuya causa no se puede anular ni eliminar, de forma que la vida guarda su potencial carácter de sentido incluso in extremis e in ultimis” (p. 266).

Adicional a esto, la Logoterapia plantea que mas allá de estas situaciones concretas, “hay otras que tienen algo en común, y consecuentemente hay sentidos compartidos por seres humanos en una sociedad y, aún más, a través de historia” (Frankl,V., 2001, p. 59); sentidos que la Logoterapia ha entendido como “valores”, o las maneras por medio de las cuales el ser humano es capaz de otorgar significados existenciales a las situaciones que su vida le presente.

Sin embargo, el hecho de que el hombre posea tales valores le ha tanto favorecido como obstaculizado su búsqueda de sentido, puesto que en ciertos casos le ha facilitado la toma de decisiones y por otro lo ha llevado a verse envuelto en un conflicto de valores que fácilmente lo llevan a la formación de neurosis noógenas, aún cuando el hombre tiene la plena libertad de acoger o renunciarse a aceptar un valor en un momento determinado de su existencia, pero no sin antes “haber pasado por un test, el test de la

conciencia del hombre, a menos que rehúse a obedecer su conciencia y suprimir su voz”. (Frankl, V., 2001, p.61).

Una vez el hombre ha podido resolver su conflicto, está en la capacidad de dar respuesta a las preguntas que la vida le plantea acerca del sentido que tiene para sí una situación concreta. Retomando lo dicho por Frankl, V (1994):

“Es la misma vida la que plantea preguntas al hombre. El no tiene qué preguntar, más bien él es el preguntado por la vida, el que tiene que responder a la vida, el que tiene que asumir la vida responsablemente. Pero las respuestas que da el hombre sólo pueden ser respuestas concretas a preguntas vitales concretas”. (p. 150).

Por lo tanto, es posible argumentar que el sentido de la vida no cesa de existir siempre, en todo lugar y circunstancia y que el hombre es libre para buscarlo. Siendo el ser humano libre y responsable de ir en busca de la realización o no de su sentido de vida, la Logoterapia plantea una tríada de valores en los cuales el hombre puede hallar un camino para encontrar sentido.

Estos valores han sido clasificados en una secuencia de valores creativos, experienciales y actitudinales. En cuanto a los valores de creación, Pareja, G (1998, p. 212) los define como “lo que un ser humano le da al mundo en forma de trabajo, creación, transformación, etc”, son aquellos que le permiten al ser humano lograr un contacto espiritual consigo mismo. Se halla sentido por medio de los valores experienciales, “cuando experimentamos algo o a alguien, y experimentar a alguien en toda su singularidad y unicidad significa amarle (Frankl, V., 1992, p. 25 -26). En palabras del creador de la logoterapia, “el amor – espíritu de fusión total y definitivo - constituye la única manera de aprehender a otro ser humano en lo más profundo de su personalidad”. (Frankl, V., 1996, p. 110)

El tercer componente de esta tríada para encontrar el sentido de la vida es mediante el sufrimiento, o dicho de otra manera, experimentando los valores de actitud. En este caso, “lo que importa es cómo se soporta el destino, cuando ya no se tiene poder para evitarlo...Cuando ya no existe ninguna posibilidad de cambiar el destino, entonces es necesario salir al encuentro de este destino con la actitud acertada” (Frankl, V., 1994, p.94). Es gracias a dichos valores actitudinales que la vida nunca dejará de tener sentido, aun en aquellas personas en las que los valores de creación y los de experiencia no se hacen manifiestos.

Es decir, que solo el hombre puede transformar su sufrimiento en un bien para sí, a partir de la actitud que tome frente a las vicisitudes que le otorga su vida. De esta manera, la logoterapia ubica los valores de actitud en un plano más elevado sobre los valores creativos y experienciales, puesto que ve el sentido del sufrimiento como el más alto y noble que puede encontrar el ser humano.

Sin embargo, no todo sufrir por sufrir llega a ser digno y noble, el sufrimiento “no significará nada a menos que sea absolutamente necesario” (Frankl, V., 1996, p. 111). La logoterapia defiende el hecho de que en la medida de lo posible, el dolor debe ser prevenido y evitado, de lo contrario el hombre podría estarse dejando llevar por el masoquismo antes que por el verdadero heroísmo.

En este punto es importante resaltar que el sufrimiento se ubica como uno de los componentes de la tríada trágica del existir del hombre. Dicha tríada, conformada por sufrimiento culpa y muerte, debe ser enfrentada por el hombre en pro del “crecimiento de los valores de actitud” (De Barbieri, A., 2000).

Aunque al hablar de la tríada trágica se piensa en el hombre que ha fallado, que ha sufrido y que algún día morirá, la logoterapia enseña a abordar estos temas de una forma

optimista, en tanto que argumenta que no existen factores trágicos o negativos que impidan ser convertidos en logro y asumidos con la más digna actitud.

Se ha dicho que la actitud con que el hombre asume el sufrimiento ineludible, es una posición “ante el destino personal” (Frankl, V., 2001, p. 75). Sin embargo, la actitud que toma ante la culpa y la finitud de su vida son un tanto diferentes. Ante la culpa, la actitud que asume al ser humano ya no es ante el destino que no puede ser cambiado, sino que debe tomar posición “ante sí mismo” (Frankl, V., 2001, p. 75), que contrario al destino si tiene la posibilidad de cambiarse con el fin de madurar y lograr su autorrealización.

Desde la logoterapia se entiende la culpa como un privilegio donde la responsabilidad del ser humano es la de superar esa culpa con el ánimo de encontrar significado a su vida y así autotranscender.

La Logoterapia plantea tres tipos de culpabilidad que puede experimentar el ser humano. Estos son “la culpa real, neurótica y existencial” (Stering, 1984 citado por Guttman, D., 1999, p. 62). En cuanto a la culpa real, Guttman, D (1999, p. 62) plantea que ésta “surge de la realidad y presenta a su vez dos modalidades..., la culpa por omisión y la culpa por comisión”.

El segundo tipo, la culpabilidad neurótica, “es aquella que siente una persona sin haber cometido ningún mal, ... causada por la intención o el deseo de hacer algún mal” (Guttman, D., 1999, p. 62). Aunque la culpa neurótica no tiene causas reales, a la persona le resulta difícil liberarse de tal sensación.

El tercer y último tipo, la culpabilidad existencial, se hace evidente a través de sentimientos de “confusión, vacío, inquietud y falta de significado que constituyen el vacío existencial” (Guttman, D., 1999, p. 62). Cuando se asume la culpa existencial

con la actitud apropiada de hacerle frente y actuar responsablemente, entonces el hombre puede reencontrar la serenidad y bienestar propios.

Existen tres áreas que según David Guttman (1999, p. 62) se encuentran relacionadas con la culpa existencial, “nuestra desatención de las necesidades del self, de los otros y del mundo que nos rodea”. En estos momentos el ser humano debe prestar atención a satisfacer sus necesidades físicas, espirituales e intelectuales; así mismo debe hacerse responsable de sí mismo y del otro en toda su plenitud, y de gozar de su ambiente y lo que la vida le otorga.

Es así como la Logoterapia ve en la culpa una “oportunidad para cambiar, para abandonar los viejos patrones de toma de decisión y de conducta y tomar mejores decisiones en el futuro” (Guttman, D., 1999, p. 64), es decir, la oportunidad de arrepentirse, de perdonarse así mismo, comprender los errores y crecer.

Y son estos errores, estos perdones y estos pasos hacia delante los que quedarán grabados en el mundo aún después de la muerte. Es la transitoriedad de la vida el tercer componente de la tríada trágica que el hombre asume mediante sus valores de actitud.

Por lo tanto, no se trata de temerle a la muerte, Wolf (1990 citado por Guttman , D., 1999, p. 74), deja esto claro al argumentar que “el peor enemigo de la vida no es la muerte, sino el desaprovechamiento de preciosos momentos – el abandono de las oportunidades para aprender, actuar, enseñar y ser útil, no hacer uso de la vida para madurar y crecer”. De lo que se trata, por tanto, es de poder descubrir el sentido de la vida, así sea en el último momento; morir dignamente, dejando en el mundo una huella imborrable de amor y sufrimiento.

Pero la Logoterapia, no es solo teoría y fundamentos filosóficos; ésta contiene además diferentes técnicas. Dentro de las principales se pueden encontrar la

Modificación de Actitudes, el Diálogo Socrático, las Preguntas Ingenuas, la Derreflexión y la Intención Paradójica, estas dos últimas consideradas como las de mayor importancia y las cuales se basan respectivamente, en “la capacidad única el hombre de superarse a sí mismo (autotrascendencia) y de distanciarse de sus propios problemas (autodistanciamiento)”. (Guttman, D., 1999, p. 75).

Igualmente, dentro de la logoterapia se han desarrollado metodologías de intervención grupal dentro de las cuales vale la pena nombrar los “Grupos de Derreflexión” de Elizabeth Lukas, los grupos “Renacer” de Berti, las “Escuelas de Vida” y los “Grupos para la Autotrascendencia” de Bretones, los “Círculos de Diálogo Existencial” del colombiano Jorge Arturo Luna, los “Grupos Compartidos” de Fabry y los grupos de “Cuenteria”, “Suprasentido” y el “Grupo de Apoyo Existencial o Red Existencial”, de Martínez.

La logoterapia de grupo, se entiende como la aplicación de los fundamentos técnicos de la logoterapia, incluyendo el encuentro existencial, facilitador de la movilización de los neodinamismos existenciales, dirigidos y aplicados a un grupo de personas en donde las relaciones que de allí surgen entre asistentes y terapeutas colaboran dentro de la movilización de las potencialidades noéticas, el equilibrio psicofísico y el cambio y crecimiento personal.

Dentro de las ventajas que permite la logoterapia grupal, Lukas, E (2000) expone: “Que los participantes aprenden que hay personas con problemas similares, pero que también existen otros que pueden dominarlos; que hablar de sus problemas y cosas positivas, facilita adicionalmente la desinhibición; brinda la posibilidad de aprender de otros, la manera de solucionar sus problemas.” (p.65)

Lo anterior permite reconocer en la logoterapia de grupo un facilitador del despliegue de la dimensión espiritual de los seres humanos, por tal razón para efectos de la presente investigación se toma como referente la asistencia al “Grupo de Apoyo Existencial”. Para una mayor comprensión, se hace a continuación una descripción detallada de dicho grupo terapéutico dada la relevancia en cuanto al objetivo del presente proyecto de grado.

Se puede describir el grupo como un “cúmulo coherente de actividades aplicadas a un grupo de personas y organizadas a través de un cíclico de temas, con objetivos y sesiones preestablecidas, límites y normas definidas, papel del facilitador asignado y esquemas de aplicación específicos” (Martínez, E., 2002, p. 52). (Ver Apéndice A)

Dentro del grupo se llevan a cabo las Misiones Existenciales, inspiradas en la búsqueda de sentido, la derreflexión y la autotranscendencia. Además de éstas, el desarrollo de la actividad grupal se lleva a cabo mediante la reflexión hecha por cada participante del grupo, acerca de distintos cuentos y frases enfocados en los principios logoterapéuticos.

Dentro de los objetivos del “Grupo de Apoyo Existencial” se encuentran los de desarrollar la autotranscendencia como efecto derreflexivo; esclarecer el panorama existencial; descubrir valores de Creación, Experiencia y Actitud; percibir sentidos y significados de vida; modificar la actitud ante la existencia; encontrarse con el otro en una comunicación existencial; apelar a los recursos específicamente humanos de la libertad-responsabilidad, voluntad de sentido, sentido de vida, valores de actitud y sentido del sufrimiento y esclarecer un encuentro suprahumano con una dimensión trascendente.

Este grupo encuentra ventajas en el uso de los cuentos al interior de su metodología, puesto que “no constituye un riesgo, identifica la idea y dirección del cambio, ofrece nuevos niveles de flexibilidad y fomenta la independencia y participación en el proceso de la red”. (García, C., 1996)

Se plantea igualmente que dicho grupo logoterapéutico “brinda un espacio de encuentro consigo mismo y con la realidad, asumiendo elaboraciones ante la libertad y la responsabilidad, la temporalidad del ser humano, el sufrimiento y el sentido de la existencia” (Martínez, E., 2002, p. 57).

Es decir, hace que el hombre empiece a responderle a la vida, antes de continuar preguntándole ¿por qué...?. De éste principio nace el lema del grupo, “Este grupo no da respuestas a nada, solamente sirve para que respondas”; lema que a su vez encierra los objetivos del mismo.

Por otro lado, el grupo cuenta también con su propio himno, de alto contenido existencial. (Ver Apéndice B)

En conclusión, el “Grupo de Apoyo Existencial” nace con el propósito de afrontar el malestar existencial que aqueja hoy día a la sociedad, reflejado en diferentes síntomas como lo son los trastornos alimenticios, la adicción a las drogas y sociopatías, entre otras. Este tipo de síntomas no son más que diferentes formas de solución que el hombre ha encontrado en su afán por autodestruirse, de acabar con el sentimiento de vacío existencial. Así lo describe Mottes (2000) al decir que “millones de personas en el mundo buscan su autodestrucción por el naufragio de su esperanza. La vida se les hace insoportable. No le hallan sentido a nada..., andan hiriéndose con piedras, bebiendo hasta perder el sentido, drogándose hasta matar la inteligencia, o sino, armándose contra sí mismos y suicidándose”.

En el momento en que el ser humano renuncia a su libertad, cuando decide hacer caso omiso de su antagonismo psiconoético, cuando se nubla su sentido y no lucha por despejarlo, es cuando el vacío existencial gana la batalla.

Sin embargo, ganar una batalla no significa que se ha ganado la guerra. Mientras quede la esperanza, mientras el hombre nunca olvide que es un ser libre, todavía le es posible asumir una actitud adecuada ante su situación vital.

Es importante resaltar que asumir ciertas actitudes no siempre es sencillo. Para muchos, “las continuas dificultades que los seres humanos deben enfrentar, en una vida colmada de contrastes y complejidades, los lleva a incurrir en situaciones de riesgo, en conductas aparentemente sin intención de autoeliminación” (López, A., 2002), como una forma de salida mucho más fácil ante tales circunstancias.

Es así como aparece la adicción a las drogas como una de tantas formas que el hombre tiene para autodestruirse, como “la expresión de una problemática humana más profunda denominada vacío existencial; no necesariamente como causa de la adicción sino como el lugar de expresión de esta o como consecuencia”. (Acevedo, G., 1985, p. 127).

Desde este punto de vista, la logoterapia propone un modelo que integra una visión bio-psico-socio-noética de la adicción, en el cual se siguen teniendo en cuenta los condicionamientos genéticos, psicológicos y sociales; pero sostiene que el ser humano tiene la capacidad de escribir su propia historia asumiéndola con libertad y responsabilidad.

Desde la logoterapia se considera la adicción “como parte de la tríada neurótica de masas compuesta por agresión, adicción y depresión” (Frankl, V., 1994, p.279); tríada que como se ha dicho anteriormente, responde al espíritu de la época.

Es así como hoy en día, aparece la adicción noógena, junto con las adicciones psicógenas y sociógenas. Se puede decir, siguiendo lo planteado por Lukas, E (1983) que:

“Antes predominaban los casos de toxicomanía precedidos de un motivo proporcionado o de un mecanismo desencadenante. Pero en las últimas décadas no solo hemos tenido que trabajar con un nuevo tipo de neurosis, sino que también hemos tenido que enfrentarnos a un nuevo tipo de toxicomanía, casi me atrevería a decir, al tipo de una toxicomanía noógena.” (p. 252).

De igual forma, en las investigaciones logoterapéuticas realizadas sobre el tema, encontramos que Chalstrom, W., (citado por Frankl, V., 1992, p. 20) afirmó que más del 60% de sus consultantes solían quejarse de una falta de sentido en sus vidas. Por otro lado Padelford, B., en su tesis doctoral, probó estadísticamente que el fondo de las drogodependencias es la frustración existencial y que en estudiantes universitarios existe una seria correlación entre uso de drogas y frustración existencial (citado por Frankl, V., 1992, p. 20). De igual forma, Frankl comenta en su libro “Ante el Vacío Existencial” que una alumna suya de la Universidad de San Diego, logró comprobar que el 90% de los alcohólicos acusaban un complejo de vacío existencial (1994, p.19), con esta investigación en el mismo libro se respalda la afirmación de Krippner para quien el complejo de vacuidad en los drogadictos es del 100 %. Así mismo, dentro de los estudios comparativos realizados con adictos, sobresale la investigación de Coleman, Kaplan y Doening quienes encontraron que estos en general, presentaban una mayor tendencia al suicidio y relación con la muerte, así como un patrón de inestabilidad en sus relaciones familiares y un propósito vital poco definido. (citado por Martínez, E., 1999, p.18)

Al hablar de toxicomanía noógena o adicción noógena, las restricciones en el ser humano se dan a nivel espiritual, dicha limitación es expuesta por Frankl, V (1994) al decir:

“El espíritu humano es limitado, no menos pero tampoco más. El cuerpo no origina nada; el solo limita; pero esta limitación del espíritu humano consiste, no en último lugar, en la dependencia del espíritu humano de su cuerpo..., en la supeditación del espíritu humano a la integridad de la función instrumental y expresiva de su organismo psicofísico. Esta doble función -en la que se basa toda capacidad de acción o de expresión de la persona espiritual- se puede perturbar; pero no por esto destruir a la persona espiritual.” (p. 90)

Por otro lado Lukas (1983) dice al respecto que:

“La droga socava el poder de oposición del espíritu, cuarteo las fuerzas de la voluntad, oscurece la conciencia de responsabilidad y destruye la dimensión de la libertad en el hombre. Solo cuando se ha resquebrajado esa dimensión, aparece de hecho una reducción del ser humano –esa reducción que el peligroso psicologismo de otro tiempo intenta presentar como universalmente válida en el hombre sano y normal- es decir, el determinismo, que lleva al nihilismo y al subhumanismo.” (p. 51)

De ésta manera, es la Libertad de la Voluntad quien primero se ve afectada ante un consumo activo de drogas. Por lo tanto, al ésta coartarse, la Responsabilidad también se ve afectada. En este sentido, en la adicción activa “se evade constantemente la responsabilidad y la libertad. El consumo de sustancias y/o los comportamientos compulsivos son un inocente intento para no asumir el ser-libre, pues esto implicaría,

tomar la responsabilidad de la propia vida” (Martínez, E., 1999, p.41). Así lo ejemplifica Palma, D (2002) en su artículo al decir que:

“Al enfrentarse a un estado alterado de conciencia inducido mediante una sustancia psicoactiva, se ve sumergido en un mundo de percepciones fascinantes y al no poder dominar su atracción fundamental vuelve a consumir la droga, intentando volver a la fascinación placentera, escapando de un mundo de insatisfacción, problemas y angustias racionales, encontrándose atrapado en un contexto evasivo de lo que constituye su realidad.”

Esto no quiere decir, sin embargo, que el ser humano con problemas de adicción pierda total y definitivamente su capacidad de ser libre y responsable, pues en el hombre siempre estarán presentes, latentes las potencialidades de su dimensión noética, en “contraposición a la dimensión biológica, psicológica y social”.(Frankl, citado por Peter, 1998. pag 75). Existirá siempre “un nivel de libertad potencial, que puede restringirse o perderse en determinadas áreas de la vida; y recuperarse por medio de, por ejemplo, un exitoso proceso terapéutico”; y otro nivel de libertad que funciona desde lo espiritual, que tiene que ver con “la actitud que asume la persona frente a los hechos inevitables de su vida, incluyendo desde luego, la restricción de su libertad en las áreas en las que no tuvo un proceso infantil y un crecimiento favorables”. El primer nivel de libertad corresponde más al Ego, a esa singularidad que se encarga de satisfacer las necesidades frente al mundo, y de la sobrevivencia física. El segundo nivel corresponde, al Espíritu, que es desde donde la persona encuentra sentido y significado a su vida (Pearson, 1992), donde la persona logra hacer uso de su Libertad de la Voluntad y superar la pérdida de libertad que conlleva su adicción a las drogas.

Dice Goethe en el Fausto (citado por Unkiel, 2003): "...Solo gana su libertad y existencia, aquel que diariamente la conquista". El hombre llega al mundo siendo potencialmente libre, y aún cuando está llamado a potenciar esa libertad, algunas veces la prostituye, en el sentido de que decide cambiarla por un placer incierto y amargo como lo es la adicción a las drogas, pero en su interior guarda el deseo de libertad, de poder actuar contando consigo mismo, de saber quién se es y qué es lo que se quiere, y es tal vez ese deseo lo que le permite al hombre reencontrarse con sus capacidades espirituales y tener la humildad de pedir ayuda, de buscar desintoxicarse, de romper cadenas y ser libre y responsable.

Pero no solo la Libertad de la Voluntad se afecta en una persona con problemas de adicción. La Voluntad de Sentido también se restringe puesto que la decisión de perder la libertad lleva a que, de acuerdo con lo expuesto por Martínez, E (2002):

“El organismo psicofísico queda gobernado por las voluntades de poder y de placer que conducen al estado de frustración en la voluntad de sentido. Es decir, la no expresión de la libertad de la voluntad al pandeterminarse adictivamente dejan la voluntad de sentido latente y sin expresión o frustrada.” (p. 86)

Finalmente, un problema de adicción también llega a perjudicar el área del Sentido de Vida, en donde el fenómeno de la adicción se puede interpretar como un pseudosentido, de los que Lukas (1983) opina:

“Aparecen metas ilusorias, se descubre un sentido aparente en la existencia problemática y se intercambian vivencias ilusorias por aburrimiento...Y ese es el estado de frustración existencial, del que nacen muchos delitos, ideas de suicidio, perversiones sexuales o también...consumo de drogas: para poder volver a tener una

meta, aunque sea aparente, o para acabar con un estado sin meta, aunque sea con la muerte”. (p. 248, 253)

Esta dificultad para hallar el sentido único y personal de cada situación, es interpretada como una Ceguera Axiológica, que le impide al adicto descubrir y desarrollar los Valores de Creación, de Experiencia y de Actitud, llevando a la persona a asumir una posición de víctima ante la vida, haciéndose difícil otorgarle sentido al sufrimiento. Así lo escribe Palma, D (2002) en su artículo, “El adicto se encuentra en un medio social que parece no brindarle respuestas satisfactorias a sus inquietudes espirituales existenciales. Siente un profundo vacío interior y una falta de sentido de la propia existencia”.

En medio de tan inmenso mar de preguntas sin respuesta y vacuidad interior, la Logoterapia aparece como una opción de ayuda en el tratamiento de las drogodependencias. Al respecto Walters (1993) ratifica la importancia de los conceptos básicos de la logoterapia, “la libertad, el trabajo con responsabilidad, la capacidad de autotranscender y la búsqueda de metas y sentidos personales”, así como la “importancia del aporte logoterapéutico en el cambio del estilo de vida, especialmente en los problemas de discontinuidad que podrían expresar la frustración en la Voluntad de Sentido”

Es así como poco a poco la logoterapia ha ido cobrando importancia en distintas comunidades terapéuticas en Italia, España, México, Argentina, Chile y también en nuestro país en instituciones terapéuticas como El Camino y la Fundación Colectivo Aquí y Ahora, brindando así espacios de reflexión en pro del crecimiento personal, el autoconocimiento, la libertad, la responsabilidad, la voluntad, el autoperdón y el sentido de vida para las personas con problemas de adicción residentes en nuestro país. El

desarrollo de la presente investigación se llevará a cabo en la fundación Colectivo Aquí y Ahora, puesto que la investigadora realizó allí su práctica de décimo semestre, lo que en cierto modo facilita el proceso de aplicación. Otro criterio para seleccionar dicha fundación es que allí la logoterapia de grupo constituye uno de los pilares fundamentales al momento de abordar el tratamiento de personas con problemas de adicción tanto a nivel preventivo como de intervención.

Siguiendo este orden de ideas, el presente proyecto de grado se adentra en lo que se refiere a la experiencia vivida por los adultos con problemas de adicción tratados por el programa de recuperación de la Fundación Colectivo Aquí y Ahora en cuanto a la logoterapia de grupo denominada “Grupo de Apoyo Existencial”.

Teniendo en cuenta que los hombres adultos implicados en este estudio son personas abrazadas por la tríada neurótica de masas, compuesta por depresión, adicción y agresión (Frankl, 1994), inclinada a la autodestrucción y sumergida en un vacío existencial, se contempla la asistencia a dicho grupo logoterapéutico, como una opción trascendente, hacia el descubrimiento de valores que a su vez alimentan el sentido de su vida, al crecimiento espiritual, al optimismo trágico, la derreflexión, el autodescubrimiento, y el autodesarrollo entre otros, en pocas palabras, como una herramienta favorecedora de la autotrascendencia, el desbloqueo de lo noético y opuesta a la autodestrucción.

Basándose en lo anterior se plantea la cuestión de:

¿Cómo vivencian las personas con problemas de adicción el despliegue de su dimensión noética en el Grupo de Apoyo Existencial?

Por lo tanto, el principal objetivo hacia el cual se dirigirá ésta investigación es:

Comprender desde la logoterapia el despliegue de la dimensión noética de dos hombres adultos con problemas de adicción que han vivenciado el “Grupo de Apoyo Existencial” mediante el desarrollo de entrevistas en profundidad.

Del mismo modo, se tomarán como objetivos específicos los siguientes:

1. Conocer el sentido que otorgan a su vida las personas con problemas de adicción que han vivenciado el Grupo de Apoyo Existencial.
2. Describir cómo se manifiesta la voluntad de sentido de personas con problemas de adicción en una vivencia dentro del Grupo de Apoyo Existencial.
3. Conocer si se facilita la expresión de la libertad de la voluntad en personas con problemas de adicción asistiendo a la logoterapia de grupo denominada Grupo de Apoyo Existencial.

Para efectos de la presente investigación resulta indispensable enumerar las categorías mediante las cuales se analiza la información encontrada en las entrevistas en profundidad, para su posterior interpretación y análisis. Es así como se destacan tres categorías anticipatorias, denominadas así puesto que emergen de la contextualización teórica realizada previamente. Las categorías a tratar son las siguientes:

1. Libertad de la Voluntad: Capacidad de oposición del espíritu ante la herencia, los instintos y el medio ambiente para asumir actitudes honestas y nobles ante las situaciones inevitables, como la tríada trágica. Así mismo como la libertad para ser responsable de escribir su historia de vida con sentido y asumir las consecuencias de sus elecciones.
2. Voluntad de Sentido: Es la primera fuerza motivante del ser humano, directamente relacionada con la Autotrascendencia, que lleva al hombre a descubrir razones para ser feliz.

3. Sentido de Vida: En la logoterapia se entiende, por sentido el sentido único y específico que una persona ejerciendo su voluntad de sentido, logra otorgarle o descubrir en una situación concreta, aún en aquellas de sufrimiento inevitable. De tal forma que la vida nunca perderá su sentido, mientras siga siendo vida. Para la logoterapia hay tres caminos que ayudan a encontrar sentido, estos son, los Valores de Actitud o las formas en que se asume con dignidad un sufrimiento inevitable e ineludible, aprendiendo y creciendo a partir del dolor o la dificultad; los Valores de Creación o aquellos sentimientos de completud que se dan cuando la persona le entrega algo al mundo con la intención de dar una parte de sí, ya sea en una obra de arte, una carta, un abrazo, una sonrisa, etc. Todo aquello que le permite al hombre un contacto espiritual consigo mismo; y por último se encuentran los Valores de Experiencia entendidos como aquellas cosas que el ser humano se precia de recibir del mundo en diferentes formas, como un atardecer, la rosa en el jardín y el amor entre otros.

## Método

### *Tipo de estudio*

Será una investigación cualitativa, de tipo Social Interpretativa, con un diseño de estudio de caso, utilizando la entrevista en profundidad como técnica de recolección de datos, siendo el investigador el instrumento. Por investigación cualitativa se entiende a aquellos “estudios que proporcionan una descripción verbal o explicación del fenómeno estudiado, su esencia, naturaleza o comportamiento” (Bermejo, 1998). Este tipo de investigación permite según Lankshear y Knobel (2000) hacer uso de diferentes “formas de codificación, establecimiento de categorías, taxonomías y ámbitos, identificar patrones y similitudes, y sugerir descripciones, interpretaciones y explicaciones

provisionales con base en estos procedimientos”. En cuanto al diseño de estudio de caso, éste es entendido como “el estudio en profundidad de ejemplos de un fenómeno en su contexto natural y desde la perspectiva de los participantes involucrados en el fenómeno” (Gall, M., Borg., W y Gall, J., 1996)

### *Participantes*

La muestra con la que se trabajó fueron dos personas seleccionadas de manera intencional, de género masculino con problemas de adicción que han participado en el Grupo de Apoyo Existencial y pertenecen a un estrato social 3 de la ciudad de Bogotá, en estado de abstención de sustancias psicoactivas mayor a tres meses, lo que asegura cierto nivel de desbloqueo noético, y con edades de 35 y 38 años con un nivel académico universitario.

### *Instrumento y Técnicas de Recolección*

Para la recopilación de datos se utilizará como instrumento principal el investigador de género femenino, estudiante de psicología, quién ha tenido contacto previo con las personas y la institución donde se llevará a cabo la parte aplicada del presente proyecto de investigación, puesto que fue su sitio de práctica clínica en décimo semestre. La técnica de recolección de información fue la Entrevista en Profundidad, entendida según Alonso, L (1994, p. 225- 226, citado por Bermejo, 1998) como un “proceso comunicativo de extracción de información, por parte de un investigador”. Mediante ésta técnica se pretende “acceder a las opiniones, creencias y valores de los participantes” (Lankshear y Knobel, 2000) acerca de la temática tratada, logrando así oscultar lo que el otro piensa y siente.

Teniendo en cuenta que en la entrevista en profundidad no se tienen preguntas preestablecidas que deban seguirse rígidamente y no se considera cerrada, se construyó

un guión de aspectos a tratar que se consideraron relevantes para la consecución de los objetivos de la investigación y orientado a la comprensión de la experiencia personal, con preguntas abiertas, no directivas y las cuales en ningún momento pretendían la estandarización de las respuestas de los entrevistados, siendo flexible y dando prioridad a lo que para los participantes era importante y significativo. (ver Apéndice C). Logrando así comprender la experiencia vivida por cada participante y el significado otorgado a los acontecimientos vividos.

### *Procedimiento*

Se seleccionaron los participantes. Se llevó a cabo el diseño de la entrevista en profundidad a partir de los aspectos que pudieran arrojar información enfocada al cumplimiento de los objetivos específicos de la investigación. A continuación, se contactaron los sujetos vía telefónica con el fin de concertar las citas para la realización de las entrevistas. Una vez se terminadas las sesiones de entrevista (dos en cada caso), se dio paso a la transcripción de las entrevistas realizadas en audio (ver Apéndice D), para su posterior categorización, codificación, análisis e interpretación.

Con el fin de contribuir a la credibilidad y confiabilidad de la técnica y el instrumento, previo a la aplicación final se realizó un pilotaje, la persona seleccionada para el pilotaje cumplía con los requisitos de edad (35) y estrato social (3), además de haber realizado un tratamiento en la fundación Colectivo Aquí y Ahora y llevar más de tres meses en estado de abstinencia de drogas psicoactivas. (ver Apéndice F). Cabe resaltar que los tres sujetos que participaron en la investigación firmaron un consentimiento informado, en el cual autorizaban el uso de la información administrada para efectos de la presente investigación.

### *Resultados*

A continuación se presenta la fase final de la investigación, en la cual se busca vislumbrar y dar solución al problema formulado anteriormente acerca de cómo vivencian las personas con problemas de adicción el despliegue de su dimensión noética en el Grupo de Apoyo Existencial. Aparecen los pasos del método de estudio de caso seguidos en el presente proyecto para la consecución de los objetivos propuestos. Se tomó como base la propuesta teórica de Gall, Borg y Gall (1996).

Fue así como se hizo un completo registro de los datos recogidos en el medio electromagnético a un formato Word, en computadora, lo que facilitó el manejo de las categorías. Para esto se enumeraron las líneas del texto, el cual fue segmentado en partes con significado que se convirtieron en las unidades de análisis que permitieron la comprensión del significado.

Por otro lado, se establecieron categorías que captaran los datos y objetivos del proyecto de investigación, fue así como previamente se establecieron tres categorías de tipo anticipatorio, es decir, que emergen del marco conceptual que fundamenta y facilita el cumplimiento de los objetivos, dichas categorías eran Voluntad de Sentido, Sentido de Vida y Libertad de la Voluntad. Más adelante, una vez la investigadora concluyó la lectura de los textos y el insight surgieron categorías diferentes las cuales emergieron de la comprensión del fenómeno y la aplicación de las categorías a los segmentos, dando como resultado la no adaptabilidad de la totalidad de los segmentos a las categorías planteadas en un principio.

Las categorías encontradas fueron las siguientes:

1. Red de Apoyo: Esta categoría se refiere al contar con personas al interior del grupo que le brinden seguridad, confianza y apoyo, es de vital importancia para

facilitar el proceso de mantenerse sobrio, pues siempre es necesario tener alguien con quien se pueda contar al momento de necesitar ayuda y compañía.

2. Resocialización: Se encuentran comentarios relacionados con que el grupo de apoyo existencial logra promover las condiciones sociales que favorezcan en los seres humanos el desarrollo integral de su persona.
3. Confrontación Existencial: Se percibe el grupo, desde los comentarios de los asistentes, como un espacio que les permite lograr un mayor conocimiento de sí mismos y la posibilidad de expresión y conocimiento de su esencia personal.
4. Equilibrio Emocional: Comentarios relacionados con sentimientos de tranquilidad proporcionados al interior del grupo.
5. Confianza y contención: En esta categoría se ubican referencias hechas por los asistentes al grupo donde lo perciben como un espacio apto para expresar sentimientos y emociones que la persona viene acumulando en su interior, logrando así sentimientos de alivio y paz interior.

Un paso importante dentro de la categorización es la codificación de segmentos, estableciendo códigos que permitan ubicar en cada categoría los diferentes segmentos, cuidando que cada uno de ellos describa fielmente su inclusión dentro de la categoría.

Es así como, se describe la experiencia de los participantes con relación a las categorías de análisis propuestas para la investigación, lo cual es descrito a través de una matriz de interpretación de categorías (ver Tabla D1), así como la codificación axial y selectiva de las categorías deductivas e inductivas a partir de la información obtenida en las entrevistas en profundidad. (ver Apéndice E).

## Análisis de Resultados

El análisis de las entrevistas en profundidad realizadas permiten dar cuenta de la forma en que las personas con problemas de adicción han vivenciado el despliegue de su dimensión noética en el grupo de apoyo existencial.

A través del análisis de los resultados, se lograron identificar aspectos que constituyen un reflejo de la teoría logoterapéutica que sustenta la adicción noógena y el bloqueamiento noético; en ellos se estipulan ocho categorías, cinco de las cuales emergieron de las entrevistas. Vale la pena resaltar que en su mayoría las categorías inductivas y emergentes se interrelacionan entre sí, situación que dificultó la ubicación de segmentos y categorías específicas que pudiesen ser definidas con exactitud.

La primera categoría reúne los comentarios de los entrevistados que hacen referencia al despliegue de la Libertad de la Voluntad, que es quien primero se ve coartada en una persona con problemas de adicción. Se debe tener en cuenta que al hablar de Libertad de la Voluntad es ineludible hacer referencia a la Responsabilidad. Es así como ambos entrevistados exponen como principal argumento el hecho de asumir la responsabilidad ante algo y alguien, entendida como la responsabilidad ante sí mismo y su conciencia, esto se hace evidente puesto que la mayoría de sus comentarios van dirigidos a sentimientos de responsabilidad por sí mismos y en la escritura de historia de vida con mayor libertad, algunos ejemplos son: "... yo empezaba como a buscar explicaciones, y siempre como que desplazaba, si...., lo que tenía que hacer y como tenía que actuar frente a las circunstancias que me estaban pasando, en las otras personas, yo no me apropiaba, siempre buscaba las cosas afuera, ahí aprende uno que, que todo eso está es adentro..." y "... hacia las cosas por cumplir, por cumplirle a alguien, pero entonces no había satisfacción, de pronto a veces me generaba mas crisis, más conflictos, un choque

de por qué tengo que hacer algo que no me gusta?, y como que siempre estaba obligado y siempre tenía que responder a algo, entonces ahora no, ahora yo me siento con mas libertad”. Por otro lado, el asistente número uno se limita a un solo comentario acerca de la Capacidad de Oposición del Espíritu, mientras que el otro entrevistado hace una mayor cantidad de referencias acerca de dicha capacidad, argumentando que actualmente se siente fortalecido en ésta aspecto, especialmente en lo que se refiere al medio ambiente, representado en su mayoría en los círculos sociales, así como frente al consumo de drogas y otros comportamientos dependientes. En cuanto al hecho de asumir las consecuencias de las elecciones realizadas, en la entrevista del asistente número uno se puede encontrar una mayor cantidad de comentarios hechos al respecto, dando un especial énfasis al asumir las situaciones presentes y pasadas, como: “porque por ejemplo a la vida, a pesar de que uno empieza un estilo de vida distinto asume tantas responsabilidades que le quedan cosas de atrás que le quedan culpas, y que ya uno con la visión que tiene, tiene que enmendarlas muchas veces las de atrás, y si se presentan responsabilidades de atrás, si?, que hay que enmendar, porque eso mismo que cometí atrás se me van a presentar mas adelante, a que tengo que solucionarlos también, como voy a hacer ahí, no que: “es que ya eso murió porque es que tengo otro estilo de vida”, no!, si en este estilo de vida nuevo se me presenta la oportunidad de enmendar cosas del pasado también tengo que enmendar cosas del pasado, porque también están ahí y van a estar ahí porque el pasado, pasado esta pero uno nunca lo olvida, si?, entonces uno a veces tiene deudas con la misma vida, entonces hay que empezar a cancelar esas deudas que quedaron atrás, parte de las secuelas muchas veces de, de los errores de uno”; sin embargo no difiere en gran cantidad del número de referencias acerca del tema hechas por el otro asistente. Por último se ubican las referencias de los entrevistados en cuanto

a la responsabilidad ejercida ante los demás, es así como el asistente número dos expone una mayor cantidad de comentarios especialmente dirigidos al hecho de asumir la responsabilidad de las consecuencias de sus actos ante los demás, mientras que el asistente número uno se refiere en un único comentario a la responsabilidad suya como padre al decir : “hay que darme cuenta de que hay responsabilidades y si tengo mas una responsabilidad como padre, porque antes no era padre, ahora tengo una niña de tres años, hasta ahora apenas tres años y yo con treinta y ocho años encima, entonces mas miedo me da y tengo que entonces ya buscar un ritmo de vida muy, bastante...porque tengo una hija de por medio por quien responder, por mucha gente por quien responder, especialmente por mi vida que era la que estaba acabando”. En general, en ésta categoría se otorga mayor importancia al asumir la responsabilidad de escribir la propia historia de vida, ubicando en un segundo lugar el despliegue de la capacidad de oposición del espíritu, seguida por el hecho de asumir las consecuencias de las acciones realizadas y por último se encuentran los comentarios acerca de la responsabilidad ejercida ante los demás. Respecto a ésta categoría se concluye que las personas logran el desbloqueo de la libertad de la voluntad, rompiendo con los condicionamientos hereditarios, del medio ambiente e instintivos, ejerciendo su antagonismo psico-noético ejerciendo su libertad y responsabilidad para escribir una historia de vida con sentido.

En la segunda categoría se ubicaron todos los segmentos relacionados con la Voluntad de Sentido, allí se pueden encontrar comentarios que corresponden con la des-restricción de dicha voluntad, encontrándose comentarios positivos respecto al encuentro con el sentido del sufrimiento que combate la victimización característica de la adicción, especialmente en el asistente número dos, quien cita: “A: ¿Y cómo te sientes colaborando, ayudando a la otra persona? Y: Pues, ósea, ahí me confrontó yo mucho,

porque a veces me quejo por cosas que no valen la pena y son una bobada, pues relacionado con lo que están viviendo otras personas; yo a veces me quejo porque me toco comer arroz y frijoles, y muchas personas no tienen ni eso para comer”; mientras que no existen diferencias significativas en lo referente al logro existencial de la autotranscendencia, dirigiéndose mas allá de sí mismos hacia el encuentro con el otro y consigo mismo para llegar así a encontrar razones para ser feliz. Al respecto se encuentran comentarios que respaldan la idea de la vivencia facilitadora de la percepción de sentidos y valores en la cotidianidad, logrando así romper con la ceguera axiológica de las personas con problemas de adicción, en este punto son mas frecuentes los comentarios del asistente numero dos, un ejemplo es: “La felicidad, todos esos cuentos, porque la felicidad para mi era disfrutar, pero ahora tiene como otro sentido, como disfrutar las cosas que siempre han estado ahí y siempre van a estar y que uno no veía, entonces todo eso es muy rico, y eso me genera a mí tranquilidad...”. Es decir, que las personas han vivenciado la superación del sentimiento del absurdo y han logrado motivarse a actuar por su voluntad de sentido.

La tercera categoría se refiere al Sentido de Vida, en ella es fácil encontrar comentarios acerca de los valores de creación, de experiencia y de actitud que permiten la captación de sentido. Resulta interesante la divergencia encontrada en cuanto a los Valores de Actitud, puesto que el asistente número dos expresa varias veces la manera en que otorga sentido al sufrimiento, anteponiendo sus valores de actitud, como por ejemplo cuando comenta: “A: ¿Qué sería el Grupo de Apoyo Existencial para ti? Y: Pues a ver, para mí el grupo es...., pues es un grupo que de alguna manera le aporta a uno como nuevas expectativas frente a la vida y a la forma en que uno puede, pues si, afrontar ciertas cosas que la vida le ofrece, dificultades, problemas, sufrimiento, ver que

ante cualquier situación difícil hay varias opciones”; mientras que el otro entrevistado no hace en absoluto comentarios referentes a dichos valores. Por otro lado no existe una diferencia significativa en cuanto a los Valores de Creación, reflejados en su mayoría en sentimientos de completud que se pueden encontrar en dar un abrazo y ayudar a los demás, entre otros; un ejemplo es lo dicho por el entrevistado número uno: “Especialmente para mi el grupo de apoyo existencial, lo que más me mueve de el son los momentos aquellos en que manifestamos el que tu estas al lado mío y ese momento pues en el que estamos “me alegra verte, compartir contigo” y darte un abrazo a lo último del grupo”. En cuanto a la experiencia vivida relacionada con el despliegue de la dimensión noética del asistente número uno, los Valores de Experiencia ocupan un lugar importante, siendo éstos los mas referenciados durante la entrevista, mientras que el asistente número dos referencia éstos valores menos veces que los dos anteriores. En general se puede decir que en su mayoría se encuentran los que se refieren a los valores de experiencia y seguidos por los valores de creación, siendo los valores de actitud los que menos se referencian. Esto se resume en que la dimensión noética latente en la persona con problemas de adicción se despliega y la ceguera axiológica es superada, facilitando en la persona el esclarecimiento del sentido de vida por medio del ejercicio de sus valores.

En cuanto a las categorías emergentes, los entrevistados hablan acerca de su vivencia como un facilitador para formar redes de apoyo, siendo ésta la cuarta categoría. Allí se habla de encontrar un espacio logoterapéutico que permite sentir que se cuenta con un apoyo, con alguien que les puede tender la mano en momentos de soledad, un grupo de personas en las cuales se puede confiar y buscar ayuda, compañía y amistad, principales herramientas en personas que desean mantenerse en sobriedad, esto es evidente en

comentarios del siguiente tipo: “A: Ya digamos hablando de los que es el tratamiento, la recuperación; ¿qué fue haber tenido el GAE dentro de ese tratamiento, qué crees tu que fue lo que te aportó en cuanto a eso? X: Me aportó especialmente en un grupo como plan soporte para mi vida, como un refuerzo mas en que los momentos en que me sienta mal, buscar ese grupo, buscarlo y darme cuenta de que aquí hay otras personas a mi alrededor, que yo no estoy solo”. Sin embargo cabe resaltar que es el asistente número uno quien desde su experiencia hace un mayor énfasis en éste aspecto, mientras que el segundo asistente comenta solo un par de veces acerca del tema. Esta categoría cobra importancia si se entiende que el hecho de que las personas en medio de su vivencia logren crear lazos afectivos, facilita el ejercicio de sus valores de experiencia y creación, y por ende el despliegue del sentido de vida.

Una quinta categoría, muestra desde la experiencia de los entrevistados que en medio de su vivencia pudieron encontrar herramientas de resocialización, permitiendo un mayor acercamiento hacia las personas, con menos prevención y más abiertos a darse a los demás. En ésta categoría se encuentra que el asistente número uno se limita a hablar acerca del “roce social” que para él puede generar el grupo, mientras que el asistente número dos habla de cómo su experiencia vivida dentro del grupo le ha facilitado la interacción con las demás personas, haciendo referencia a cambios en su forma de socializarse, esto se evidencia en comentarios tales como: “o uno toma la iniciativa y va y abraza a una persona que hasta ahora ve y “rico que este aquí y tal, bacano que siga viniendo y tal”, empieza uno como a interactuar y como a relacionarse, y eso es muy bueno, como socialización es muy bueno porque como que se empieza uno a quitar como las prevenciones que tenia uno hacia la demás gente y a mí me ha servido mucho eso para socializarme, para ser uno mas afectuoso, para poder expresar lo que uno sienta,

entonces todo eso, eso es como un conjunto de cosas que si, se fusionan para generar algo”. Teniendo en cuenta que el despliegue de la voluntad de sentido se relaciona estrechamente con la autotranscendencia lograda en procesos de resocialización, esta categoría cobra importancia para el cumplimiento del objetivo de la presente investigación.

La siguiente categoría emergente se refiere a la Confrontación Existencial vivenciada como un facilitador del despliegue de la dimensión noética, especialmente de la voluntad de sentido. Los entrevistados comentan que a partir de lo vivido en el grupo pudieron descubrir facetas de sí mismos que no conocían, lo que en algunos casos llevó también a un cambio de actitud frente los demás, y frente a la vida. Es así como se puede encontrar que ambos asistentes comentan que el hecho de conocerse y aceptarse ha hecho que su manera de actuar frente a los demás sea mas propia y original, dejando a un lado la búsqueda de aceptación, muy común en las personas con problemas de adicción, un buen ejemplo de lo dicho anteriormente es: “A: ¿En un futuro, cómo crees que recordarás el GAE? Y: En el futuro.... Pues yo creo que lo recordaría como una luz de esperanza que un día como que ilumino el camino que yo tenía que recorrer para algo, y donde uno aprende de uno mismo y de los demás a ser feliz, a superar obstáculos y no se...,como conocerse uno mismo”.

La séptima categoría, se refiere a comentarios hechos acerca de sentimientos de equilibrio emocional y tranquilidad vivenciados en la experiencia del grupo, por el ambiente en que se desenvuelve y por la tranquilidad interior que les inspiran los aportes de los demás participantes, convirtiéndose en un potencializador del despliegue de la dimensión espiritual, facilitando en la persona el encontrar sentido de vida, superando la ceguera axiológica. Es importante mencionar que en ésta categoría son mas frecuentes

los comentarios del asistente número dos, quien según lo expresado en la entrevista muestra que en su vivencia dentro del grupo ha podido sentirse tranquilo no solo por el ambiente en que éste se desarrolla, sino que es un sentimiento que se produce a partir de las enseñanzas que los cuentos y los comentarios de las demás personas hacen dentro del grupo, se cita: “A: ¿Qué otros cambios a traído para tu vida o qué pudiste aprender a partir de esos relatos que se hablan, de las opiniones de la gente? Y: Ya. Sí, pues yo era muy reacio a esos grupos, a mi sinceramente no me gusta así compartir y entrar a grupos donde de alguna manera uno como que va a estar a la expectativa del que habla, del que no habla, normalmente cuando yo asistía a esos grupos yo creía que lo mas importante era hablar, y hablar, y hablar y hablar, y no, como que yo cuando entro ahí como que siento tranquilidad, como que me desconecto un poco de la realidad que estoy viviendo, para mi es un espacio de tranquilidad. A: Y esa tranquilidad, ¿sigue después de que sales? Y: Sí, normalmente si, la mayoría de las veces salgo relajado, otras salgo cuestionado, pero igual salgo bien; ósea, siempre que entro salgo bien, nunca he salido como crítico, como preocupado, peor, como decir, “huyy, no no paga entrar a un grupo de esos porque uno sale es peor o sale uno mal”.

Por último, en la octava categoría se ubicaron aquellos segmentos que hacían referencia a la Confianza y Contención experimentada por los entrevistados. Solamente el asistente número uno hizo comentarios acerca de ésta categoría insinuando que allí puede encontrar un espacio para expresar y comunicar los sentimientos y pensamientos que ha ido acumulando con el tiempo, logrando así sentirse más tranquilo y relajado, uno de sus comentarios al respecto es: “A: Generalmente te pasa eso cuando vienes al grupo, como que te sientes cómo.... X: Uyy si, como que uno se relaja, por el ambiente y todo. A: ¿Te relaja? X: Sí, es que uno llega como..., es que uno durante la semana

como que va acumulando cosas y ya el viernes pues uno como que se puede quitar”. Dentro de la misma categoría se pueden encontrar comentarios que hacen referencia al despliegue de la libertad de la voluntad y la responsabilidad asumida ante su propia vida, encontrando en la persona alguien capaz de afrontar la decisión de ser libre y superar los prejuicios sociales y el consumismo. Un ejemplo de lo anterior es: “A: Entre los objetivos del GAE hay uno que plantea que sirve para que la persona deje como de estar pensando y reflexionando todo el tiempo en sus problemas, en sus síntomas, en el caso de la adicción estar pensando en el consumo, ¿tú crees que sí sirve para eso? X: Claro, claro porque es que ponle cuidado, tu llegas y te encuentras en una selva de cemento donde vas a encontrar muchos aspectos de la vida donde son absorbentes para de pronto muchas veces y la mayoría de ellas, para arruinar tu vida, si para progresar en muchas cosas, pero si miramos lo que es el consumismo, el alcohol, las drogas, las rumbas, el trago, aquello no deja nada bueno y nunca ha dejado nada bueno, y tu vives todos los días esas situaciones afuera, es obvio que cuando tu llegas al grupo tu te descargas de eso y sales tranquila y de pronto sales hasta motivada a no dejarte convencer de muchas cosas que suceden en la sociedad, si?”.

Estos relatos y las categorías con las cuales se relacionan son la base de la presente investigación, sin dejar de lado los fundamentos teóricos puesto que son la base necesaria para dar un sentido a la información recogida.

### *Discusión de Resultados*

Siendo el objetivo general del presente proyecto de grado, el de comprender desde la logoterapia el despliegue de la dimensión noética de dos hombres adultos con problemas de adicción que han vivenciado el “Grupo de Apoyo Existencial” mediante el desarrollo de entrevistas en profundidad y teniendo ya claros los resultados de las entrevistas realizadas a los participantes, se continuará con una revisión de los mismos en mas detalle, realizando un análisis basado en lo encontrado en el estudio de caso y la teoría consultada logrando así la aproximación a una realidad construida a partir de la vivencia, situación que es asumida por los participantes de manera particular, única e irrepetible, puesto que cada persona, desde su conciencia logra un nivel de comprensión singular. Se puede ver entonces en cada una de las entrevistas como “todo proceso se torna figura en la medida en que ese hecho cobra sentido y significación, que surge de esa intencionalidad de conciencia que da sentido” (Rispo, P., 2001, p.50)

Se puede concluir desde los comentarios hechos por los participantes que su vivencia dentro de dicho grupo logoterapéutico facilitó el despliegue de su dimensión noética, la cual se vio restringida al desarrollarse una adicción de tipo noógeno. Permitiendo su vivencia el fortalecimiento de sus potencialidades espirituales, y encontrando aportes y herramientas frente a su problemática y en la prevención de recaídas y/o reincidencia en el consumo de las drogas. Esto debido a que el ser humano conserva intactas sus potencialidades aún en condiciones tales como la adicción. Potencialidades que se van haciendo evidentes a medida que la persona siente, que logra movilizar su interior y su espíritu, permitiéndose así autotranscender y lograr un esclarecimiento existencial a medida que van encontrando y construyendo posibilidades de sentido, al mismo tiempo que van apelando a lo que aún no se encuentra restringido a nivel espiritual, logrando así

ejercer su antagonismo psico-noético, su voluntad de sentido y dar luz a la ceguera axiológica que impedía descubrir un sentido de vida.

Entonces el permitirse no solo experimentar, sino vivenciar, sentir en lo más profundo de su alma una simple frase, una canción, un abrazo facilita en estas personas la captación de un sentido de vida, el despliegue de la libertad de la voluntad y la voluntad de sentido, siendo estos los principales ejes que la logoterapia busca esclarecer en las personas con problemas de adicción.

Los entrevistados permiten confirmar mediante sus comentarios que “la persona espiritual se puede perturbar; pero no por esto destruir...” (Frankl, V., 1994, p.90), y que una de las formas para rescatar la integridad espiritual del ser humano puede ser participando en éste tipo de grupos logoterapéuticos.

Se deja ver igualmente, cómo a pesar de que el consumo activo de drogas bloquea la libertad de la voluntad, el hombre logra asumir de nuevo ese ser libre, y decide por sí mismo tomar las riendas de su vida, de su cuerpo, de su herencia, del medio en el que vive, logrando muchas veces elevarse por encima del síntoma y orientarse al sentido. La persona demuestra con hechos la teoría, se reconoce y reconoce lo que es y lo que desea, asume su vida con voluntad y conciencia, logra ver en la culpa el privilegio de responder, encontrar significado y trascender; la persona reencuentra su serenidad y bienestar al asumir la culpa existencial causada por la “desatención de las necesidades del self, de los otros y del mundo que lo rodea” (Guttman, D., 1999, p.62), con responsabilidad ante sí mismo, ante el otro y el mundo, perdonándose, comprendiendo los errores y tomando decisiones y asumiendo conductas que le permiten crecer.

Entiende por fin que a la vida hay que responder y da inicio a su lucha por la libertad, por ser responsable de su vida; y de desarrollar, hasta donde le sea posible, sus

potencialidades. Las entrevistas muestran que la vivencia dentro del grupo para una persona con problemas de adicción no es fácil, como tampoco lo es conectarse con los recursos espirituales que cada uno posee. Se puede concluir que efectivamente hay un desbloqueo de la libertad de la voluntad, que la persona logra romper con los condicionamientos hereditarios, del medio ambiente e instintivos, pues aún cuando “la droga socava el poder de oposición del espíritu, cuarteo las fuerzas de la voluntad, oscurece la conciencia de responsabilidad y destruye la dimensión de la libertad en el hombre” (Lukas, E., 1983, p. 51), éste es capaz de ejercer su antagonismo psico-noético y decidir si sucumbe o no ante las condiciones planteadas por la vida. En las entrevistas se puede observar que las personas han tomado la decisión de no sucumbir, sino más bien tomar una actitud de ser libres y responsables ante la vida y de escribir la historia de su vida repleta de sentido.

Del mismo modo se puede encontrar en ambas entrevistas, cómo las experiencias vividas le pueden permitir a las personas con problemas de adicción encontrar nuevas metas y hallar nuevos sentidos de vida que los llamen a vivir en sobriedad, a vivir su propia vida y nutrir su existencia, esto último cobra importancia si se tiene en cuenta que “tanto las adicciones legales como las ilegales tienen su mejor campo de cultivo en personas que han perdido – o no tienen la más remota idea de cuál es- su esencia, su vocación, su misión en la vida” (Chávez, R. y Michel, S., 2002, p.120). Por lo tanto, el hecho de que éstas personas hoy en día estén realizándose en su ser, más que en el tener, es decir, que logren darle un significado a su vida ejerciendo su voluntad de sentido entendiendo que “el placer normalmente no es la finalidad del esfuerzo humano. Tiene que ser solo un efecto y, de este modo, la felicidad brotará automática y espontáneamente.” (Fizoti, 1989, p.63), hace que puedan decir con sus ojos y sus

palabras que pueden encontrar un sentido a su vida, ya sea en un cuento, en la sonrisa de un niño, en un bus, en saberse vivos.

El poder escuchar en sus risas la felicidad de ser libres, de tener la certeza de que se puede encontrar la felicidad adentro y no en las drogas, de que puede haber mas éxtasis en un abrazo que en el alcohol, el escuchar que hoy en día ellos pueden otorgar sentido a su vida, incluso ante la tríada trágica de sufrimiento, culpa y muerte, cambiando la actitud ante sí mismos, ante el destino y esforzándose por dejar en el mundo su huella de amor, puede resultar conmovedor para cualquier ser humano, y además esperanzador para quienes aún creen que la vida tiene sentido a pesar de todo, para aquellos que comulgan con el credo psicoterapéutico de "La fe en esta capacidad del espíritu del hombre bajo cualquier circunstancia y condiciones, de des-pegarse de lo psicofísico y ubicarse a una distancia fecunda. Si no valiera la pena reparar el organismo psicofísico por no ser una persona íntegramente espiritual la que, a pesar de su enfermedad, espera recuperarse, entonces nosotros no estaríamos en condiciones de apelar a lo espiritual en el hombre para que ofrezca su poder de resistencia a los psicofísico pues no se daría el antagonismo noopsíquico". (Frankl, V.)

De igual forma fue grato encontrar en las personas entrevistadas, experiencias tan ricas, tan llenas de significado, de voluntad, de esperanza en la vida y en sí mismos. Emociones sentidas que no solo se expresaron en palabras, pues su lenguaje no verbal, sus sonrisas, permiten evidenciar de forma muy sutil la luz que ahora brilla con mas fuerza en su interior, luz que alguna vez perdió su potencia cuando su espíritu se vio invadido por "el sentimiento del absurdo, de la duda de que la vida tenga un sentido, de la desesperación de que exista en absoluto tal sentido" (Frankl, V., 1992, p.18), frustración existencial que en cierto momento se expresó en las adicciones y que hoy,

después de un proceso que pudo no haber sido fácil, de ir cambiando actitudes, de conocerse, de creer, de tomar la decisión de ser libre y responsable, de superar culpas, de perder el temor a la muerte, hace que éstas personas puedan mostrar y expresar con palabras y con hechos que su vida, que su dimensión noética es ahora mas clara y menos limitada.

El haber conocido y descrito estas experiencias y lo que en ellas se contiene, despierta el deseo de experimentar espacios tan ricos, así como crear más y nuevos espacios para otros seres humanos que deseen encontrar motivos para vivir y desplegar su dimensión espiritual, al mismo tiempo que incrementa en el psicólogo la fé, “esta fe en la continuidad de la persona espiritual aun detrás de los síntomas de la enfermedad psicótica; pues si no fuera así no tendría sentido para el médico curar el organismo psicofísico”. (Frankl, V.)

Se concluye entonces con la satisfacción del cumplimiento de los objetivos propuestos para la presente investigación, así como la de reconocer en la persona un ser incondicionado porque no se agota en su condicionalidad, porque ninguna condición es capaz de definirle plenamente, porque nunca es tarde para afrontar el destino con libertad y conciencia y que siempre podra ejercer su capacidad “para percibir, en el trasfondo de la realidad, una posibilidad de cambiar esta misma realidad o, por el contrario, si esto fuese realmente imposible, de cambiarse a si mismo en la medida en que nosotros también podemos madurar, crecer, superarnos a nosotros mismos por un estado de sufrimiento cuya causa no se puede anular ni eliminar, de forma que la vida guarda su potencial carácter de sentido incluso in extremis e in ultimis” ( Frankl, V., 1994, p. 266).

Del mismo modo se puede encontrar en la logoterapia de grupo una semilla de la cual podrán sacarse muchos buenos frutos, siempre y cuando haya quien se atreva a vivirla y experimentarla en pro de la ciencia y de su espíritu, siempre y cuando se logre ver la logoterapia como una prueba de amor para el mundo, un amor entendido como lo ha hecho Rispo (2001, p.21), “hecho de presencias, de cuidados, de deseos y ganas que el otro sea, que sea trascendente”.

## Referencias

- Acevedo, G. (1985) *El modo humano de enfermar*. Buenos Aires: FAL.
- Bermejo, J. (1998). Arteología de la investigación cualitativa. Tomado de la página de internet <http://usuarios.iponet.es/casinada/arteolog>
- Buero, L. (2002). *El sentido del trabajo*. Revista Umbrales, 129. Uruguay: Padres Dehonianos.
- Chávez, R. y Michel, S. (2002). *Aprender a ser y dejar ser. En busca del cambio del tercer orden*. México: CIPREMEX
- De Barbieri, A. (2000). *El sol detrás de las nubes de la depresión*. Revista Umbrales, 107. Uruguay: Padres Dehonianos.
- Frankl, V. (1994). *Logoterapia y análisis existencial*. Barcelona, España: Herder.
- Frankl, V. (2001). *Fundamentos y aplicaciones de la logoterapia*. Buenos Aires, Argentina: San Pablo
- Frankl, V.(1994). *La voluntad de sentido*. Barcelona, España: Herder.
- Frankl, V. (1994) . *Ante el vacío existencial*. Barcelona, España: Herder

Frankl, V.(1996). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona, España: Herder.

Frankl, V. (1991). *Texto íntegro de la conferencia pronunciada en Santiago de Chile por V. Frankl el Jueves 23 de mayo de 1991, invitado por la Universidad Gabriela Mistral* tomado de El Mercurio del 2 de Junio de 1991, Santiago de Chile.

Frankl, V. (1992). *Teoría y terapia de las neurosis*. Barcelona, España: Herder.

Fizzotti & Bazzi. (1989). *Guía de la logoterapia*. Barcelona, España: Herder.

Gall, M., Borg., W y Gall, J. (1996) *Educational Research*. White Plains N.Y., Langaman Publishers, USA

García, C. (1996). *La logoterapia de cuentos*. Buenos Aires, Argentina: San Pablo.

Guttman, D. (1999). *Logoterapia para profesionales*. Bilbao, España: DDB.

Colin Lankshear y Knobel. (2000). *Problemas asociados con la metodología de la investigación cualitativa* vol. XXII, núm. 87. Tomado de <http://www.infojuswww>.

López, A. (2002). *"Comer compulsivamente"*, en Periódico El Timbre, Sección "Voces de Palermo", N°54, Año 5, Abril 2002. Auspiciado por Secretaría de Cultura del Gobierno de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina

Lukas, E. (1983). *Tu vida tiene sentido*. Logoterapia y Salud Mental. Madrid, España: S.M.

Lukas, E. (2000). *También tu sufrimiento tiene sentido*. México: LAG.

Martínez, E.(1999). *Orientación científica y filosófica de la logoterapia*. Trabajo presentado a la cátedra abierta Víctor Emil Frankl. Buenos Aires, Argentina

Martínez, E. (1999). *Logoterapia: Una alternativa ante la frustración existencial y las adicciones*. Bogotá, Colombia: CAA.

Martínez, E. (2002). *Acción y Elección. Logoterapia: Logoterapia de grupo y una visión de las drogodependencias*. Bogotá, Colombia: C.A.A.

Mottesi, A . (2000). *En Su Presencia*. México: Unilit.

Noblejas, M. (1995). *Logoterapia: Fundamentos, principios y aplicación. Una experiencia de evaluación del logro interior de sentido*. Tesis doctoral. Universidad Complutense de Madrid, España.

Pareja, G. (1998). *V.Frankl: Comunicación y resistencia*. México: Coyoacán

Palma, D. (2002). AYAHUASCA. La medicina del alma. Tomado de la página de internet [http:// www.ayahuasca-wasi.com](http://www.ayahuasca-wasi.com)

Pearson S., Carol. (1992) *Despertando los héroes interiores. Doce arquetipos para encontrarnos a nosotros mismos y transformar el mundo*. España: Libro Guía.

Peter, R. (1998) *Viktor Frankl: la antropología como terapia*. Buenos Aires, Argentina: San Pablo.

Rispo, P. (2001) *Por las ramas de la existencia. Fenomenología de las modalidades del ser*. Buenos Aires, Argentina: Fundación CAPAC

Unkiel, A. (2002) *Pérdida de la libertad y Culpa neurótica*. Algunas reflexiones y propuestas terapéuticas. Sociedad de logoterapia del Uruguay. Tomado de la página de Internet <http://www.logoterapiauruguay.com>

Walters, G. (1993) *The Internacional Forum for Logotherapy*. No. 16

## Apéndice A

### Cíclico para el Desarrollo del Grupo de Apoyo Existencial<sup>2</sup>

#### Tema A1

#### *Libertad de Elección*

Cuento:

¿Qué vas a ser cuando grande?

Le preguntó un huevo a un tomate.

-Yo seré un Tomatón.

¿Qué vas a ser tú cuando grande?

Le preguntó el tomate al huevo.

- El huevo se puso a llorar.

Frases:

1. El ser humano -a pesar de las circunstancias- tiene la capacidad de elevarse por encima de sus instintos y condicionamientos para elegir su posición frente al destino.
2. El hombre es tan libre que puede libremente elegir dejar de serlo.
3. El hombre es el ser especial que posee continua libertad de decisión a pesar de todos los vínculos vitales. Es en ésta libertad en donde se contiene la posibilidad tanto del monstruo como del santo. (Portmann).

Tema A2:

*Responsabilidad*

Cuento:

Jaime, levántate

-Papi , hoy no quiero ir al colegio.

¿Por qué no quieres ir al colegio?

-Porque no me gusta, los niños se burlan de mí y no me quieren.

Pues hijo, te voy a dar tres razones por las que debes ir al colegio:

1. Es tu deber
2. Tienes 45 años
3. Eres el rector.

Frases:

1. La vida no es una respuesta ante nuestros caprichos, es una pregunta que debemos responder. E.M.
2. El ser humano es responsable de lo que hace, de lo que ama y de lo que sufre. (V. Frankl)
3. A la vida no hay que preguntarle, hay que responderle. (V.F.)

Tema A3

*La Voluntad de Sentido*

Logocanción:

"La Voluntad De Sentido"

Preguntaba a la vida un sentido, una razón  
Y no hallaba nada, nada que feliz me hiciera hoy  
De repente encontraba su anhelada solución,  
Los placeres de la vida, el poder lo fascinó.

Y empezó...de prestigio su vida llenar  
Y a pensar que el goce el sentido final,  
Pero vaya si él se equivocó, el sentido de vida perdió

En su vida disfrazada, poco a poco se enfermó,  
Depresiones, compulsivo, adicciones y perdió  
Sus valores, y un vacío espiritual lo acompañó  
Y frustrado con la vida hasta el suicidio lo pensó.

Y empezó...de amargura su vida llenar  
Y aumentar de Homo Faber la lista social  
Pero vaya si él se equivocó, el sentido de vida perdió.

Para qué sufrir más, si el sentido de la vida es la vida misma  
Con fe, voluntad y respondiendo a la vida tendrás alegrías...

Por qué sufrir más, disfrazado de caras, mentiras, te mueres...  
ten fe, voluntad y respondiendo a la vida tendrás alegrías y más...

Ya en el fondo todavía, aun no hallaba la razón,  
Decidió así por su vida recuperar lo que perdió  
Abstinencia y cada día buscar su realización  
Y con voluntad activa el sentido al fin halló  
Y empezó... las razones de vida encontrar  
Y aumentar día a día su felicidad  
Pero vaya si el se mejoró, el sentido de vida encontró.

Para qué sufrir más, si el sentido de la vida es la vida misma  
Con fe, voluntad y respondiendo a la vida tendrás alegrías y más...

Frases:

1. El sufrimiento sin sentido es directamente proporcional a la cantidad de placer y poder que persigo.
2. No debemos esperar que la vida nos dé el sentido de la misma, debemos tomarlo de ella.
3. Quien tiene un porqué para vivir puede soportar casi cualquier cómo. (F. N.)

Tema A4:

*Sentido y Significado del Sufrimiento*

Cuento:

"Una vez un hombre que tenía un maizal, blasfemó contra Dios porque las lluvias y tormentas dificultaban su trabajo. Dios escuchándolo le preguntó:

-Buen hombre, acaso deseas controlar el clima?

-Aquél hombre contestó: Por mi bienestar permitídmelo.

Así fue que el hombre programó sol y lluvia a su antojo y el maíz empezó a crecer. Sin embargo, al momento de procesar el maíz, este se quebraba y no se dejaba manejar.

Entonces el hombre invocó a Dios y le preguntó:

-Esa es la ayuda que me prestas?.

-Y Dios le contestó: "Te explicaré: Todas aquellas lluvias y tormentas que te envié eran para que el maíz creciera fuerte y algún día nadie pudiera destruirlo". (R. Castillo)

Frases:

1. Le viene bien al hombre un poco de oposición. Las cometas se levantan contra el viento, no a favor de él. (John Neal)

2. Nunca temas a las sombras, sólo constituyen un indicio de que en algún lugar cercano, hay una luz resplandeciente.

3. El sufrimiento no lleva necesariamente al desfallecimiento mental, también representa una de las posibilidades de sentido de la existencia humana. (E. Lukas)

4. Pero no fue el sufrimiento mismo su problema, sino la ausencia de respuesta al grito de la pregunta ¡Para qué sufrir!. (Nietzsche)

Tema A5:

*El Mundo Marcha como Debe*

Cuento:

Un día por la mañana, después de misa, se fueron Dios y San Pedro a jugar golf. Salió Dios en el primer hoyo con un poderoso golpe, pero la bola se desvió hacia el "rough", fuera de la calle.

Sin embargo, en el momento en que la bola iba a tocar el suelo, salió un conejo detrás de un arbusto, atrapó la bola entre sus dientes y corrió con ella hacia la calle. De pronto un águila, se lanzó en picada enganchó al conejo con sus garras y salió volando hacia el "green". Cuando se hallaba en la vertical del "green", un cazador disparó con su rifle y alcanzó al águila en pleno vuelo. El águila soltó al conejo, el cual, al caer en el "green" soltó la bola, que fue rodando y entró en el hoyo. (A.de Mello)

Frases:

1. Llovió en la cima de la montaña, pero el valle sufrió la inundación, sin embargo al secarse este floreció.
2. De frente al destino adverso e inevitable, es inútil preguntarnos: ¿Por qué a mí?, no debemos preguntar; debemos responder. (V. Frankl)
3. Hay hombres con tan buena suerte que Dios les envía un sufrimiento para que empiecen a ser felices.(E.M.)

Tema A6:

*Actitud ante el Sufrimiento*

Cuento:

"El joven le dijo al maestro: Estoy harto de dañar mis zapatos de tanto caminar para venir a estudiar.

El maestro le dijo: Puedes venirte descalzo y así evitarás dañar tus zapatos.

-Pero - dijo el joven- podría dañar mis pies.

-No te preocupes, quítate también los pies. Dijo el maestro.

El joven aturdido tomó la decisión de no estudiar más y hacer una bella colección de zapatos." (E.M.)

Frases:

1. Yo lloraba porque no tenía zapatos hasta que vi sonreír a un hombre que no tenía pies.
2. Si de noche lloras por el sol, no verás las estrellas.
3. En lo más crudo del invierno aprendí al fin que había en mí un invencible verano.

(Albert Camus)

4. A mí, al igual que a todos los seres humanos, me tocó vivir momentos difíciles.  
(Borges).

Tema A7:

*El Sentido de la Dificultad*

Cuento:

El jefe de una tribu indígena se encontraba preocupado porque el desborde del río y la continua erosión, estaban dejando infértil la tierra de su gente y de sus antepasados. Para lamento del jefe, ocurrió una gran inundación que dejó inservible la tierra de los indios, obligándolos a marcharse a unos pocos kilómetros de allí, donde existían miles de árboles cargados de frutas y grandes campos de la tierra más fértil del país. (E.M.)

Frases:

1. De frente al destino adverso e inevitable, es inútil preguntarnos: ¿Por qué a mí?, no debemos preguntar; debemos responder. (V. Frankl)
2. Llovió en la cima de la montaña, pero el valle sufrió la inundación, sin embargo al secarse este floreció. (E.M.)
3. Quien no ha probado lo amargo, no sabe qué es lo dulce.
4. Jamás desesperes en medio de las sombrías aflicciones de tu vida, pues de las nubes más negras cae un agua limpia y fecunda. (P. Chino).

Tema A8:

*Fe y Esperanza*

Cuento:

Un ateo cayó por un precipicio y, mientras rodaba hacia abajo, logró agarrarse a una rama de un pequeño árbol. En aquella difícil situación tuvo una idea: "Dios", gritó con todas sus fuerzas.

Pero sólo le respondió el silencio.

"Dios" volvió a gritar. "¡Si existes, sálvame, y te prometo que creeré en tí y enseñaré a otros a creer!".

En medio del silencio una poderosa voz dijo: "Eso es lo que dicen todos cuando están en peligro".

"¡No, Dios no!, Yo no soy como los demás, gritó el hombre. Ya escuché tu voz, ya creo en ti. ¡Ahora todo lo que tienes que hacer es salvarme y proclamaré tu nombre hasta los confines de la tierra!".

De acuerdo, dijo la voz, "Te salvaré. Suelta esa rama".

"¿Soltar la rama?, ¿Crees que estoy loco?. (A. de Mello )

Frases:

1. Fe, es comprender que existe un océano porque hemos visto un arroyo.
2. La esperanza es tal vez, la tela misma de que nuestra alma está formada. (Marcel).
3. Cuando más oscura está la noche es porque ya va amanecer.
4. El mar rojo no se abrió ante la orden inmediata de Moisés, los mares se separaron cuando se lanzó el primer Israelita. (E.M.)

Tema A9:

*Preconceptos*

Cuento:

-¡Hija! - Gritó el padre- ¿quién es ese joven, desgreñado y mal vestido que te trajo a casa?.

La hija asustada contestó:

-Es el hijo del alcalde.

-Ya lo sospechaba -Dijo el padre- detrás de esa apariencia se esconde un buen partido para tí.

Frases:

1. Todos vivimos bajo un mismo cielo, pero no todos vemos el mismo horizonte.
2. Si no logras pescar no culpes al mar. (Griego)
3. No es culpa del poste que el ciego no lo vea. (Sánscrito.)
4. Cuando el sabio señala la luna, el tonto sólo ve el dedo.

Tema A10:

*Autoengaños*

Cuento:

"La joven decepcionada cierto día le dijo a su madre. ¡Nunca mas volveré a confiar en los hombres¡.

Su sabia madre le contestó: Eres como aquel gato que un día al sentarse en una estufa se quemó la cola y jamás volvió a sentarse."

Frases:

1. Si ves un fantasma y sales corriendo, él te seguirá; si vas a su encuentro desaparece.
2. Para la hormiga, unas cuantas gotas de lluvia son un diluvio.
3. Quien tiene una gran nariz piensa que todo el mundo habla de ella.

Tema A11:

*Felicidad*

Cuento:

Un desilusionado empresario que había asistido a cuanto seminario y taller de crecimiento personal se enteraba, se encontraba al borde del suicidio y decidió entonces, buscar al maestro.

Al hablar con el maestro, éste le dijo: Mientras sigas buscando la felicidad a través de recetas, solo conseguirás convertirte en un excelente chef que jamás cocinará.

Frases:

1. Todo lo que existe esta sujeto al dolor, el dolor existe porque existen los deseos, para eliminar el dolor hay que eliminar los deseos. (Buda)
2. La felicidad es una mariposa que, si la persigues, siempre está justo mas allá de tu alcance; sin embargo, si te sentaras en silencio podría posarse sobre ti. (Hauthorne)
3. La búsqueda exagerada del placer puede disminuir las probabilidades de alcanzar ese placer. (V. Frankl)
4. La puerta de la felicidad se abre hacia fuera: Al que intente empujarla hacia dentro, se le cierra.

Tema A12:

*Temporalidad de la Existencia*

Cuento:

Cierto día la niña encargada de llevar la leche a la zona baja de la montaña, subió el cántaro a su hombro y inicio su viaje. Por el camino, muy entusiasmada por la venta de leche que iba a realizar y que hoy por ser día de su cumpleaños le correspondería, empezó hacer cuentas del vestido y los zapatos que compraría con el dinero ganado. Lamentablemente, antes de llegar al pueblo, se tropezó y regó la leche por el suelo.

Frases:

1. Lo que hago hoy es importante, porque no es sólo esta acción, es estar dando un día de mi vida. (H.M.)
2. Hoy es el primer día del resto de mi vida.
3. Piensa en la importancia que tendrá tu malestar en 500 años. (F. Acosta)
4. Toda dificultad eludida se convertirá más tarde en un fantasma que perturbará nuestro reposo.

Tema A13:

*La Búsqueda de la Verdad*

Cuento:

Érase una vez un bosque en el que los pájaros cantaban de día, y los insectos de noche. Los árboles crecían, las flores prosperaban, y toda clase de criaturas pululaban libremente.

Todo el que entraba allí se veía llevado a la soledad, que es el hogar de Dios, que habita en el silencio y en la belleza de la naturaleza.

Pero llegó la edad de la inconsciencia, justamente cuando los hombres vieron la posibilidad de construir rascacielos y destruir en un mes ríos, bosques y montañas. Se levantaron edificios para el culto a Dios con la madera del bosque y con las piedras del subsuelo forestal. Pináculos, agujas y minaretes apuntaban hacia el cielo, y el aire se llenó del sonido de las campanas, cánticos y exhortaciones...

Y Dios se encontró de pronto sin hogar. (A. de Mello)

Frases:

1. Dios oculta las cosas colocándolas al frente de nuestros ojos.
2. Enseñar la verdad es como explicarle a un pez dónde queda el océano.
3. Jamás ha captado nadie la belleza de la rosa diseccionando sus pétalos.

Tema A14:

*El Valor de la Actitud*

Cuento:

Dos hombres jóvenes le prometieron a Dios una gran hazaña en actitud de ofrenda. Su meta era pasar seis meses encerrados, aislados de la gente y sólo alimentándose diariamente con medio vaso de leche.

Seis meses después la gente vio con asombro que los dos hombres llegaban muy cambiados, uno de ellos llegaba totalmente envejecido, canoso, lleno de achaques y el otro, igual de joven, fornido y sonriente.

La multitud asombrada les pregunto qué había pasado.

El hombre envejecido, canoso y lleno de achaques les contestó:

-¡Es difícil sobrevivir seis meses con un vaso de leche medio vacío!

El hombre joven, fornido y sonriente contestó:

-¡Es fácil vivir cuando por lo menos tienes un vaso de leche medio lleno!

Frases:

1. Definitivamente la vida es del color de las gafas que utilizas para observarla.
2. A pesar de todo...sí a la vida. (V. Frankl)
3. Nada real puede ser amenazado, nada irreal existe; en esto radica la paz de Dios. (C. de milagros).

Tema A15:

*El valor del Sufrimiento*

Cuento:

Un hombre desesperado por la mala alimentación que daban en el campamento, acudió donde su jefe y le dijo:

-Por favor ayúdame, no sé que hacer con esta comida tan poca y tan fea, mi vida es un desastre, es injusto que nos humillen de esta manera.

-Con gusto te ayudaré - le dijo el jefe-, a partir de este momento te vas a comer la mitad de lo que te sirven normalmente y no podrás utilizar ningún tipo de sal ni de especias.

-Pero eso no es ninguna ayuda, le dijo el hombre a su jefe.

-No te preocupes -dijo el jefe- vuelve en un mes y hablamos nuevamente.

Efectivamente, un mes después volvió el hombre donde su jefe, y le dijo:

-Por favor ayúdame, extraño mucho la deliciosa y abundante comida que me daban antes.

Frases:

1. Lamentablemente parece ser que el hombre es el único animal que valora las cosas cuando las pierde.
2. El sufrimiento en ocasiones se convierte en el mejor maestro.
3. La vida es una larga lección de humildad. (J. Barrie)

Tema A16:

*Poder de Resistencia del Espíritu*

Cuento:

Un joven había vivido de institución en institución del gobierno, acusado y rotulado como psicópata, porque cada vez que sentía hambre robaba para comer y cada vez que lo ofendían reaccionaba con violencia.

El joven permanecía aislado pues todos decían que en él no había ningún control; sin embargo, años después fue encontrado realizando obras de beneficencia y cuidado, al interior de orfanatos para niños con problemas cerebrales.

Frases:

1. De todos los animales de la tierra, el hombre es el ser espiritual que tiene la capacidad de autodistanciarse de sus traumas y dar amor.
2. Pareciera que sólo ante situaciones límites, el hombre pudiese desplegarse con toda su dignidad y esplendor.
3. El milagro de la autosanación, muchas veces consiste en encontrarle a la vida razones para dar amor.

Tema A17:

*Capacidad de Elección*

Cuento:

-¿Para dónde va el velero?

-Preguntó el maestro.

-Para donde el viento sople. - Dijo el aprendiz-

-Te equivocas. –Dijo el maestro-

-Los veleros en alta mar van para donde el hombre levante las velas. – Agregó el maestro-

Frases:

1. Una de las diferencias entre el ser humano y el animal consiste en que el ultimo ES instinto; mientras que el primero TIENE instintos.
2. “Todos tenemos condiciones biológicas, psicológicas, sociales, culturales, familiares, etc. Pero, ¿Quién es el que escribe la autobiografía a partir de las condiciones?, ¿Quién es el que puede cambiar la historia personal a pesar de las condiciones?”.
3. La elección de no-elegir, es sencillamente la elección de no asumir la responsabilidad de sus elecciones.

Tema A18:

*Habilidad para Responder*

Cuento:

Ante cierta situación un joven le preguntó a la vida ¿Por qué me esta pasando esto?

Y le respondió el silencio.

Tiempo después volvió a preguntar ¿Por qué precisamente a mí?

Y le respondió el mismo silencio.

El joven insistente volvió a cuestionar ¿Qué sentido tiene todo esto?

Y nuevamente el silencio fue la respuesta.

Finalmente, el joven cansado de preguntar gritó al vacío: ¡Vida!, crees que es muy rico preguntar y no encontrar respuesta, pues de ahora en adelante permaneceré en silencio para que seas tú la que preguntes.

Y entonces, en ese preciso momento empezó a escuchar las preguntas que le hacia la vida y se dio cuenta por qué precisamente a él le sucedía aquello y de cuál era el sentido de todo eso.

Frases:

1. No hay pasajeros en la nave llamada tierra, todos somos miembros de la tripulación. (Mcluhan).
2. La vida es una gran pregunta que configuro a través de miles de cuestionamientos. Los cuestionamientos son interrogantes que descubro a través de personas y situaciones que actúan como interlocutores de la vida.
3. En la autobiografía de cada persona hay un protagonista y un escritor; los grandes hombres, por lo general eligen ocupar los dos cargos.

Tema A19:

*Una Razón para ser Feliz*

Cuento:

Cierta mañana de domingo, Juanito entró a su casa y encontró a su madre en el suelo con cara de placer y riendo a carcajadas.

De que te ríes mami –preguntó Juanito-

De nada hijo –Respondió su madre- Lo que pasa es que me he caído y me he golpeado en el cóccix.

Y que es el cóccix –preguntó Juanito-

Es el huesillo de la risa –Dijo su madre-.

Días después la madre de Juanito escuchó algunos quejidos que provenían del cuarto de su hijo, al entrar en él, descubrió a Juanito saltando y cayendo de cola fuertemente.

¿Que estás haciendo Juanito? –Preguntó la madre-

Estoy intentando ser muy feliz y no lo he logrado–Respondió Juanito-

Ante ello la madre con ternura lo tomó en sus brazos y le dijo:

-Veras, hijo mío, cuando yo me golpeé en el cóccix tuve una causa de la risa, pero no tenía una razón para ser feliz. Cuando tú por otros medios persigues de manera exagerada la felicidad, sólo logras tener morados en la cola.

Frases:

1. Cuando las personas pican una cebolla, tienen una causa de sus lágrimas. Cuando muere un amigo o te abrazan con amor, tienes una razón para ellas.
2. Quien no tiene un para qué esforzarse, podrá ir muy rápido y con mucha fuerza pero siempre desfallecerá.
3. Rico no es el que más tiene, sino el que menos necesita.

Tema A20:

*Cuán Libre Soy*

Cuento:

¿Cuán libre soy?

Preguntó el hombre a su creador.

Yo no puedo rechazar mi cuerpo.

Yo no puedo renegar de mis ancestros.

Yo no puedo desaparecer de mi entorno.

Yo no puedo escapar de mi tiempo.

Tú no eres libre de tus condiciones –Él le contestó–

Pero tú eres libre de elegir una actitud ante tus condiciones.

Y eso es lo máximo que jamás he concedido. (E. Lukas.)

Frases:

1. La libertad es como el movimiento: No se define, se muestra. (Girardin)
2. Libre no es el que cree poder hacerlo todo, libre es quien conociendo sus limitaciones puede asumir una posición ante ellas.
3. Cuando no se tiene el coraje de vivir como se piensa, se termina por pensar como se vive. (V. Ocampo)

Tema A21:

*El Mundo de los Valores*

Cuento:

Cierta mañana en el mundo de los valores, se encontraban la belleza, la bondad y la dignidad conversando de manera preocupada porque en el mundo de los humanos ya no los percibían.

Así es que la dignidad en su faceta humilde les dijo:

-Tengo una idea: Encarnémonos en algunos bienes del mundo de los humanos para que puedan vernos.

-Perfecto dijo la belleza. Yo me encarnaré en una obra de arte.

-Muy bien, dijo la bondad. Yo me encarnaré en un niño abandonado.

-Finalmente la dignidad decidió encarnarse en una enfermedad terminal.

Pasado un tiempo, los valores volvieron a reunirse en su mundo y compartieron su experiencia:

-La belleza dijo: Muchas personas vieron la obra de arte y no me percibieron. Sin embargo, cuando los que me vieron me admiraron, se llenaron de alegría.

-La bondad comentó: Muchas personas vieron a los niños con hambre y siguieron de largo sin percibirme. Sin embargo, otras me acogieron y se sintieron plenas.

-Finalmente, la dignidad terminó: Muchas personas estaban enfermas y al no verme se dedicaban a mal decir. Sin embargo, las que me percibieron se llenaron de bondad ante otros enfermos y observaban la belleza en todas las cosas.

Frases:

1. El ladrón, sin ocasión para robar, se cree un hombre honrado. (p. Hebreo)

2. Los que creen que el dinero lo hace todo, suelen hacer cualquier cosa por dinero.  
(Voltaire).
3. El trabajo, por más humilde y sencillo que sea, si se hace bien tiende a embellecer y a iluminar el mundo. (G. Dánunzio)
4. La mejor vida no es la más larga, sino la más rica en buenas acciones (M. Curie)

Tema A22:

*Somos Posibilidad de Ser*

Cuento:

El maestro preguntó a sus alumnos:

-¿Quién es un analfabeta?

Los alumnos respondieron –casi en coro-:

-Un analfabeta es una persona que no puede leer ni escribir.

Ante ello el maestro les dijo:

-Se equivocan, un analfabeta es una persona que puede leer y escribir, pero que aun no le han enseñado. (G. Acevedo)

Frases:

1. Las mariposas no serían hermosas si creyéramos que siempre van a ser tan solo una crisálida.
2. El avión puede funcionar como un automóvil para quien nunca ha aprendido a volar.
3. Si vemos a las personas solamente por lo que les falta, realmente no vemos a las personas.

Tema A23:

*Haciendo Caminos*

Cuento:

A un joven multimillonario se le preguntó:

-¿Para qué tienes tanto dinero?

-Para tener mucho poder –contestó-

-¿Y para qué quieres tanto poder? –preguntó el periodista-

-Para conseguir más dinero –contestó el joven-

-¿Y cuándo vas a parar esa búsqueda desenfrenada de poder?. –continuó el periodista-

-Cuando llegue a mi meta –argumentó el joven-

-¿Y cuál es tu meta? –preguntó el periodista-

-No lo sé –contestó el joven- pero estoy seguro que llegaré muy pronto porque voy a toda velocidad.

Frases:

1. El viento nunca es favorable al que no sabe a donde va
2. Lo importante no es ser el más importante, lo importante es que importe lo realmente importante.
3. El vas por donde no debe, deberá sufrir lo que no merece. (Adap. B. Franklin)

Tema A24:

*Las Manos de Dios*

Cuento:

Un barbero le dijo a su cliente:

-Cada vez estoy más convencido de que Dios no existe.

-¿Por qué? –replicó el cliente.

-Porque si existiera no habrían tantas guerras, ni niños en las calles, ni tanta pobreza. –  
contestó el barbero-

El cliente un tanto confundido salió de la barbería rumbo a su casa y por el camino se encontró a un hombre con una gran barba desarreglada que le colgaba hasta el ombligo; inmediatamente salió corriendo devuelta a la barbería y al llegar se quedó mirando fijamente al barbero y le dijo:

-Señor barbero, acabo de descubrir que los barberos no existen.

Frases:

1. Si Dios no nos tuviera a nosotros, definitivamente el trabajo se le duplicaría.
2. Si no lo hago yo ¿Quién lo hará?, sino lo hago ahora ¿Cuándo lo haré?, si lo hago para mi solo ¿Quién soy yo?. (Hillel)
3. Algunos científicos dicen que Dios es un construcción humana para poder explicar lo que los hombres no entienden. Los hombres que no entendemos decimos que Dios es una explicación para lo que los científicos quisieran entender.

## Apéndice B

### Himno del Grupo de Apoyo Existencial

Pongo todo de mi parte, no puedo, no  
quiero, seguir muriendo así...

Hoy siento que es importante, si dentro me  
crecen las ganas por vivir...

Con tantas cosas importantes, que a diario,  
yo tengo y me ayudan a existir...

Agua, sol, tierra y el aire, y ese alguien, que  
anhela lo bueno para mí...

Y un corazón que me late por dentro y que  
lucha aferrado a mí...

Y mi sangre corriendo sin freno, su  
esperanza fijada en mí...

Y esta emoción de cuidar por completo de  
mi vida, despertar feliz...

Encontrando motivos para vivir,  
que bien por mí...

Pongo todo de mi parte, yo puedo, yo  
quiero seguir luchando así...

Sin tener porque aferrarme al paciente

veneno que solo me deja morir...

Y estoy seguro, no me engaño, ya es  
tiempo, yo debo desde ahora conseguir...

Que mi voluntad constante, con fe me  
acompañe en mis ganas por vivir...

Y un corazón que me late por dentro  
y que lucha aferrado a mí...

Y mi sangre corriendo sin freno,  
su esperanza fijada en mí...

Y esta emoción de cuidar por completo

de mi vida, despertar feliz...

Encontrando motivos para vivir,  
que bien por mí...

Pongo todo de mi parte, yo puedo,  
yo quiero, desde ahora vivir...

Letra y música: Jorge Florez

## Apéndice C

### Guión de la Entrevista en Profundidad

1. ¿Por cuánto tiempo has asistido al Grupo de Apoyo Existencial?
2. ¿Cómo me describirías tú este grupo?
3. ¿De los temas tratados en el grupo cuáles te han dejado una huella?
4. ¿Alguna vez durante el desarrollo del grupo, te fue posible descubrir o experimentar cosas nuevas?
5. ¿Asistir al grupo te ha facilitado la percepción de sentido en tu vida?
6. ¿Qué papel ha jugado la experiencia en el grupo para tu recuperación?
7. ¿Cómo vez la vida ahora?
8. ¿Qué importancia le das a las cosas anexas al grupo, como la ronda de manos, la ronda de abrazos, el himno, la oración de la serenidad, te enseña algo?
9. ¿A quién le recomendarías la asistencia al grupo?
10. ¿Qué pudo facilitar en tu vida, el hecho de asistir al grupo?
11. ¿Cuál sería el sinónimo que le darías al grupo?
12. ¿Qué significado le das a la responsabilidad?
13. ¿Cómo crees que recordarás tu experiencia en el Grupo de Apoyo Existencial?
14. ¿Qué significó haberte encontrado en tu vida con el grupo?
15. ¿Qué sería lo más valioso que tiene el Grupo de Apoyo Existencial?

## Apéndice D

### Entrevistas en Profundidad

#### *Entrevista En Profundidad*

#### *Primera Sesión - Asistente #1*

Entrevistado: X

Entrevistador: A

A: ¿Cómo has estado?

X: Muy bien y tu?, hacia días que no te veía por aquí?

A: Bueno, es que he estado como ocupada. Pero bueno, te pedí el favor de que nos viéramos para preguntarte si podrías ayudarme con la investigación que estoy haciendo para mi proyecto de grado de la universidad.

X: Y para qué es eso?, es como decir la tesis?

A: Exactamente.

X: Y yo cómo te puedo ayudar..., ese día que hablamos pues entendí más o menos, pero me puedes explicar bien de que se trata?

A: En pocas palabras es acerca del grupo de apoyo existencial que se hace aquí los viernes y de cómo las personas lo experimentan.

X: Y yo qué tengo que hacer?

A: Lo que te comenté, lo que te pediría es que me colaboraras con unas entrevistas donde me hablaras del grupo.

X: Pero solo de ese grupo o de todos los grupos que se hacen aquí, porque cómo tu sabes acá todos los días se hacen varios y también son muy interesantes.

A: Si yo se, pero en realidad solo me interesa que hablemos sobre ese en particular. Te parece?

X: Pues sí, me parece chévere y además tu sabes que en lo que yo pueda pues ahí estoy para ayudar, más sabiendo que esto es algo con lo que no solo te voy a ayudar a ti y darte beneficio a ti, sino que me imagino que después le servirá a alguien más. Es que hasta a mi me sirve, porque hablar y traer a la mente y recordar todo eso que uno vive ahí pues es rico, además como estoy aquí cerquita pues mejor y además rico verte y poder charlar contigo un rato.

A: Si, eso si.

X: Bueno, pero dime de que es que quieres que te hable, porque es que son muchas cosas.

A: Bueno, pues de todas esas cosas. No te puedo decir algo en específico, solamente que me cuentes cómo te parece, mejor dicho que me hables de el grupo desde tu propio punto de vista, de lo que pudiste ver y vivir ahí durante el tiempo que asistías, o asistes.

X: Pero entonces tu me vas preguntando y yo te voy diciendo, porque si no yo me pierdo y me pongo a hablar de otras cosas, jajaja.

A: Si, así lo hacemos.

X: Y más o menos cuanto se demora eso, porque yo ahorita tengo que irme a hacer unas diligencias al centro.

A: A qué hora?

X: No pues es que tengo que llamar antes, pero yo creo que por ahí..., no pues me toca llamar, me esperas y yo llamo de una vez?

A: Claro, aquí te espero, no te preocupes.

A: LÍsto?

X: Si, mira yo se que te dije que podía atenderte hoy pero me toca irme rápido, de todas maneras si quieres hablamos un momentito y nos vemos después, si? Uyy, me da una pena contigo, hacerte venir hasta acá...

A: No tranquilo, lo importante es que ya pudimos hablar y pues igual después tendremos mas tiempo para vernos, pero si, hablemos un momento mientras te tienes que ir, listo?

X: Bueno, listo. Espérate me acomodo. Ya, ahora si, pregúntame entonces.

A: Antes de empezar a hacerte preguntas me gustaría contarte algunas cosas que es importante que sepas.

X: Dime.

A: Pues como ya te conté estas entrevistas van a ser parte de mi trabajo de grado, si?

X: Ajá.

A: Eso significa que la información que tu me des en éstas entrevistas va a aparecer publicada en mi tesis y habrá personas que la leerán.

X: Todo lo que yo diga?!

A: Mas o menos. Son varias cosas..., primero que todo, lo leerán solo si tu autorizas, para eso te pediría que me firmaras un documento. De todas formas no todo aparecería, por ejemplo tu nombre no aparece...

X: Entonces?

A: Lo que pasa es que hay algo muy importante en este tipo de investigaciones que yo como investigadora debo asegurarte a ti que tu identidad no será conocida por las demás personas, entonces de aseguro anonimato y confidencialidad.

X: Ósea que las personas no van a saber que soy yo el que hablo?

A: No, la idea en que no se sepa. Y también yo te voy a mostrar después esta y las otras entrevistas que estamos gravando, para que tu me digas si estas de acuerdo con lo que pase al computador, o si quieres cambiar, quitar o poner algo mas. Ves?

X: Ve, pues me parece buenísimo sobretodo porque cuando uno lee las cosas se da cuenta de otras y sí, chévere.

A: Entonces te parece?, si estas de acuerdo?

X: Claro, yo no le veo ningún problema, claro que si saben quien soy pues tampoco me interesa, yo no tengo que..., a mi no me interesa si saben o no, a demás lo dicho dicho y..., cómo es...?, a lo hecho pecho...no? Pero bueno, si no aparece mi nombre pues listo, también bien.

A: Bueno, pues de todas maneras me parecía muy importante que supieras eso.

X: Si, perfecto.

A: Bueno, entonces ahora si hablemos un poco de lo que es el grupo, te parece?

X: Pues no se, es que ..... La verdad es que ahorita por lo que ya te dije estoy como de afán. No pero listo que te cuento?

A: No, pues entonces haremos de cosas así como generales para que después no quedemos muy cortados.

X: Si listo, porque después me amaño y se hace tarde, jajajaja.

A: Bueno, ¿tu seguiste asistiendo al GAE después de que saliste de aquí?

X: Pues yo procuro venir, pero a veces como yo trabajo hasta tarde a veces pues ya uno llega cansado y no vengo. Pero si, yo cada vez que puedo pues aquí llego, además porque es rico encontrarse aquí con la gente, con los amigos que son como la familia, porque es que yo como me la paso acá pues ya me siento como te dijera?...como en mi segundo hogar, mi otra casa, si?, tu sabes que aquí uno siempre la pasa bueno, entonces

si, yo si trato de venir al grupo y es que siempre me gusta venir, yo acá es como si tuviera otro papá, hermanos, hasta mamá, jajajaja, es muy chévere.

A: Cuándo fue la última vez que viniste?

X: Ha!, pues fue este viernes que pasó, si, jajajaja, justamente el viernes pasado estaba yo por aquí, además que hacia rato, rato que no venia.

A: Y qué tal?

X: No, pues super rico, porque justo esa semana había estado como con muchas cosas y muchas preocupaciones, porque yo me quiero ir a ver con mi familia pero pues no tengo como y además me toca quedare aquí porque tengo que terminar unos trabajos y eso y pues tampoco me puedo ir así sin nada, ves?

A: Y entonces venir al grupo....

X: No, pues venir me cayó como dicen, de perlas. Porque yo así como estaba ya no quería ni ver a nadie y pues saber que aquí hay gente que a uno lo aprecia, y que lo saludan, que “quiubo”, que “¿porque tan perdido?”, que ¿que más?, pues bien, si?, además es que sentir como ese calor, ese cariño...si?. Y pues ya en el grupo uno como que se desahoga, porque yo no le había contado a nadie como estaba en esos días y ya me estaba era poniendo mal, entonces ya aquí pude pues sacar todo eso y me bajo un poco todo ese, esa preocupación, si?. Y pues ya estoy ahora como sintiéndome mejor, entonces si, pues si éste viernes puedo, vengo al grupo.

A: Generalmente te pasa eso cuando vienes al grupo, como que te sientes cómo....

X: Uyy si, como que uno se relaja, por el ambiente y todo.

A: ¿Te relaja?

X: Sí, es que uno llega como..., es que uno durante la semana como que va acumulando cosas y ya el viernes pues uno como que se puede quitar todo ese..., pues como sentirse mejor ahí, no?

A: Veo que estas mirando mucho el reloj, ¿ya te tienes que ir?

X: Pues es que no quiero que se haga muy tarde para venirme del centro y pues no quiero tampoco perder el viaje.

A: Pues entonces si quieres dejamos aquí por hoy.

X: No pero que pena.

A: No, no te preocupes, mejor dime cuando crees tú que me puedes dar otra cita, un día que tengas como mas tiempo?

X: Pues yo creo que la próxima semana, por ahí el lunes o martes por la tarde, es que tengo que ver si me sale un trabajo.

A: Pues entonces yo te llamé y así cuadrarnos la otra entrevista, ¿te parece?

X: Si, listo pero entonces llámame por ahí el viernes que yo creo que ya te puedo decir, Y seguro que no estoy de tanto afán, que pena, yo no pensé que hoy me necesitaras mas tiempo.

A: No te preocupes, ve a hacer tus vueltas y yo te llamo. Muchas gracias por tu colaboración y por tu tiempo.

X: No, gracias a ti, y que la próxima vez hablamos con mas calma.

A: Bueno, yo te llamo entonces.

X: Bueno, adiós.

A: Hasta luego y gracias.

### *Segunda Sesión*

A: ¿Cómo has estado?

X: Bien, gracias, muy bien.

A: Bueno, la vez pasada alcanzamos a hablar un poco de lo que serian las entrevistas y me alcanzaste a contar algo del Gae.

X: Si, pero pues fue poco.

A: Como retomando, hablamos que estabas viniendo al grupo cuando podías que habías venido la semana pasada, si?

X: Sí, que me sirvió hartísimo.

A: Bueno, como para no desviarnos mucho voy a tratar de seguir como por el mismo tema digamos, o el mismo...

X: La misma idea.

A: Eso, como con la misma idea.

X: Bueno, tú pregunta.

A: Cuéntame,¿por cuánto tiempo has asistido al grupo de apoyo existencial?

X: Asistí al grupo de apoyo existencial por ahí dentro...unos, unos dos años.

A: ¿Cómo me describirías tú el grupo?

X: Te lo describiría de una manera bastante sensibilizadora, donde realmente el grupo toca a fondo la parte humana y hace sentir un despertar que en un momento dado uno cree que nunca lo ha tenido, pero si lo tiene pero es en el momento que se están haciendo los grupos; es donde uno se da cuenta de que hay algo mas en la vida por uno empezar a descubrir. Hay momentos en que el GAE es tan fuerte, que toca tantas emociones y que se las hace al ser humano fluir en ese momento, aunque hay las personas que en ese momento no las hace fluir pero si las hace sentir, las hace sentir bastante, pero hay muchos que si lo fluyen. En el caso mío, hubo y hay momentos en que el GAE me mueve el piso.

A: ¿Recuerdas una así especial, que te haya movido el piso, que tú dijeras...?

X: ¿Especial?, sí, hay varias, hay varias, hay varias porque prácticamente el Grupo de Apoyo Existencial cada vez que uno va, es especial, en el caso mío, para mi siempre ha sido especial el Grupo de Apoyo Existencial porque..., mas sin embargo he llevado a este grupo a muchas personas que han trabajado en instituciones y que he conocido, que el GAE de pronto les puede ayudar a que despierten un poco mas del trabajo que están haciendo, no?, he llevado gente dura, gente dura, que cuando se han dado cuenta de que..., no pensaban que, que los iba a tocar. Especialmente para mi el grupo de apoyo existencial, lo que más me mueve de el son los momentos aquellos en que manifestamos el que tu estas al lado mío y ese momento pues en el que estamos “me alegra verte, compartir contigo” y darte un abrazo a lo último del grupo.

A: ¿Qué cosas has podido tu cambiar a partir de los relatos que se hacen en el grupo, de los aportes que hacen las personas?

X: Yo lo que he podido cambiar o modificar, porque uno muchas veces no cambia en totalidad, lo que mas he modificado en mi vida es el acercamiento a las personas, el saber que yo puedo dar un abrazo cuando yo era una persona bastante dura, dura, dura para dar un abrazo, yo los rechazaba, es tan así que yo no le daba un abrazo ni a mi mamá, si?, jamás, pero entonces ya la abrazo, y abrazo a otras personas, entonces por qué no?, y mi familia, si?, entonces eso es lo que mas he aprendido del Grupo de Apoyo Existencial, de que a lo último, a la hora de la verdad tengo gente, gente en este grupo de que somos del mismo, del mismo problema o de la misma situación, que compartimos la vida cotidiana diaria, entonces nos unimos más y ese abrazo que da uno es fuerte y eso es lo que mas me gusta, porque yo no me quería permitir sentir, jamás en mi vida, pero ya lo hago con tanta fluidez que..., rico.

A: ¿Qué otra cosa aprendiste de ti en el Grupo de Apoyo Existencial?

X: Aprendí de mi a, a que..., el GAE me enseña que en la vida hay soluciones, de que todo lo que hemos tratado vale, de que todas las alternativas que nos dan los compañeros o las otras personas que entran también por primera vez cuando aportan en ese momento, lo que dicen y lo que se manifiesta del grupo es eso, de que realmente hay soluciones en la vida, que las cuestiones son muy reflexivas, pero también me enseñan que hay soluciones y eso para mi es muy importante, porque no me puedo quedar ahí y que solamente nos dijeron un mensaje reflexivo y ya!, no, ese mensaje también trae una solución. Entonces en mi vida hay soluciones.

A: ¿Alguna vez durante el Grupo de Apoyo Existencial, gracias a lo que decían las demás personas o al cuento que se leía, o la frase o, a la canción que pongan, descubriste cosas que de pronto no habías visto?

X: Si claro.

A: ¿Como cuáles?

X: ¿Como cuáles?... descubrí que, que yo soy demasiado sensible, demasiado sensible a pesar de que me muestro muy, muy fuerte, y que darme cuenta de que, de que en un momento dado también soy un llorón, yo lloro, yo no pensé que lloraba, pero yo lloro, pero yo lloraba a solas, a escondidas, yo no lloraba ante los demás, y ya he aprendido a que debo permitirme sentir ese sentimiento y lo expreso, llorar no quiere decir que sea menos hombre, eso me ha enseñado mucho.

A: ¿Cómo te ha ayudado encontrar eso? Ya para tu vida, encontrar que eres sensible, encontrar esas cosas, ¿qué te ha brindado?

X: Me ha brindado pues la oportunidad de, de permitirme no reprimir tantas cosas que me hacían daño en mi vida, darme cuenta de que si dije en un momento dado sin ofender

a nadie un hijueputaso, lo dije y ya!, no es que “hay lo dije!”, me quede con un sentimiento de culpa, no! Lo dije y listo, es como permitirme darme cuenta de que “bueno, fallé”, de que debo permitirme fallar, de que si en un momento dado yo no permito fallar, entonces que estoy haciendo?, no estoy haciendo nada, yo debo fallar, y yo fallo y todo ser humano falla, entonces me he dado cuenta de eso de que muchas veces yo quería ser esa persona psicorrígida de que:”no, que esto es así, que mire”, que yo no fallaba, y no si yo fallo, entonces ya me han enseñado a descubrir ciertas cosas que la vida es otra cosa diferente, de que no debo mostrarme perfecto ante los demás, de que no debo ser....

A: ¿Cómo ves hoy en día la vida?

X: Con tantas dificultades y eso está dentro de lo normal, si?. Pues es simplemente lo que te decía anteriormente y vuelvo allá, de que en la vida para todo hay solución, para todo hay solución. De pronto a veces manifiesto que menos en la muerte, pero también muchas veces en la muerte también hay una solución espiritual, que uno puede morir tranquilo y en paz, si?,uno puede morir..., buscar a Dios también constantemente, vivir con El..., una de las cosas que me ha enseñado también eso es tener muchísima, muchísima fe de que yo puedo hacer las cosas, desde luego lo mejor posible, no bien, pero lo mejor posible.

A: ¿Tu forma de vivir la vida, a partir de esa forma en que la captas, también cambió?

X: Sí claro, muchísimo. Cambió mucho porque en un momento dado..., yo no fui educado religiosamente, y esto... la parte espiritual me ha enseñado que en mi vida debo buscar a algo o a alguien de quien agarrarme de una manera espiritual para poder qué?, mejorar mi forma de vivir que llevaba antes. Muy conflictivo era, muy conflictivo, y esto me ha enseñado, me enseña muchísimo a relajarme, a encontrarme conmigo mismo,

si? a salir y encontrarme, ponerme en una posición de que, en la que debo estar correctamente, hoy en día siento que si me dicen algo, no es como aquella persona que no aceptaba, hoy en día me dicen las cosas y yo escucho y escucho, y digo “bueno si”, reflexiono, interiorizo y después veo las cosas y digo si he fallado, y aceptar y darme cuenta que si fallo..., por qué voy a tener miedo si fallé?, es simplemente asumir la responsabilidad ante la falla que cometí.

A: Me llamó la atención ahorita cuando dijiste que es “salir y encontrarme”, ¿cómo me podrías explicar eso?

X: Es una cosa tácita que llaman, es?... que no se siente, simplemente mirar “bueno qué paso, Yo aquí en este lado”, y mirar bueno listo, y luego volver y retomar y entrar en mí, entonces eso es muy, es como muy simple, lo que pasa es que no se ve, salgo, me pongo aquí: “bueno,¿qué pasa con usted hermano?”, es como mirarme en un espejo al mismo tiempo y “ojo con esto que eso no es así”, y hablo conmigo mismo y lo hago de una manera muy interior, muy mía, dentro de la habitación, en el apartamento, donde esté y “bueno, yo fallé”. Eso me sucede en los momentos cuando entro en discusión con algo, con una situación que haya cometido, con un hecho que haya hecho digamos mal; entonces así he aprendido a trabajar, de esa manera, conmigo mismo.

A: ¿Y eso en qué te ayuda?

X: Me ayuda en que debo corregirme, a que debo corregir los errores, a que debo aceptarlos, a que debo mejorar, a que si fallé entonces no quiere decir que con esto simplemente entro en reflexión de que no lo debo volver a hacer mas, listo, lo cometiste y ya!, yo hablo mucho conmigo mismo, yo hablo también con Dios de esa manera, así, a Dios lo regaño, con El peleo y con El discuto, si?, muchas veces se lo he dicho, “Ha!,

Usted me tiene piedro”, se lo he dicho, “me da rabia con esto”, y así, entonces hago lo mismo conmigo, es una manera que entro a interiorizar o a discutir conmigo mismo.

A: Ya digamos hablando de los que es el tratamiento, la recuperación; ¿qué fue haber tenido el GAE dentro de ese tratamiento, qué crees tu que fue lo que te aportó en cuanto a eso?

X: Me aportó especialmente en un grupo como plan soporte para mi vida, como un refuerzo mas en que los momentos en que me sienta mal, buscar ese grupo, buscarlo y darme cuenta de que aquí hay otras personas a mi al rededor, que yo no estoy solo; porque muchas veces uno en la vida también se siente solo, que ha! No tiene nada, y no eso es, no es así. Entonces este grupo me enseña que debo empezar a darme cuenta de que tengo personas alrededor mío, de que hay seres que si realmente me expresan algo, me dan un abrazo, donde realmente uno afuera en la calle no lo ve, ni nunca jamás uno lo ha visto, hasta ahora que yo tengo de vivir este tiempo..., cuando me siento así como medio entre vacío, entonces ahí mismo busco el grupo y se que hay gente ahí, y gente que me quiere y que yo quiero.

A: ¿Tú crees que hubiera sido igual el tratamiento si el GAE no existiera?

X: ¿Quién sabe?, no lo se, no lo puedo..., de pronto, yo pienso, si hubiese sido otro tratamiento como ya el terapéutico en el que estuve, te cuento una cosa..., Comunidad me ayudo muchísimo, bases de las Comunidades para yo estar parado es ésta, y aquí de pronto en el GAE parte de eso hay grupos que son de Comunidad también y que han ayudado mucho a la institución, si?. Entonces de pronto hubiese sucedido lo increíble, o lo inesperado pienso yo, de que si hubiese salido de comunidad, prum! De pronto hubiese conseguido el Grupo de Apoyo Existencial como conseguir un ALANON, un NARCONON, un Alcohólicos Anónimos, uno entra y conoce un grupo; porque yo

conozco grupos en Narcóticos Anónimos, conozco grupos de alcohólicos y así hasta hubiese sido con el Grupo de Apoyo Existencial y hasta también ahí me hubiera quedado.

A: ¿Tú a quién le recomendarías que vinieran al grupo?

X: A todo mundo.

A: ¿Qué les dirías que pueden encontrar, o si te preguntan “bueno y ¿Cómo a qué voy yo por haya?”, que le dirías a la gente?

X: Muchas veces me han preguntado que cómo son los grupos, que por que..., y yo prefiero decirle a la gente, “lo bonito del grupo es vivirlo, permitirle sentir y participar”, porque de resto una cosa teórica es muy complicada para decirle a la gente esto es así, o asá, entonces empiezan a surgir una serie de preguntas que uno nunca les va a poder contestar porque seguirán surgiendo preguntas y preguntas. Muchas veces es como “¿Alá, cómo es un programa?”, no un programa muchas veces para uno vivirlo tiene que hacer una pasantía, como te pasó a ti cuando lo viviste, ahora ya te diste cuenta que es una cosa distinta a de pronto lo teórico que te hubieran dado. A veces es mas enredador lo teórico en esos casos, pero es mas factible que la persona viva el grupo, se lo permita sentir y si tiene la inquietud mejor todavía, porque entre mas inquieto entonces “entre, vaya y mire a ver”, y yo creo que se va a encontrar con cosas buenas, porque un grupo no le va a decir a la gente que se va a encontrar con cosas malas, como la equivocación que tenemos en la sociedad de que “un centro de rehabilitación para drogadictos o para...uyy no, cómo será eso?”, y no es así, esta muy equivocada la gente, entonces yo mas bien..., que lo vivan.

A: Y si te preguntan, ¿usted con qué cosas buenas se ha encontrado?, qué dirías?

X: No pues si, contestaría muchas cosas.

A: ¿Como por ejemplo?

X: Les contestaría que he tenido una paz espiritual, les contestaría que he encontrado amigos, amigos -amigos, no amigos de sociedad, sino amigos de verdad en una casa, de que tengo una familia más, se agregó una familia mas a mi vida, esto es parte, es otra familia; yo llego aquí la hora que sea, salgo a la hora que sea, entro al Grupo de Apoyo Existencial, si?, y sin embargo me paran, “bueno ya”, entonces tengo que.... Le diría la gente que las puertas están abiertas para el que sea, mejor dicho, desde el estrato mas bajo hasta el estrato mas alto, para todo el mundo están las puertas abiertas aquí en el Colectivo, en ese aspecto mas que todo en el Grupo de Apoyo Existencial, entra el que sea, si?. También les diría que aprender a permitirse uno sentir, que aprendan eso, eso es importante, no evadir muchas veces las cosas, sino aprender.

A: ¿Por qué consideras tú que ese aprender a sentir es importante?

X: Porque muchas veces nosotros, a nosotros nos da miedo expresar lo que sentimos, parte de eso es que hacer el oso, de que “mire hombre, no quiero quedar mal ante los demás”, y yo como ser humano fallo, y permitirme sentir es muchas veces permitirme sentir fallar, si?, es eso, permitirme que yo fallo, de que yo no soy un ser perfecto, de que todo el mundo falla, de que el término en la calle “es perfecto!”, no, es mentira, no hay nada perfecto, están muy equivocados, es un termino muy utilizado en la calle:”perfecto, perfecto”, no!, perfección no hay para mi. Entonces es permitirme sentir de que yo fallo, de que yo siento, de que yo lloro, de que no debo reprimirme lo que estoy sintiendo, porque cada día que mas reprima mas daño me hago, si?, muchas veces hay cosas que dentro del grupo uno manifiesta a través de los cuentos, cosas en la vida que uno: “mira, yo no pensé que fuera a decir esto”.

A: Como por ejemplo que recuerda tu que tu mismo te hayas sorprendido diciendo algo que no esperabas o de pronto escuchando a alguien decir algo que no esperabas?

X: ¿Qué he sentido?

A: ¿Qué recuerdas?

X: Ah, qué recuerdo?... recuerdo que dentro del los grupos, es tan así que el grupo es cerrado, por lo que el grupo es cerrado uno lo cuenta y lo que cuenta se queda ahí y ya!, si?. Recuerdo muchas cosas y anécdotas de mi vida y muchas veces anécdotas pequeñas, pequeñas que tiene un sentido de vida.

A: ¿Como por ejemplo cuál?

X: Unas huellas de sentido que llamamos nosotros, si?. Ósea, tener de que, de pronto expresar en un grupo de que jamás en mi vida, jamás en mi vida..., me había sentido mal de darle un beso a mi mamá, por decir algo, pero después dije “bueno, fue la primera vez que lo hice y chévere porque lo hice”, si?, entonces cosas que fluyeron a través del cuento del grupo.

A: ¿De todos los temas que se trataban en el Grupo de Apoyo Existencial recuerdas alguno que te haya dejado una huella así especial, algún tema especial?

X: Siempre me ha llamado la atención por lo..., y además por lo cómico, es el cuento del huevón y el tomatón. El cuanto del tomatón es el que mas me ha llamado la atención, porque ese cuento..., pues realmente es tanto que me ha pegado, que me ha reflejado en mi vida, que le preguntaba el tomate al huevo que qué iba a ser..., el huevo le preguntó al tomate que qué iba a ser cuando fuera grande, él le dice que él iba a ser un tomatón y entonces el huevo se pone a llorar; entonces eso es lo que..., yo pensaba en un momento, bueno, yo me reflejaba mucho en esa parte porque yo decía “yo fui así por mucho tiempo”, si ves?, muchas veces eso me pega, me pega porque yo perdí tiempo

con muchas cosas en mi vida, y ese cuento, ese cuento del GAE, jajaja..., cuando lo oigo mejor dicho, claro que ya lo he asimilado, pero cuando lo escuche por primera vez dije: “pues tenaz”, eso me marcó muchísimo.

A: ¿Y qué te hizo pensar después, u hoy en día cuando lo vuelves a escuchar?

X: No, ya me da es risa, ya me da risa y me doy cuenta que ya no soy el mismo de antes, obvio, no me quede ahí, tenaz quedarse uno estancado. No ya no, ahora pues ya pienso que la vida sigue, tengo que continuar con ella, tengo que continuar con ella porque, qué mas?, no puedo quedarme como era antes que se quedaba uno estancado y patinaba y, ahora no.

A: Ahora, ¿cómo es?

X: Ah?

A: Ahora, ¿cómo es?

X: No pues que hay que vivir la realidad, hay que darme cuenta de que hay responsabilidades y si tengo mas una responsabilidad como padre, porque antes no era padre, ahora tengo una niña de tres años, hasta ahora apenas tres años y yo con treinta y ocho años encima, entonces mas miedo me da y tengo que entonces ya buscar un ritmo de vida muy, bastante...porque tengo una hija de por medio por quien responder, por mucha gente por quien responder, especialmente por mi vida que era la que estaba acabando. Ahora no, ahora tengo otra vida, además de mi vida otras vidas más, las cosas son muy distintas, de que “lo folclórico se acabó mijo”, lo folclórico ya no, sino para los que vienen, los adolescentes, yo ya estoy en una posición muy distinta, una posición bastante madura, una posición ya bastante..., muy seria ante la responsabilidad de la vida, por la vida.

A: ¿Cómo me describirías tú esa responsabilidad ante la vida y de la vida?

X: Mas que todo pienso que asumirlas, cada vez que se presenten las situaciones que se presenten, asumirlas con cordura, como debe ser, eso es, asumir, desde que uno asuma..., por qué tengo que evadir?, no debo desconectarme para no asumir la responsabilidad de mi vida, conectarme con la vida que se ha de vivir. Sé que la vida no es fácil y las cosas que vienen, y vendrán muchas cosas más y mas fuertes, si?, mas fuertes, porque qué, porque pienso que la misma vida a medida que va pasando, ella me va exigiendo, me va exigiendo y mas responsabiliza cada día mas.

A: ¿Qué dirías tu que es ser responsable, aparte de asumir lo que la vida le da a uno, qué más dirías tu que es ser responsable?

X: Pues pienso que ser responsable es poner por lo general siempre la cara a las situaciones que la misma vida me da y no de pronto decir., cuando se me presente una situación difícil: “hay si, perdón”, yo puedo aceptar el error pero no volver a cometerlo que es lo mas importante y enmendar ese error cometido también muchas veces, porque por ejemplo a la vida, a pesar de que uno empieza un estilo de vida distinto asume tantas responsabilidades que le quedan cosas de atrás que le quedan culpas, y que ya uno con la visión que tiene, tiene que enmendarlas muchas veces las de atrás, y si se presentan responsabilidades de atrás, si?, que hay que enmendar, porque eso mismo que cometí atrás se me van a presentar mas adelante, a que tengo que solucionarlos también, como voy a hacer ahí, no que: “es que ya eso murió porque es que tengo otro estilo de vida”, no!, si en este estilo de vida nuevo se me presenta la oportunidad de enmendar cosas del pasado también tengo que enmendar cosas del pasado, porque también están ahí y van a estar ahí porque el pasado, pasado esta pero uno nunca lo olvida, si?, entonces uno a veces tiene deudas con la misma vida, entonces hay que empezar a cancelar esas deudas que quedaron atrás, parte de las secuelas muchas veces de, de los errores de uno.

A: Cuando me hablas de un nuevo estilo de vida, ¿cómo es tu estilo de vida de ahora?

X: Pues siento que el estilo de vida ahora mío es un modelo, estoy buscándolo cada día ser mejor. Debe ser modelo, si yo por decir algo trabajo con alguien debo ser modelo de esa persona, no debo ser lo contrario, porque yo que le voy a decir: "no fume, no tome, no haga esto", y yo lo estoy haciendo afuera, entonces qué estoy haciendo, si?, pasa muchas veces eso..., eso que le indicaba yo de la parte social que se ve mucho, en psicólogo, en psiquiatras, que son personas que trabajan sobre un escritorio y le dicen: "no vuelva a fumar que es que se le hace daño", y que no se que y que los pañitos de agua tibia, y si se va, ese se recae al rato; pero éste, si se llega a ver a esta persona, a mí saliendo de un bar, llegando tarde, amaneciendo, por mas de que no vuelva a consumir drogas pero si tome y fume, y eso es socialmente legal y todo ese cuento, no, al contrario, debo buscar la mejoría cada día mas; y pienso que el hombre es responsable de cada día, todos los días mejorar, esa es una responsabilidad eterna, eterna, hasta el día que se muera, mejorar todos los días, no puede quedarse ahí estancado de que porque yo hice aquello y lo otro, no!, porque es que esta la responsabilidad de mejorar él todos los días.

A: Eso, como captar eso de la responsabilidad de mejorar uno, eso lo descubriste, se puede decir que lo descubriste en el Grupo de Apoyo Existencial, con la asistencia al grupo?

X: Sí. Con el trabajo que se hace aquí. Me di cuenta de que a pesar de que yo he cometido muchas fallas, muchos errores y hay cosas que he enmendado, que no..., a pesar del mejoramiento del estilo de mi vida, yo tengo la responsabilidad de continuar esa secuencia de crecimiento personal todos los días, eso no se va a acabar nunca, eso no se va acabar sino hasta que uno se muera pienso yo, porque hay muchos momento es que

tu puedes retroceder, uno puede volver a retroceder en comportamientos atrás y volví y la embarre, entonces uno debe estar..., yo lo digo, que un modelo es lo mas adecuado, ser modelo en ese aspecto.

A: Me voy a devolver un poquito a cuando me estabas hablando de encontrar sentido, ¿qué sentido o a qué le encontraste sentido en el GAE?

X: Bueno, en el GAE o con el GAE le encuentro sentido a todo prácticamente. Le encuentro sentido a que lo que dice el compañero, así no se lo tenga que discutir eso es muy respetable, es darme cuenta que eso es su opinión, que en ese momento el esta expresando lo que esta diciendo porque eso es lo que esta sintiendo, si?. Le encuentro sentido a los cuentos mismos, muchísimo sentido a los cuentos, si?, entonces..., y eso pues no lo busco para ser feliz y eso me hace feliz porque está sucediendo en el momento, porque la felicidad no se busca, uno nunca debe buscar la felicidad, la felicidad esta ahí, si yo quiero sonreír en este momento estoy feliz, ahí estoy teniendo felicidad, no?, en ese momento pues pienso que le encuentro sentido mucho al grupo, si no le encontrara sentido no estaría metido ahí, te lo juro.

A: ¿Y ese sentido que tu encuentras mientras estas en el grupo, participando en el grupo, se extrapola ya afuera, ya cuando sales del grupo, ya durante la semana?

X: Si, ayuda.

A: ¿En qué ayuda?

X: Ayuda bastante en que por ejemplo uno sale del grupo, sale..., eso que como cuando llega uno a una iglesia y se, se come la hostia y sale espiritualmente lleno, es igual. Es como cuando una semana santa saber que uno tiene que tener votos de castidad, abstenerse de muchas cosas, y sale uno lleno, sabe que es una semana y asistió a la iglesia, fue a misa y se lleno de muchas cosas, así pasa aquí en el Grupo de Apoyo

Existencial, es para llenarse uno durante la semana. Y no creas, yo he quedado cuestionado, a mi me martilla muchísimo las cosas cuando las escucho, entonces cada vez que me matrilla yo empiezo a mirarla y a reflexionar, aunque hay momentos y mas en el momento en que uno sale, sale mas rico.

A: ¿Cómo sales?

X: Personalmente, personalmente hablando por mi, lógico; no yo salgo bien, yo salgo, salgo rico, abrazando a todo el mundo, sonriendo..., claro que por lo general jmm, me gusta estar así, como estoy en este momento, jaja. Pero entonces me llena mucho.

A: ¿Cuando tu dices, “me llena mucho, me llena espiritualmente”, cómo me explicarías qué es eso?

X: Eso es estar yo tranquilo, eso es darme cuenta de que muchas veces me descargo de cosas que tengo guardadas, dentro del grupo cuando me descargo, al escuchar, listo! Rico, porque la idea del grupo es escuchar a las otras personas que muchas veces el tema es para mi vida, influye en mi vida, y que ha pasado hoy en mi vida, entonces lo estoy botando y lo relaciono con mi vida, cuando lo relaciono con mi vida en el grupo entonces estoy quedando tranquilo porque estoy diciendo algo de mi, que de pronto, en un momento dado no lo he dicho a nadie, o muchas veces habemos o hay personas que no tenemos la confianza para decirle las cosas a todo el mundo, entonces el grupo ayuda, poco o mucho a veces puede ser que lo bote todo, o puede ser que bote un poco de lo que quería yo decir y listo!, yo se que en el grupo no me van a juzgar, ni me van a señalar, ni me van a decir nada, porque el grupo es así, porque yo en momentos dados he escuchado personas y jamás, jamás, jamás, he juzgado personas por lo que haya dicho, yo siento que los demás también jamás juzgan, es un grupo tan limpio, tan limpio

que lo siento así. Entonces es eso, el grupo..., eso es en la parte donde mas me ha ayudado a mi, salgo yo tranquilo.

A: ¿Si tu, digamos ya dentro de unos años recuerdas tu vida, cómo seria este episodio de conocer el Grupo de Apoyo Existencial, de haberlo vivido, de haber participado, cómo crees que lo vas a recordar?

X: Sabes que muy buena pregunta. Que tal si yo te dijera a ti, porque siempre lo he pensado, que me gustaría montar un grupo de apoyo existencial. Así es como lo recordaría, montándolo, porque más sin embargo lo quiero hacer. Hago de cuenta que estuviera montando un grupo..., hay mucho trabajo que hacer ahí para montar un grupo, no es fácil, porque un grupo, para montarlo..., tampoco es muy difícil, obvio, pero si hay que esforzarse un poco para hacerlo.

A: ¿Por qué te gustaría montar un Grupo de Apoyo Existencial?

X: Por lo que te acabo de manifestar en muchas cosas mías. Porque ayuda, yo siento que ayuda muchísimo, ayuda bastante y mas que todo en la parte de..., también en esta parte donde las personas las sensibiliza bastante y con ésta situación que vivimos tan violenta empieza a haber un buen roce social, que es el que tanto hemos perdido en este mundo; si tu te das cuenta aquí lo miran a uno feo pensando que uno es un ladrón y resulta que no es ladrón, nosotros nos miramos mal, como el perro y el gato aquí en la sociedad, en la calle es así, uno ve y la gente es como los caballos que nada mas les pones, les tapan y no miran para los lados, y eso ayuda para que la gente sea socialmente relacionada. Entonces ese roce, otra vez volver a tener ese contacto con el ser humano que se ha perdido muchísimo, especialmente por ese lado sería buenísimo, que la gente otra vez tenga contacto, como en los pueblos, en los pueblos se ve muchísimo “hola, qué tal, cómo estas, cómo te va?”, aquí no, aquí la gente en la ciudad y en muchas ciudades

del país la gente esta así, ni el saludo y si saludan es porque es conocido desde hace mucho tiempo, pero a otras personas no.

A: Entonces cómo podrías decir que ya para ti, como persona, para tu existencia ¿qué significó haberte encontrado en tu vida con el grupo?

X: Significó para mí el haberme encontrado en mi vida con el GAE..., es el haberme encontrado conmigo mismo también y con los demás. Porque realmente lo que uno vivía afuera era lo que la sociedad y el comunismo nos exigía, nada mas, pero no me importaba lo que tenía a mi alrededor si no era..., en la parte humana sino era lo material, lo físico, lo sexual o lo que fuera, pero no la parte humana, ni espiritual y esto me enseñó a eso, a que hay unas personas a mi alrededor que existen y que son humanas y que me pueden dar y brindar mucho, y que aprendo de ellas y con eso me enriquezco y los enriquezco a ellos también cada vez que estoy aportando de mi, eso me enseñó mucho.

A: Entre los objetivos del GAE hay uno que plantea que sirve para que la persona deje como de estar pensando y reflexionando todo el tiempo en sus problemas, en sus síntomas, en el caso de la adicción estar pensando en el consumo, ¿tú crees que sí sirve para eso?

X: Claro, claro porque es que ponle cuidado, tu llegas y te encuentras en una selva de cemento donde vas a encontrar muchos aspectos de la vida donde son absorbentes para de pronto muchas veces y la mayoría de ellas, para arruinar tu vida, si para progresar en muchas cosas, pero si miramos lo que es el consumismo, el alcohol, las drogas, las rumbas, el trago, aquello no deja nada bueno y nunca ha dejado nada bueno, y tu vives todos los días esas situaciones afuera, es obvio que cuando tu llegas al grupo tu te descargas de eso y sales tranquila y de pronto sales hasta motivada a no dejarte

convencer de muchas cosas que suceden en la sociedad, si?. Entonces es eso, el grupo me ha enseñado a que yo tengo problemas y muchas veces vengo aquí y los boto y eso me ayuda, me ayuda, entonces salgo otra vez lleno, y que lo haga una vez a la semana, entonces eso me esta, estoy en un proceso en el cual estoy saliendo...entrando en dificultades y al mismo tiempo buscando las alternativas para salir. Es un grupo como también en el plan de soporte que llamamos, que se trata de eso.

A: ¿Si no pudieras venir, si estuvieras muy cargado de cosas y no pudieras venir al grupo de todas maneras crees que podrías encontrar esa tranquilidad?

X: Acordándome del grupo de pronto, Si, claro, si la encuentro porque yo ya he hecho un trabajo con el grupo, no la encontrara si no estuviera haciendo ningún trabajo, en ese caso de que yo no hubiera hecho ningún trabajo con el grupo del GAE, ten la plena seguridad de que yo lo que haría era que evadía con el trago, me iba a buscar amigos para ir a consumir, o buscaba rumba el fin de semana, o lo que fuera, pero como ya tengo trabajo hecho, yo llevo unas bases y en eso esta el GAE, ten la plena seguridad de que no me voy a dar duro, duro, duro como lo hacia antes, ve?. Entonces eso ayuda muchísimo a que “bueno, aquí tengo mis bases, qué pasa maestro?” ya las construyó, si las construyó débiles se jodió, pero si las mantiene como es debido ya sabe que hacer.

A: ¿Cuáles serian esas bases que te da el grupo de apoyo existencial?

X: Lo que me enseña ella, todo lo que me dice cada vez que entro a un grupo y todo lo que escucho de los demás. Esas son las bases que uno se lleva para mantenerse.

A: ¿Me podrías decir cuáles son las principales?

X: Yo podría decir que entre los ejemplos, entre las principales es lo que dice cada quien de su vida, especialmente de su vida, que es el alimento que yo me llevo, esa es la cucharada, la medicina que me están dando en el momento para darme cuenta que otros

vivieron situaciones también difíciles y darme cuenta de que yo no debo cometerlas y de que tengo una solución, de que tengo problemas y que sería un problema si no los tuviera, tengo problemas y que lo que te decía anteriormente, también hay soluciones y soluciones correctas, obvio, si?.

A: Ahorita me dices “darse cuenta de que los demás tienen problemas”, entonces cómo crees que sería si el grupo en vez de ser un grupo fuera que cada persona leyera el cuento, las frases y lo leyera solo, tu crees que qué efecto tendría el hecho de leer uno solo el cuento y las frases?

X: Pues no se, no se que efectos tendría en el momento, no se, es inesperado saber que va a fluir en ese momento, no?, es como “no se como voy a seccionar en el momento en que yo vea a mi novia con otro”, si?, no se que va a pasar, si?, pero si se que lo mas seguro es que van a fluir sentimientos de todo tipo.

A: ¿Piensas que sería igual de enriquecedor?

X: Sí, también enseña, puede enseñar mucho, claro.

A: Tu alguna vez asististe o has asistido a las misiones existenciales que se hacen en el Grupo de Apoyo Existencial, de pronto ir a visitar niños o ancianos o enfermos terminales?

X: Yo fui.... Yo no he asistido a esas misiones existenciales porque esas misiones mas que del GAE son de la institución, del trabajo de los jóvenes. He asistido pero a título personal, estuve en la UTES, la qué es que se llama?, no, no me acuerdo del nombre de ésta pero son niños..., cómo es que se llama hombre?, donde trabajan mucho el SIDA aquí en Bogotá?..., en fin, fui a una institución que habían niños con SIDA que habían nacido de papás contagiados de SIDA.

A: ¿Y eso que te dejó, o qué te hizo pensar, qué te hizo sentir?

X: No, eso mejor dicho yo no sabía que hacer, yo no.... Yo cuando veo los niños, a mi los niños me mueven muchísimo el piso porque toda la vida yo he querido los niños, toda la vida para mi los niños han sido una debilidad en el aspecto de que son tan lindos, tan lindos y me puse tan triste, tan triste al saber que esos niños tenían SIDA. Es que habían unos niños hermosísimos, pero hermosísimos, lindos que mejor dicho, entonces no sabía yo que hacer ese día, no fue un día, fueron como cuatro días seguidos que estuve en esa institución. Entonces yo miraba y hablaba con los que se encargaban de cuidar a los niños y si, y me expresaron fue eso y eso me movió muchísimo porque yo pensaba en lo triste saber que esos niños en la medida que van creciendo se les desarrolla y no van a tener la oportunidad de vivir y uno en muchos momentos la desperdicia, cuando ha estado bien, mejor que muchos, que un niño de esos que apenas está naciendo, que apenas esta viviendo y que no tiene la culpa de ese problema, si?. Eso me marcó muchísimo, en este momento estoy lidiando con un niño que tiene problemas de Down, yo lo agarro, yo juego con él, lo beso, lo consiento, lo aprieto, lo acaricio, si?, y juego muchísimo y el se ríe y eso friega, mejor dicho, desde que me levanto yo creo que hasta que me acuesto estoy con el niño, porque en mi apartamento donde yo estoy viviendo, ahí hay un apartamento al lado donde lo tienen, y allá voy yo todos los días y le llevo cosas, le llevo dulces, y así. No es fácil un niño con problema de Down o con problemas físicos, porque ese trabajo también hay que saberlo hacer, yo pienso que en el caso mío a mi me mueve mucho y acercarme a un niño, tener que agarrarlo, tener que.... Estoy haciendo ese trabajo con éste.

A: ¿Porqué decidiste ir a visitar a estos niños, por qué decidiste trabajar con él?

X: En este niño especialmente porque, porque hombre ellos no tienen la culpa, y saber de que yo puedo dar de mi, yo lo hago, yo se que yo puedo dar mucho de mi y saber que

yo en este momento, en este momento mi responsabilidad es muy grande, que son cinco niños empezando con la mía, entonces no quiero para esos niños que les suceda nada que tampoco les vaya a suceder a la mía.

A: Cuando tu das de ti, ¿qué sientes, cómo te ves, cómo te sientes cuando puedes entregarte o entregar algo de ti?

X: Un niño, me siento un niño.

A: ¿Cómo es eso?

X: Jugar, me arrodillo, me agacho, brinco y digo cosas como niño y hablo como un niño, así lo hago, con este niño lo hago así, con la mía lo hacia así y con los otros niños de la mamá de la niña mía, también.

A: Y para ti cómo persona, ¿qué te hace?

X: Ah no, yo me siento muy feliz, como persona yo me siento, uff, súper. Siento que no estoy haciendo una cosa porque es mi obligación hacerla, no, sino porque me nació, porque un niño se merece ese derecho a que lo consientan, a que lo mimen, a que lo aprecien, a que lo acaricien, porque muchas veces siento que eso en mi vida marcó una situación que la descubrí también que es que nunca me lo dio mi mamá. Ahora me doy cuenta de que yo lo regalo así a los niños, a todos los niños, así es, eso me pasa.

A: Y ya hablando de las cosas por decir anexas al GAE, que de pronto en la literatura no esta, que es lo que me decías hace un momento de la ronda de abrazos, la ronda de manos, el ambiente en que se desarrolla el Grupo de Apoyo Existencial, el himno, el grito, la oración de la serenidad, como que significaría para ti esas cosas que vienen con el Grupo de Apoyo Existencial, ¿qué significa, qué te da, qué te enseña?

X: Yo pienso que eso es parte del ritual del grupo que se debe dar así, para que el grupo sea grupo y se permita fluir todo lo que nosotros necesitamos dentro del grupo sino no

va a fluir nada. Entonces que sucede, yo pienso que eso se debe dar de esa manera aunque el grupo como grupo da todos esos pasos para que eso suceda, no?, cuál es la idea?, la idea es que la gente salga de ese letargo en el que esta afuera y empiecen a mejor dicho, a esparramar ahí, como dicen, si?, que la gente se permita sentir todo lo que es ese momento esta reprimiendo afuera, que no se quiere permitir sentir. Porque es que parte del grupo es eso, sensibilizarlos y sensibilizarme y darme cuenta de que tengo que dejar de ser el plástico aquel o la plástica, que no mas vivo porque mi papá me lo da todo, entonces yo le doy todo a mi hijo pero no le doy afecto, no le doy cariño, no le doy....

A: ¿Si yo te pidiera un sinónimo de Grupo de Apoyo Existencial, cuál sería para ti ese sinónimo?

X: Grupo Espiritual.

A: Grupo Espiritual.

X: O grupo de Espiritualidad.

A: Así como de pronto en tres palabras o en cinco palabras, ¿para qué te sirvió asistir al grupo de apoyo existencial?

X: El Grupo de Apoyo Existencial me sirvió para volver porque eso funciona.

A: Bueno, muchísimas gracias por tu tiempo, por tu información, perdonaras los problemas técnicos. Muchas gracias.

X: ¿Por qué?, no, siempre a la orden y cuando necesites cualquier cuestión en que yo pueda colaborarte, listo! Ahí estamos prestos, como dicen o.k.

*Entrevista En Profundidad*

*Primera Sesión - Asistente #1*

Entrevistado: X

Entrevistador: A

- 1 A: ¿Cómo has estado?
- 2 X: Muy bien y tu?, hacia días que no te veía por aquí?
- 3 A: Bueno, es que he estado como ocupada. Pero bueno, te pedí el favor de que nos
- 4 viéramos para preguntarte si podrías ayudarme con la investigación que estoy haciendo
- 5 para mi proyecto de grado de la universidad.
- 6 X: Y para qué es eso?, es como decir la tesis?
- 7 A: Exactamente.
- 8 X: Y yo cómo te puedo ayudar..., ese día que hablamos pues entendí más o menos, pero
- 9 me puedes explicar bien de que se trata?
- 10 A: En pocas palabras es acerca del grupo de apoyo existencial que se hace aquí los
- 11 viernes y de cómo las personas lo experimentan.
- 12 X: Y yo qué tengo que hacer?
- 13 A: Lo que te comenté, lo que te pediría es que me colaboraras con unas entrevistas
- 14 donde me hablaras del grupo.
- 15 X: Pero solo de ese grupo o de todos los grupos que se hacen aquí, porque cómo tu sabes
- 16 acá todos los días se hacen varios y también son muy interesantes.
- 17 A: Si yo se, pero en realidad solo me interesa que hablemos sobre ese en particular. Te
- 18 parece?

19 X: Pues sí, me parece chévere y además tu sabes que en lo que yo pueda pues ahí estoy  
20 para ayudar, más sabiendo que esto es algo con lo que no solo te voy a ayudar a ti y  
21 darte beneficio a ti, sino que me imagino que después le servirá a alguien más. Es que  
22 hasta a mí me sirve, porque hablar y traer a la mente y recordar todo eso que uno vive  
23 ahí pues es rico, además como estoy aquí cerquita pues mejor y además rico verte y  
24 poder charlar contigo un rato.

25 A: Si, eso si.

26 X: Bueno, pero dime de que es que quieres que te hable, porque es que son muchas  
27 cosas.

28 A: Bueno, pues de todas esas cosas. No te puedo decir algo en específico, solamente que  
29 me cuentes cómo te parece, mejor dicho que me hables de el grupo desde tu propio  
30 punto de vista, de lo que pudiste ver y vivir ahí durante el tiempo que asistías, o asistes.

31 X: Pero entonces tu me vas preguntando y yo te voy diciendo, porque si no yo me pierdo  
32 y me pongo a hablar de otras cosas, jajaja.

33 A: Si, así lo hacemos.

34 X: Y más o menos cuanto se demora eso, porque yo ahorita tengo que irme a hacer unas  
35 diligencias al centro.

36 A: A qué hora?

37 X: No pues es que tengo que llamar antes, pero yo creo que por ahí..., no pues me toca  
38 llamar, me esperas y yo llamo de una vez?

39 A: Claro, aquí te espero, no te preocupes.

40 A: Listo?

41 X: Si, mira yo se que te dije que podía atenderte hoy pero me toca irme rápido, de todas  
42 maneras si quieres hablamos un momentito y nos vemos después, si? Uyy, me da una  
43 pena contigo, hacerte venir hasta acá...

44 A: No tranquilo, lo importante es que ya pudimos hablar y pues igual después tendremos  
45 mas tiempo para vernos, pero si, hablemos un momento mientras te tienes que ir, listo?

46 X: Bueno, listo. Espérate me acomodo. Ya, ahora si, pregúntame entonces.

47 A: Antes de empezar a hacerte preguntas me gustaría contarte algunas cosas que es  
48 importante que sepas.

49 X: Dime.

50 A: Pues como ya te conté estas entrevistas van a ser parte de mi trabajo de grado, si?

51 X: Ajá.

52 A: Eso significa que la información que tu me des en éstas entrevistas va a aparecer  
53 publicada en mi tesis y habrá personas que la leerán.

54 X: Todo lo que yo diga?!

55 A: Mas o menos. Son varias cosas..., primero que todo, lo leerán solo si tu autorizas,  
56 para eso te pediría que me firmaras un documento. De todas formas no todo aparecería,  
57 por ejemplo tu nombre no aparece...

58 X: Entonces?

59 A: Lo que pasa es que hay algo muy importante en este tipo de investigaciones que yo  
60 como investigadora debo asegurarte a ti que tu identidad no será conocida por las demás  
61 personas, entonces de aseguro anonimato y confidencialidad.

62 X: Ósea que las personas no van a saber que soy yo el que hablo?

63 A: No, la idea en que no se sepa. Y también yo te voy a mostrar después esta y las otras  
64 entrevistas que estamos gravando, para que tu me digas si estas de acuerdo con lo que  
65 pase al computador, o si quieres cambiar, quitar o poner algo mas. Ves?

66 X: Ve, pues me parece buenísimo sobretodo porque cuando uno lee las cosas se da  
67 cuenta de otras y sí, chévere.

68 A: Entonces te parece?, si estas de acuerdo?

69 X: Claro, yo no le veo ningún problema, claro que si saben quien soy pues tampoco me  
70 interesa, yo no tengo que..., a mi no me interesa si saben o no, a demás lo dicho dicho  
71 y..., cómo es...?, a lo hecho pecho...no? Pero bueno, si no aparece mi nombre pues  
72 listo, también bien.

73 A: Bueno, pues de todas maneras me parecía muy importante que supieras eso.

74 X: Si, perfecto.

75 A: Bueno, entonces ahora si hablemos un poco de lo que es el grupo, te parece?

76 X: Pues no se, es que ..... La verdad es que ahorita por lo que ya te dije estoy como de  
77 afán. No pero listo que te cuento?

78 A: No, pues entonces haremos de cosas así como generales para que después no  
79 quedemos muy cortados.

80 X: Si listo, porque después me amaño y se hace tarde, jajajaja. (1)

81 A: Bueno, ¿tu seguiste asistiendo al GAE después de que saliste de aquí?

82 X: Pues yo procuro venir, pero a veces como yo trabajo hasta tarde a veces pues ya uno  
83 llega cansado y no vengo. Pero si, yo cada vez que puedo pues aquí llego, además  
84 porque es rico encontrarse aquí con la gente, con los amigos que son como la familia,  
85 porque es que yo como me la paso acá pues ya me siento como te dijera?...como en mi  
86 segundo hogar, mi otra casa, si?, tu sabes que aquí uno siempre la pasa bueno, entonces

87 si, yo si trato de venir al grupo y es que siempre me gusta venir, yo acá es como si  
88 tuviera otro papá, hermanos, hasta mamá, jajajaja, es muy chévere.(2)

89 A: Cuándo fue la última vez que viniste?

90 X: Ha!, pues fue este viernes que pasó, si, jajajaja, justamente el viernes pasado estaba  
91 yo por aquí, además que hacia rato, rato que no venia.

92 A: Y qué tal?

93 X: No, pues super rico, porque justo esa semana había estado como con muchas cosas y  
94 muchas preocupaciones, porque yo me quiero ir a ver con mi familia pero pues no tengo  
95 como y además me toca quedare aquí porque tengo que terminar unos trabajos y eso y  
96 pues tampoco me puedo ir así sin nada, ves?(3)

97 A: Y entonces venir al grupo....

98 X: No, pues venir me cayó como dicen, de perlas. Porque yo así como estaba ya no  
99 quería ni ver a nadie y pues saber que aquí hay gente que a uno lo aprecia, y que lo  
100 saludan, que “quiubo”, que “¿porque tan perdido?, que ¿que más?, pues bien, si?,  
101 además es que sentir como ese calor, ese cariño...si?. (4)Y pues ya en el grupo uno  
102 como que se desahoga, porque yo no le había contado a nadie como estaba en esos días  
103 y ya me estaba era poniendo mal, entonces ya aquí pude pues sacar todo eso y me bajo  
104 un poco todo ese, esa preocupación, si?. Y pues ya estoy ahora como sintiéndome mejor,  
105 entonces si, pues si éste viernes puedo, vengo al grupo.(5)

106 A: Generalmente te pasa eso cuando vienes al grupo, como que te sientes cómo....

107 X: Uyy si, como que uno se relaja, por el ambiente y todo.

108 A: ¿Te relaja?

109 X: Sí, es que uno llega como..., es que uno durante la semana como que va acumulando  
110 cosas y ya el viernes pues uno como que se puede quitar todo ese..., pues como sentirse  
111 mejor ahí, no?(6)

112 A: Veo que estas mirando mucho el reloj, ¿ya te tienes que ir?

113 X: Pues es que no quiero que se haga muy tarde para venirme del centro y pues no  
114 quiero tampoco perder el viaje.

115 A: Pues entonces si quieres dejamos aquí por hoy.

116 X: No pero que pena.

117 A: No, no te preocupes, mejor dime cuando crees tú que me puedes dar otra cita, un día  
118 que tengas como mas tiempo?

119 X: Pues yo creo que la próxima semana, por ahí el lunes o martes por la tarde, es que  
120 tengo que ver si me sale un trabajo.

121 A: Pues entonces yo te llamé y así cuadramos la otra entrevista, ¿te parece?

122 X: Si, listo pero entonces llámame por ahí el viernes que yo creo que ya te puedo decir,  
123 Y seguro que no estoy de tanto afán, que pena, yo no pensé que hoy me necesitaras mas  
124 tiempo.

125 A: No te preocupes, ve a hacer tus vueltas y yo te llamo. Muchas gracias por tu  
126 colaboración y por tu tiempo.

127 X: No, gracias a ti, y que la próxima vez hablamos con mas calma.

128 A: Bueno, yo te llamo entonces.

129 X: Bueno, adiós.

130 A: Hasta luego y gracias.(7)

131 Segunda Sesión

132 A: ¿Cómo has estado?

- 133 X: Bien, gracias, muy bien.(8)
- 134 A: Bueno, la vez pasada alcanzamos a hablar un poco de lo que serian las entrevistas y  
135 me alcanzaste a contar algo del Gae.
- 136 X: Si, pero pues fue poco.(9)
- 137 A: Como retomando, hablamos que estabas viniendo al grupo cuando podías que habías  
138 venido la semana pasada, si?
- 139 X: Sí, que me sirvió hartísimo.
- 140 A: Bueno, como para no desviarnos mucho voy a tratar de seguir como por el mismo  
141 tema digamos, o el mismo...
- 142 X: La misma idea.
- 143 A: Eso, como con la misma idea.
- 144 X: Bueno, tú pregunta. (10)
- 145 A: Cuéntame,¿por cuánto tiempo has asistido al grupo de apoyo existencial?
- 146 X: Asistí al grupo de apoyo existencial por ahí dentro...unos, unos dos años.(11)
- 147 A: ¿Cómo me describirías tú el grupo?
- 148 X: Te lo describiría de una manera bastante sensibilizadora, donde realmente el grupo  
149 toca a fondo la parte humana y hace sentir un despertar que en un momento dado uno  
150 cree que nunca lo ha tenido, pero si lo tiene pero es en el momento que se están haciendo  
151 los grupos; es donde uno se da cuenta de que hay algo mas en la vida por uno empezar a  
152 descubrir.(12) Hay momentos en que el GAE es tan fuerte, que toca tantas emociones y  
153 que se las hace al ser humano fluir en ese momento, aunque hay las personas que en ese  
154 momento no las hace fluir pero si las hace sentir, las hace sentir bastante, pero hay  
155 muchos que si lo fluyen.(13) En el caso mío, hubo y hay momentos en que el GAE me  
156 mueve el piso.

- 157 A: ¿Recuerdas una así especial, que te haya movido el piso, que tú dijeras...?
- 158 X: ¿Especial?, sí, hay varias, hay varias, hay varias porque prácticamente el Grupo de  
159 Apoyo Existencial cada vez que uno va, es especial,(14) en el caso mío, para mi siempre  
160 ha sido especial el Grupo de Apoyo Existencial porque..., mas sin embargo he llevado a  
161 este grupo a muchas personas que han trabajado en instituciones y que he conocido, que  
162 el GAE de pronto les puede ayudar a que despierten un poco mas del trabajo que están  
163 haciendo, no?, he llevado gente dura, gente dura, que cuando se han dado cuenta de  
164 que..., no pensaban que, que los iba a tocar. (15)Especialmente para mi el grupo de  
165 apoyo existencial, lo que más me mueve de el son los momentos aquellos en que  
166 manifestamos el que tu estas al lado mío y ese momento pues en el que estamos “me  
167 alegra verte, compartir contigo” y darte un abrazo a lo último del grupo.(16)
- 168 A: ¿Qué cosas has podido tu cambiar a partir de los relatos que se hacen en el grupo, de  
169 los aportes que hacen las personas?
- 170 X: Yo lo que he podido cambiar o modificar, porque uno muchas veces no cambia en  
171 totalidad, lo que mas he modificado en mi vida es el acercamiento a las personas, el  
172 saber que yo puedo dar un abrazo cuando yo era una persona bastante dura, dura, dura  
173 para dar un abrazo, yo los rechazaba, es tan así que yo no le daba un abrazo ni a mi  
174 mamá, si?, jamás, pero entonces ya la abrazo, y abrazo a otras personas, entonces por  
175 qué no?, y mi familia, si?, entonces eso es lo que mas he aprendido del Grupo de Apoyo  
176 Existencial, de que a lo último, a la hora de la verdad tengo gente, gente en este grupo de  
177 que somos del mismo, del mismo problema o de la misma situación, que compartimos la  
178 vida cotidiana diaria, entonces nos unimos más y ese abrazo que da uno es fuerte y eso  
179 es lo que mas me gusta, porque yo no me quería permitir sentir, jamás en mi vida, pero  
180 ya lo hago con tanta fluidez que..., rico.(17)

181 A: ¿Qué otra cosa aprendiste de ti en el Grupo de Apoyo Existencial?

182 X: Aprendí de mi a, a que..., el GAE me enseña que en la vida hay soluciones, de que  
183 todo lo que hemos tratado vale, de que todas las alternativas que nos dan los compañeros  
184 o las otras personas que entran también por primera vez cuando aportan en ese  
185 momento, lo que dicen y lo que se manifiesta del grupo es eso, de que realmente hay  
186 soluciones en la vida, que las cuestiones son muy reflexivas, pero también me enseñan  
187 que hay soluciones y eso para mi es muy importante, porque no me puedo quedar ahí y  
188 que solamente nos dijeron un mensaje reflexivo y ya!, no, ese mensaje también trae una  
189 solución. Entonces en mi vida hay soluciones. (18)

190 A: ¿Alguna vez durante el Grupo de Apoyo Existencial, gracias a lo que decían las  
191 demás personas o al cuento que se leía, o la frase o, a la canción que pongan, descubriste  
192 cosas que de pronto no habías visto?

193 X: Si claro.

194 A: ¿Como cuáles?

195 X: ¿Como cuáles?... descubrí que, que yo soy demasiado sensible, demasiado sensible a  
196 pesar de que me muestro muy, muy fuerte, y que darme cuenta de que, de que en un  
197 momento dado también soy un llorón, yo lloro, yo no pensé que lloraba, pero yo lloro,  
198 pero yo lloraba a solas, a escondidas, yo no lloraba ante los demás, y ya he aprendido a  
199 que debo permitirme sentir ese sentimiento y lo expreso, llorar no quiere decir que sea  
200 menos hombre, eso me ha enseñado mucho. (19)

201 A: ¿Cómo te ha ayudado encontrar eso? Ya para tu vida, encontrar que eres sensible,  
202 encontrar esas cosas, ¿qué te ha brindado?

203 X: Me ha brindado pues la oportunidad de, de permitirme no reprimir tantas cosas que  
204 me hacían daño en mi vida, darme cuenta de que si dije en un momento dado sin ofender

205 a nadie un hijueputaso, lo dije y ya!, no es que “hay lo dije!”, me quede con un  
206 sentimiento de culpa, no! Lo dije y listo,(20) es como permitirme darme cuenta de que  
207 “bueno, fallé”, de que debo permitirme fallar, de que si en un momento dado yo no  
208 permito fallar, entonces que estoy haciendo?, no estoy haciendo nada, yo debo fallar, y  
209 yo fallo y todo ser humano falla, entonces me he dado cuenta de eso de que muchas  
210 veces yo quería ser esa persona psicorrígida de que:”no, que esto es así, que mire”, que  
211 yo no fallaba, y no si yo fallo, entonces ya me han enseñado a descubrir ciertas cosas  
212 que la vida es otra cosa diferente, de que no debo mostrarme perfecto ante los demás, de  
213 que no debo ser.... (21)

214 A: ¿Cómo ves hoy en día la vida?

215 X: Con tantas dificultades y eso está dentro de lo normal, si?. Pues es simplemente lo  
216 que te decía anteriormente y vuelvo allá, de que en la vida para todo hay solución, para  
217 todo hay solución. De pronto a veces manifiesto que menos en la muerte, pero también  
218 muchas veces en la muerte también hay una solución espiritual, que uno puede morir  
219 tranquilo y en paz, si?,uno puede morir..., buscar a Dios también constantemente, vivir  
220 con El..., (22) una de las cosas que me ha enseñado también eso es tener muchísima,  
221 muchísima fe de que yo puedo hacer las cosas, desde luego lo mejor posible, no bien,  
222 pero lo mejor posible. (23)

223 A: ¿Tu forma de vivir la vida, a partir de esa forma en que la captas, también cambió?

224 X: Sí claro, muchísimo. Cambió mucho porque en un momento dado..., (24) yo no fui  
225 educado religiosamente, y esto... la parte espiritual me ha enseñado que en mi vida debo  
226 buscar a algo o a alguien de quien agarrarme de una manera espiritual para poder qué?,  
227 mejorar mi forma de vivir que llevaba antes.(25) Muy conflictivo era, muy conflictivo,  
228 y esto me ha enseñado, me enseña muchísimo a relajarme, a encontrare conmigo mismo,

229 si? a salir y encontrarme, ponerme en una posición de que, en la que debo estar  
230 correctamente, hoy en día siento que si me dicen algo, no es como aquella persona que  
231 no aceptaba,(26) hoy en día me dicen las cosas y yo escucho y escucho, y digo “bueno  
232 si”, reflexiono, interiorizo y después veo las cosas y digo si he fallado, y aceptar y darme  
233 cuenta que si fallo..., por qué voy a tener miedo si fallé?, es simplemente asumir la  
234 responsabilidad ante la falla que cometí.(27)

235 A: Me llamó la atención ahorita cuando dijiste que es “salir y encontrarme”, ¿cómo me  
236 podrías explicar eso?

237 X: Es una cosa tácita que llaman, es?... , que no se siente, simplemente mirar “bueno qué  
238 paso, Yo aquí en este lado”, y mirar bueno listo, y luego volver y retomar y entrar en mí,  
239 entonces eso es muy, es como muy simple, lo que pasa es que no se ve, salgo, me pongo  
240 aquí: “bueno,¿qué pasa con usted hermano?”, es como mirarme en un espejo al mismo  
241 tiempo y “ojo con esto que eso no es así”, y hablo conmigo mismo y lo hago de una  
242 manera muy interior, muy mía, dentro de la habitación, en el apartamento, donde esté y  
243 “bueno, yo fallé”. Eso me sucede en los momentos cuando entro en discusión con algo,  
244 con una situación que haya cometido, con un hecho que haya hecho digamos mal; (28)  
245 entonces así he aprendido a trabajar, de esa manera, conmigo mismo.

246 A: ¿Y eso en qué te ayuda?

247 X: Me ayuda en que debo corregirme, a que debo corregir los errores, a que debo  
248 aceptarlos, a que debo mejorar, a que si fallé entonces no quiere decir que con esto  
249 simplemente entro en reflexión de que no lo debo volver a hacer mas, listo, lo cometiste  
250 y ya!, yo hablo mucho conmigo mismo, yo hablo también con Dios de esa manera, así, a  
251 Dios lo regaña, con El peleo y con El discuto, si?, muchas veces se lo he dicho, “Ha!,

252 Usted me tiene piedro”, se lo he dicho, “me da rabia con esto”, y así, entonces hago lo  
253 mismo conmigo, es una manera que entro a interiorizar o a discutir conmigo mismo.(29)

254 A: Ya digamos hablando de los que es el tratamiento, la recuperación; ¿qué fue haber  
255 tenido el GAE dentro de ese tratamiento, qué crees tu que fue lo que te aportó en cuanto  
256 a eso?

257 X: Me aportó especialmente en un grupo como plan soporte para mi vida, como un  
258 refuerzo mas en que los momentos en que me sienta mal, buscar ese grupo, buscarlo y  
259 darme cuenta de que aquí hay otras personas a mi al rededor, que yo no estoy solo;(30)  
260 porque muchas veces uno en la vida también se siente solo, que ha! No tiene nada, y no  
261 eso es, no es así. Entonces este grupo me enseña que debo empezar a darme cuenta de  
262 que tengo personas alrededor mío, de que hay seres que si realmente me expresan algo,  
263 me dan un abrazo, donde realmente uno afuera en la calle no lo ve, ni nunca jamás uno  
264 lo ha visto, hasta ahora que yo tengo de vivir este tiempo....(31) cuando me siento así  
265 como medio entre vacío, entonces ahí mismo busco el grupo y se que hay gente ahí, y  
266 gente que me quiere y que yo quiero.(32)

267 A: ¿Tú crees que hubiera sido igual el tratamiento si el GAE no existiera?

268 X: ¿Quién sabe?, no lo se, no lo puedo..., de pronto, yo pienso, si hubiese sido otro  
269 tratamiento como ya el terapéutico en el que estuve, te cuento una cosa..., Comunidad  
270 me ayudo muchísimo, bases de las Comunidades para yo estar parado es ésta, y aquí de  
271 pronto en el GAE parte de eso hay grupos que son de Comunidad también y que han  
272 ayudado mucho a la institución, si?. Entonces de pronto hubiese sucedido lo increíble, o  
273 lo inesperado pienso yo, de que si hubiese salido de comunidad, prum! De pronto  
274 hubiese conseguido el Grupo de Apoyo Existencial como conseguir un ALANON, un  
275 NARCONON, un Alcohólicos Anónimos, uno entra y conoce un grupo; porque yo

276 conozco grupos en Narcóticos Anónimos, conozco grupos de alcohólicos y así hasta  
277 hubiese sido con el Grupo de Apoyo Existencial y hasta también ahí me hubiera  
278 quedado.(33)

279 A: ¿Tú a quién le recomendarías que vinieran al grupo?

280 X: A todo mundo.

281 A: ¿Qué les dirías que pueden encontrar, o si te preguntan “bueno y ¿Cómo a qué voy yo  
282 por haya?”, que le dirías a la gente?

283 X: Muchas veces me han preguntado que cómo son los grupos, que por que..., y yo  
284 prefiero decirle a la gente, “lo bonito del grupo es vivirlo, permitírsele sentir y  
285 participar”, porque de resto una cosa teórica es muy complicada para decirle a la gente  
286 esto es así, o asá, entonces empiezan a surgir una serie de preguntas que uno nunca les  
287 va a poder contestar porque seguirán surgiendo preguntas y preguntas.(34) Muchas  
288 veces es como “¿Alá, cómo es un programa?”, no un programa muchas veces para uno  
289 vivirlo tiene que hacer una pasantía, como te pasó a ti cuando lo viviste, ahora ya te diste  
290 cuenta que es una cosa distinta a de pronto lo teórico que te hubieran dado. A veces es  
291 mas enredador lo teórico en esos casos, pero es mas factible que la persona viva el  
292 grupo, se lo permita sentir y si tiene la inquietud mejor todavía, porque entre mas  
293 inquieto entonces “entre, vaya y mire a ver”,(35) y yo creo que se va a encontrar con  
294 cosas buenas, porque un grupo no le va a decir a la gente que se va a encontrar con cosas  
295 malas, como la equivocación que tenemos en la sociedad de que “un centro de  
296 rehabilitación para drogadictos o para...uyy no, cómo será eso?”, y no es así, esta muy  
297 equivocada la gente, entonces yo mas bien..., que lo vivan.

298 A: Y si te preguntan, ¿usted con qué cosas buenas se ha encontrado?, qué dirías?

299 X: No pues si, contestaría muchas cosas.

300 A: ¿Como por ejemplo?

301 X: Les contestaría que he tenido una paz espiritual, les contestaría que he encontrado  
302 amigos, amigos -amigos, no amigos de sociedad, sino amigos de verdad en una casa, de  
303 que tengo una familia más, se agregó una familia mas a mi vida, esto es parte, es otra  
304 familia; yo llego aquí la hora que sea, salgo a la hora que sea, entro al Grupo de Apoyo  
305 Existencial, si?, y sin embargo me paran, “bueno ya”, entonces tengo que....(36) Le  
306 diría la gente que las puertas están abiertas para el que sea, mejor dicho, desde el estrato  
307 mas bajo hasta el estrato mas alto, para todo el mundo están las puertas abiertas aquí en  
308 el Colectivo, en ese aspecto mas que todo en el Grupo de Apoyo Existencial, entra el  
309 que sea, si?.(37) También les diría que aprender a permitirse uno sentir, que aprendan  
310 eso, eso es importante, no evadir muchas veces las cosas, sino aprender.

311 A: ¿Por qué consideras tú que ese aprender a sentir es importante?

312 X: Porque muchas veces nosotros, a nosotros nos da miedo expresar lo que sentimos,  
313 parte de eso es que hacer el oso, de que “mire hombre, no quiero quedar mal ante los  
314 demás”, y yo como ser humano fallo, y permitirme sentir es muchas veces permitirme  
315 sentir fallar, si?, es eso, permitirme que yo fallo, de que yo no soy un ser perfecto, de  
316 que todo el mundo falla, de que el término en la calle “es perfecto!”, no, es mentira, no  
317 hay nada perfecto, están muy equivocados, es un termino muy utilizado en la  
318 calle:”perfecto, perfecto”, no!, perfección no hay para mi.(38) Entonces es permitirme  
319 sentir de que yo fallo, de que yo siento, de que yo lloro, de que no debo reprimirme lo  
320 que estoy sintiendo, porque cada día que mas reprima mas daño me hago, si?,(39)  
321 muchas veces hay cosas que dentro del grupo uno manifiesta a través de los cuentos,  
322 cosas en la vida que uno: “mira, yo no pensé que fuera a decir esto”.

323 A: Como por ejemplo que recuerda tu que tu mismo te hayas sorprendido diciendo algo  
324 que no esperabas o de pronto escuchando a alguien decir algo que no esperabas?

325 X: ¿Qué he sentido?

326 A: ¿Qué recuerdas?

327 X: Ah, qué recuerdo?... recuerdo que dentro del los grupos, es tan así que el grupo es  
328 cerrado, por lo que el grupo es cerrado uno lo cuenta y lo que cuenta se queda ahí y ya!,  
329 si?. (40) Recuerdo muchas cosas y anécdotas de mi vida y muchas veces anécdotas  
330 pequeñas, pequeñas que tiene un sentido de vida.

331 A: ¿Como por ejemplo cuál?

332 X: Unas huellas de sentido que llamamos nosotros, si?. Ósea, tener de que, de pronto  
333 expresar en un grupo de que jamás en mi vida, jamás en mi vida..., me había sentido  
334 mal de darle un beso a mi mamá, por decir algo, pero después dije “bueno, fue la  
335 primera vez que lo hice y chévere porque lo hice”, si?, entonces cosas que fluyeron a  
336 través del cuento del grupo. (41)

337 A: ¿De todos los temas que se trataban en el Grupo de Apoyo Existencial recuerdas  
338 alguno que te haya dejado una huella así especial, algún tema especial?

339 X: Siempre me ha llamado la atención por lo..., y además por lo cómico, es el cuento  
340 del huevón y el tomatón.(42) El cuanto del tomatón es el que mas me ha llamado la  
341 atención, porque ese cuento..., pues realmente es tanto que me ha pegado, que me ha  
342 reflejado en mi vida, que le preguntaba el tomate al huevo que qué iba a ser..., el huevo  
343 le preguntó al tomate que qué iba a ser cuando fuera grande, él le dice que él iba a ser un  
344 tomatón y entonces el huevo se pone a llorar; entonces eso es lo que..., yo pensaba en  
345 un momento, bueno, yo me reflejaba mucho en esa parte porque yo decía “yo fui así por  
346 mucho tiempo”, si ves?, muchas veces eso me pega, me pega porque yo perdí tiempo

347 con muchas cosas en mi vida, y ese cuento, ese cuento del GAE, jajaja..., cuando lo  
348 oigo mejor dicho, claro que ya lo he asimilado, pero cuando lo escuche por primera vez  
349 dije: “pues tenaz”, eso me marcó muchísimo.

350 A: ¿Y qué te hizo pensar después, u hoy en día cuando lo vuelves a escuchar?

351 X: No, ya me da es risa, ya me da risa y me doy cuenta que ya no soy el mismo de antes,  
352 obvio, no me quede ahí, tenaz quedarse uno estancado. No ya no, ahora pues ya pienso  
353 que la vida sigue, tengo que continuar con ella, tengo que continuar con ella porque, qué  
354 mas?, no puedo quedarme como era antes que se quedaba uno estancado y patinaba y,  
355 ahora no.

356 A: Ahora, ¿cómo es?

357 X: Ah?

358 A: Ahora, ¿cómo es?

359 X: No pues que hay que vivir la realidad,(43) hay que darme cuenta de que hay  
360 responsabilidades y si tengo mas una responsabilidad como padre, porque antes no era  
361 padre, ahora tengo una niña de tres años, hasta ahora apenas tres años y yo con treinta y  
362 ocho años encima, entonces mas miedo me da y tengo que entonces ya buscar un ritmo  
363 de vida muy, bastante...porque tengo una hija de por medio por quien responder, por  
364 mucha gente por quien responder, especialmente por mi vida que era la que estaba  
365 acabando.(44) Ahora no, ahora tengo otra vida, además de mi vida otras vidas más, las  
366 cosas son muy distintas, de que “lo folclórico se acabó mijo”, lo folclórico ya no, sino  
367 para los que vienen, los adolescentes,(45) yo ya estoy en una posición muy distinta, una  
368 posición bastante madura, una posición ya bastante..., muy seria ante la responsabilidad  
369 de la vida, por la vida.

370 A: ¿Cómo me describirías tú esa responsabilidad ante la vida y de la vida?

371 X: Mas que todo pienso que asumirlas, cada vez que se presenten las situaciones que se  
372 presenten, asumirlas con cordura, como debe ser, eso es, asumir, desde que uno  
373 asuma..., por qué tengo que evadir?, no debo desconectarme para no asumir la  
374 responsabilidad de mi vida, conectarme con la vida que se ha de vivir.(46) Sé que la  
375 vida no es fácil y las cosas que vienen, y vendrán muchas cosas más y mas fuertes, si?,  
376 mas fuertes, porque qué, porque pienso que la misma vida a medida que va pasando, ella  
377 me va exigiendo, me va exigiendo y mas responsabiliza cada día mas.(47)

378 A: ¿Qué dirías tu que es ser responsable, aparte de asumir lo que la vida le da a uno, qué  
379 más dirías tu que es ser responsable?

380 X: Pues pienso que ser responsable es poner por lo general siempre la cara a las  
381 situaciones que la misma vida me da y no de pronto decir., cuando se me presente una  
382 situación difícil: “hay si, perdón”, yo puedo aceptar el error pero no volver a cometerlo  
383 que es lo mas importante y enmendar ese error cometido también muchas veces, (48)  
384 porque por ejemplo a la vida, a pesar de que uno empieza un estilo de vida distinto  
385 asume tantas responsabilidades que le quedan cosas de atrás que le quedan culpas, y que  
386 ya uno con la visión que tiene, tiene que enmendarlas muchas veces las de atrás, y si se  
387 presentan responsabilidades de atrás, si?, que hay que enmendar, porque eso mismo que  
388 cometí atrás se me van a presentar mas adelante, a que tengo que solucionarlos también,  
389 como voy a hacer ahí, no que: “es que ya eso murió porque es que tengo otro estilo de  
390 vida”, no!, si en este estilo de vida nuevo se me presenta la oportunidad de enmendar  
391 cosas del pasado también tengo que enmendar cosas del pasado, porque también están  
392 ahí y van a estar ahí porque el pasado, pasado esta pero uno nunca lo olvida, si?,  
393 entonces uno a veces tiene deudas con la misma vida, entonces hay que empezar a

394 cancelar esas deudas que quedaron atrás, parte de las secuelas muchas veces de, de los  
395 errores de uno.(49)

396 A: Cuando me hablas de un nuevo estilo de vida, ¿cómo es tu estilo de vida de ahora?

397 X: Pues siento que el estilo de vida ahora mío es un modelo, estoy buscándolo cada día  
398 ser mejor. Debe ser modelo, si yo por decir algo trabajo con alguien debo ser modelo de  
399 esa persona, no debo ser lo contrario, porque yo que le voy a decir:”no fume, no tome,  
400 no haga esto”, y yo lo estoy haciendo afuera, entonces qué estoy haciendo, si?, pasa  
401 muchas veces eso..., (50) eso que le indicaba yo de la parte social que se ve mucho, en  
402 psicólogo, en psiquiatras, que son personas que trabajan sobre un escritorio y le  
403 dicen:”no vuelva a fumar que es que so le hace daño”, y que no se que y que los pañitos  
404 de agua tibia, y si se va, ese se recae al rato; pero éste, si se llega a ver a esta persona, a  
405 mí saliendo de un bar, llegando tarde, amaneciendo, por mas de que no vuelva a  
406 consumir drogas pero si tome y fume, y eso es socialmente legal y todo ese cuento, no,  
407 al contrario, debo buscar la mejoría cada día mas; y pienso que el hombre es responsable  
408 de cada día, todos los días mejorar, esa es una responsabilidad eterna, eterna, hasta el día  
409 que se muera, mejorar todos los días, no puede quedarse ahí estancado de que porque yo  
410 hice aquello y lo otro, no!, porque es que esta la responsabilidad de mejorar él todos los  
411 días.(51)

412 A: Eso, como captar eso de la responsabilidad de mejorar uno, eso lo descubriste, se  
413 puede decir que lo descubriste en el Grupo de Apoyo Existencial, con la asistencia al  
414 grupo?

415 X: Sí. Con el trabajo que se hace aquí. Me di cuenta de que a pesar de que yo he  
416 cometido muchas fallas, muchos errores y hay cosas que he enmendado, que no...(52) a  
417 pesar del mejoramiento del estilo de mi vida, yo tengo la responsabilidad de continuar

418 esa secuencia de crecimiento personal todos los días, eso no se va a acabar nunca, eso no  
419 se va acabar sino hasta que uno se muera pienso yo, porque hay muchos momento es que  
420 tu puedes retroceder, uno puede volver a retroceder en comportamientos atrás y volví y  
421 la embarre, entonces uno debe estar..., yo lo digo, que un modelo es lo mas adecuado,  
422 ser modelo en ese aspecto.(53)

423 A: Me voy a devolver un poquito a cuando me estabas hablando de encontrar sentido,  
424 ¿qué sentido o a qué le encontraste sentido en el GAE?

425 X: Bueno, en el GAE o con el GAE le encuentro sentido a todo prácticamente. Le  
426 encuentro sentido a que lo que dice el compañero, así no se lo tenga que discutir eso es  
427 muy respetable, es darme cuenta que eso es su opinión, que en ese momento el esta  
428 expresando lo que esta diciendo porque eso es lo que esta sintiendo, si?. Le encuentro  
429 sentido a los cuentos mismos, muchísimo sentido a los cuentos, si?,(54) entonces..., y  
430 eso pues no lo busco para ser feliz y eso me hace feliz porque está sucediendo en el  
431 momento, porque la felicidad no se busca, uno nunca debe buscar la felicidad, la  
432 felicidad esta ahí, si yo quiero sonreír en este momento estoy feliz, ahí estoy teniendo  
433 felicidad, no?,(55) en ese momento pues pienso que le encuentro sentido mucho al  
434 grupo, si no le encontrara sentido no estaría metido ahí, te lo juro.

435 A: ¿Y ese sentido que tu encuentras mientras estas en el grupo, participando en el grupo,  
436 se extrapola ya afuera, ya cuando sales del grupo, ya durante la semana?

437 X: Si, ayuda.

438 A: ¿En qué ayuda?

439 X: Ayuda bastante en que por ejemplo uno sale del grupo, sale..., eso que como cuando  
440 llega uno a una iglesia y se, se come la hostia y sale espiritualmente lleno, es igual. Es  
441 como cuando una semana santa saber que uno tiene que tener votos de castidad,

442 abstenerse de muchas cosas, y sale uno lleno, sabe que es una semana y asistió a la  
443 iglesia, fue a misa y se lleno de muchas cosas, así pasa aquí en el Grupo de Apoyo  
444 Existencial, es para llenarse uno durante la semana. (56) Y no creas, yo he quedado  
445 cuestionado, a mi me martilla muchísimo las cosas cuando las escucho, entonces cada  
446 vez que me martilla yo empiezo a mirarla y a reflexionar, aunque hay momentos y mas  
447 en el momento en que uno sale, sale mas rico.

448 A: ¿Cómo sales?

449 X: Personalmente, personalmente hablando por mi, lógico; no yo salgo bien, yo salgo,  
450 salgo rico, abrazando a todo el mundo, sonriendo..., claro que por lo general jmm, me  
451 gusta estar así, como estoy en este momento, jaja. (57) Pero entonces me llena mucho.

452 A: ¿Cuando tu dices, “me llena mucho, me llena espiritualmente”, cómo me explicarías  
453 qué es eso?

454 X: Eso es estar yo tranquilo, eso es darme cuenta de que muchas veces me descargo de  
455 cosas que tengo guardadas, dentro del grupo cuando me descargo, al escuchar, listo!  
456 Rico,(58) porque la idea del grupo es escuchar a las otras personas que muchas veces el  
457 tema es para mi vida, influye en mi vida, y que ha pasado hoy en mi vida, entonces lo  
458 estoy botando y lo relaciono con mi vida, cuando lo relaciono con mi vida en el grupo  
459 entonces estoy quedando tranquilo porque estoy diciendo algo de mi, que de pronto, en  
460 un momento dado no lo he dicho a nadie, o muchas veces habemos o hay personas que  
461 no tenemos la confianza para decirle las cosas a todo el mundo, entonces el grupo ayuda,  
462 poco o mucho a veces puede ser que lo bote todo, o puede ser que bote un poco de lo  
463 que quería yo decir y listo!,(59) yo se que en el grupo no me van a juzgar, ni me van a  
464 señalar, ni me van a decir nada, porque le grupo es así, porque yo en momentos dados  
465 he escuchado personas y jamás, jamás, jamás, he juzgado personas por lo que haya

466 dicho, yo siento que los demás también jamás juzgan, es un grupo tan limpio, tan limpio  
467 que lo siento así.(60) Entonces es eso, el grupo..., eso es en la parte donde mas me ha  
468 ayudado a mi, salgo yo tranquilo.(61)

469 A: ¿Si tu, digamos ya dentro de unos años recuerdas tu vida, cómo seria este episodio de  
470 conocer el Grupo de Apoyo Existencial, de haberlo vivido, de haber participado, cómo  
471 crees que lo vas a recordar?

472 X: Sabes que muy buena pregunta. Que tal si yo te dijera a ti, porque siempre lo he  
473 pensado, que me gustaría montar un grupo de apoyo existencial. Así es como lo  
474 recordaría, montándolo, porque más sin embargo lo quiero hacer. Hago de cuenta que  
475 estuviera montando un grupo..., hay mucho trabajo que hacer ahí para montar un grupo,  
476 no es fácil, porque un grupo, para montarlo..., tampoco es muy difícil, obvio, pero si  
477 hay que esforzarse un poco para hacerlo.(62)

478 A: ¿Por qué te gustaría montar un Grupo de Apoyo Existencial?

479 X: Por lo que te acabo de manifestar en muchas cosas mías. Porque ayuda, yo siento  
480 que ayuda muchísimo, ayuda bastante y mas que todo en la parte de..., también en esta  
481 parte donde las personas las sensibiliza bastante y con ésta situación que vivimos tan  
482 violenta empieza a haber un buen roce social, que es el que tanto hemos perdido en este  
483 mundo;(63) si tu te das cuenta aquí lo miran a uno feo pensando que uno es un ladrón y  
484 resulta que no es ladrón, nosotros nos miramos mal, como el perro y el gato aquí en la  
485 sociedad, en la calle es así, uno ve y la gente es como los caballos que nada mas les  
486 pones, les tapan y no miran para los lados, y eso ayuda para que la gente sea socialmente  
487 relacionada.(64) Entonces ese roce, otra vez volver a tener ese contacto con el ser  
488 humano que se ha perdido muchísimo, especialmente por ese lado sería buenísimo, que  
489 la gente otra vez tenga contacto, como en los pueblos, en los pueblos se ve muchísimo

490 “hola, qué tal, cómo estas, cómo te va?”, aquí no, aquí la gente en la ciudad y en muchas  
491 ciudades del país la gente esta así, ni el saludo y si saludan es porque es conocido desde  
492 hace mucho tiempo, pero a otras personas no.(65)

493 A: Entonces cómo podrías decir que ya para ti, como persona, para tu existencia ¿qué  
494 significó haberte encontrado en tu vida con el grupo?

495 X: Significó para mí el haberme encontrado en mi vida con el GAE..., es el haberme  
496 encontrado conmigo mismo también y con los demás. (66) Porque realmente lo que  
497 uno vivía afuera era lo que la sociedad y el comunismo nos exigía, nada mas, pero no me  
498 importaba lo que tenía a mi alrededor si no era..., en la parte humana sino era lo  
499 material, lo físico, lo sexual o lo que fuera, pero no la parte humana, ni espiritual y esto  
500 me enseñó a eso, a que hay unas personas a mi alrededor que existen y que son humanas  
501 y que me pueden dar y brindar mucho, y que aprendo de ellas y con eso me enriquezco y  
502 los enriquezco a ellos también cada vez que estoy aportando de mi, eso me enseñó  
503 mucho.(67)

504 A: Entre los objetivos del GAE hay uno que plantea que sirve para que la persona deje  
505 como de estar pensando y reflexionando todo el tiempo en sus problemas, en sus  
506 síntomas, en el caso de la adicción estar pensando en el consumo, ¿tú crees que sí sirve  
507 para eso?

508 X: Claro, claro porque es que ponle cuidado, tu llegas y te encuentras en una selva de  
509 cemento donde vas a encontrar muchos aspectos de la vida donde son absorbentes para  
510 de pronto muchas veces y la mayoría de ellas, para arruinar tu vida, si para progresar en  
511 muchas cosas, pero si miramos lo que es el consumismo, el alcohol, las drogas, las  
512 rumbas, el trago, aquello no deja nada bueno y nunca ha dejado nada bueno, y tu vives  
513 todos los días esas situaciones afuera, es obvio que cuando tu llegas al grupo tu te

514 descargas de eso y sales tranquila y de pronto sales hasta motivada a no dejarte  
515 convencer de muchas cosas que suceden en la sociedad, si?. (68) Entonces es eso, el  
516 grupo me ha enseñado a que yo tengo problemas y muchas veces vengo aquí y los boto y  
517 eso me ayuda, me ayuda, entonces salgo otra vez lleno, y que lo haga una vez a la  
518 semana, entonces eso me esta, estoy en un proceso en el cual estoy saliendo...entrando  
519 en dificultades y al mismo tiempo buscando las alternativas para salir. Es un grupo  
520 como también en el plan de soporte que llamamos, que se trata de eso.(69)

521 A: ¿Si no pudieras venir, si estuvieras muy cargado de cosas y no pudieras venir al  
522 grupo de todas maneras crees que podrías encontrar esa tranquilidad?

523 X: Acordándome del grupo de pronto, Si, claro, si la encuentro porque yo ya he hecho  
524 un trabajo con el grupo, no la encontrara si no estuviera haciendo ningún trabajo, en ese  
525 caso de que yo no hubiera hecho ningún trabajo con el grupo del GAE, ten la plena  
526 seguridad de que yo lo que haría era que evadía con el trago, me iba a buscar amigos  
527 para ir a consumir, o buscaba rumba el fin de semana, o lo que fuera, pero como ya  
528 tengo trabajo hecho, yo llevo unas bases y en eso esta el GAE, ten la plena seguridad de  
529 que no me voy a dar duro, duro, duro como lo hacia antes, ve?. (70) Entonces eso ayuda  
530 muchísimo a que “bueno, aquí tengo mis bases, qué pasa maestro?” ya las construyó, si  
531 las construyó débiles se jodió, pero si las mantiene como es debido ya sabe que hacer.

532 A: ¿Cuáles serian esas bases que te da el grupo de apoyo existencial?

533 X: Lo que me enseña ella, todo lo que me dice cada vez que entro a un grupo y todo lo  
534 que escucho de los demás. Esas son las bases que uno se lleva para mantenerse.

535 A: ¿Me podrías decir cuáles son las principales?

536 X: Yo podría decir que entre los ejemplos, entre las principales es lo que dice cada quien  
537 de su vida, especialmente de su vida, que es el alimento que yo me llevo, esa es la

538 cucharada, la medicina que me están dando en el momento para darme cuenta que otros  
539 vivieron situaciones también difíciles y darme cuenta de que yo no debo cometerlas y de  
540 que tengo una solución, de que tengo problemas y que sería un problema si no los  
541 tuviera, tengo problemas y que lo que te decía anteriormente, también hay soluciones y  
542 soluciones correctas, obvio, si?.(71)

543 A: Ahorita me dices “darse cuenta de que los demás tienen problemas”, entonces cómo  
544 crees que sería si el grupo en vez de ser un grupo fuera que cada persona leyera el  
545 cuento, las frases y lo leyera solo, tu crees que qué efecto tendría el hecho de leer uno  
546 solo el cuento y las frases?

547 X: Pues no se, no se que efectos tendría en el momento, no se, es inesperado saber que  
548 va a fluir en ese momento, no?, es como “no se como voy a seccionar en el momento en  
549 que yo vea a mi novia con otro”, si?, no se que va a pasar, si?, pero si se que lo mas  
550 seguro es que van a fluir sentimientos de todo tipo.

551 A: ¿Piensas que sería igual de enriquecedor?

552 X: Sí, también enseña, puede enseñar mucho, claro.(72)

553 A: Tu alguna vez asististe o has asistido a las misiones existenciales que se hacen en el  
554 Grupo de Apoyo Existencial, de pronto ir a visitar niños o ancianos o enfermos  
555 terminales?

556 X: Yo fui.... Yo no he asistido a esas misiones existenciales porque esas misiones mas  
557 que del GAE son de la institución, del trabajo de los jóvenes. He asistido pero a título  
558 personal, estuve en la UTES, la qué es que se llama?, no, no me acuerdo del nombre de  
559 ésta pero son niños..., cómo es que se llama hombre?, donde trabajan mucho el SIDA  
560 aquí en Bogotá?..., en fin, fui a una institución que habían niños con SIDA que habían  
561 nacido de papás contagiados de SIDA.

562 A: ¿Y eso que te dejó, o qué te hizo pensar, qué te hizo sentir?

563 X: No, eso mejor dicho yo no sabía que hacer, yo no.... Yo cuando veo los niños, a mi  
564 los niños me mueven muchísimo el piso porque toda la vida yo he querido los niños,  
565 toda la vida para mi los niños han sido una debilidad en el aspecto de que son tan lindos,  
566 tan lindos y me puse tan triste, tan triste al saber que esos niños tenían SIDA. Es que  
567 habían unos niños hermosísimos, pero hermosísimos, lindos que mejor dicho, entonces  
568 no sabía yo que hacer ese día, no fue un día, fueron como cuatro días seguidos que  
569 estuve en esa institución.(73) Entonces yo miraba y hablaba con los que se encargaban  
570 de cuidar a los niños y si, y me expresaron fue eso y eso me movió muchísimo porque  
571 yo pensaba en lo triste saber que esos niños en la medida que van creciendo se les  
572 desarrolla y no van a tener la oportunidad de vivir y uno en muchos momentos la  
573 desperdicia, cuando ha estado bien, mejor que muchos, que un niño de esos que apenas  
574 está naciendo, que apenas esta viviendo y que no tiene la culpa de ese problema, si?.(74)  
575 Eso me marcó muchísimo, en este momento estoy lidiando con un niño que tiene  
576 problemas de Down, yo lo agarro, yo juego con él, lo beso, lo consiento, lo aprieto, lo  
577 acaricio, si?, y juego muchísimo y el se ríe y eso friega, mejor dicho, desde que me  
578 levanto yo creo que hasta que me acuesto estoy con el niño, porque en mi apartamento  
579 donde yo estoy viviendo, ahí hay un apartamento al lado donde lo tienen, y allá voy yo  
580 todos los días y le llevo cosas, le llevo dulces, y así. (75) No es fácil un niño con  
581 problema de Down o con problemas físicos, porque ese trabajo también hay que saberlo  
582 hacer, yo pienso que en el caso mío a mi me mueve mucho y acercarme a un niño, tener  
583 que agarrarlo, tener que.... Estoy haciendo ese trabajo con éste.

584 A: ¿Porqué decidiste ir a visitar a estos niños, por qué decidiste trabajar con él?

585 X: En este niño especialmente porque, porque hombre ellos no tienen la culpa, y saber  
586 de que yo puedo dar de mi, yo lo hago, yo se que yo puedo dar mucho de mi y saber que  
587 yo en este momento, en este momento mi responsabilidad es muy grande, que son cinco  
588 niños empezando con la mía, entonces no quiero para esos niños que les suceda nada  
589 que tampoco les vaya a suceder a la mía.(76)

590 A: Cuando tu das de ti, ¿qué sientes, cómo te ves, cómo te sientes cuando puedes  
591 entregarte o entregar algo de ti?

592 X: Un niño, me siento un niño.

593 A: ¿Cómo es eso?

594 X: Jugar, me arrodillo, me agacho, brinco y digo cosas como niño y hablo como un niño,  
595 así lo hago, con este niño lo hago así, con la mía lo hacia así y con los otros niños de la  
596 mamá de la niña mía, también.

597 A: Y para ti cómo persona, ¿qué te hace?

598 X: Ah no, yo me siento muy feliz, como persona yo me siento, uff, súper. Siento que no  
599 estoy haciendo una cosa porque es mi obligación hacerla, no, sino porque me nació,  
600 porque un niño se merece ese derecho a que lo consientan, a que lo mimen, a que lo  
601 aprecien, a que lo acaricien, porque muchas veces siento que eso en mi vida marcó una  
602 situación que la descubrí también que es que nunca me lo dio mi mamá. Ahora me doy  
603 cuanta de que yo lo regalo así a los niños, a todos los niños, así es, eso me pasa.(77)

604 A: Y ya hablando de las cosas por decir anexas al GAE, que de pronto en la literatura no  
605 esta, que es lo que me decías hace un momento de la ronda de abrazos, la ronda de  
606 manos, el ambiente en que se desarrolla el Grupo de Apoyo Existencial, el himno, el  
607 grito, la oración de la serenidad, como que significaría para ti esas cosas que vienen con  
608 el Grupo de Apoyo Existencial, ¿qué significa, qué te da, qué te enseña?

609 X: Yo pienso que eso es parte del ritual del grupo que se debe dar así, para que el grupo  
610 sea grupo y se permita fluir todo lo que nosotros necesitamos dentro del grupo sino no  
611 va a fluir nada. Entonces que sucede, yo pienso que eso se debe dar de esa manera  
612 aunque el grupo como grupo da todos esos pasos para que eso suceda, no?, cuál es la  
613 idea?, la idea es que la gente salga de ese letargo en el que esta afuera y empiecen a  
614 mejor dicho, a esparramar ahí, como dicen, si?, que la gente se permita sentir todo lo que  
615 es ese momento esta reprimiendo afuera, que no se quiere permitir sentir.(78) Porque es  
616 que parte del grupo es eso, sensibilizarlos y sensibilizarme y darme cuanta de que tengo  
617 que dejar de ser el plástico aquel o la plástica, que no mas vivo porque mi papá me lo da  
618 todo, entonces yo le doy todo a mi hijo pero no le doy afecto, no le doy cariño, no le  
619 doy....(79)

620 A: ¿Si yo te pidiera un sinónimo de Grupo de Apoyo Existencial, cuál sería para ti ese  
621 sinónimo?

622 X: Grupo Espiritual.

623 A: Grupo Espiritual.

624 X: O grupo de Espiritualidad.(80)

625 A: Así como de pronto en tres palabras o en cinco palabras, ¿para qué te sirvió asistir al  
626 grupo de apoyo existencial?

627 X: El Grupo de Apoyo Existencial me sirvió para volver porque eso funciona.(81)

628 A: Bueno, muchísimas gracias por tu tiempo, por tu información, perdonaras los  
629 problemas técnicos. Muchas gracias.

630 X: ¿Por qué?, no, siempre a la orden y cuando necesites cualquier cuestión en que yo  
631 pueda colaborar, listo! Ahí estamos prestos, como dicen o.k.

*Entrevista en Profundidad*

*Primera Sesión- Asistente #2*

Entrevistado: Y

Entrevistador: A

A: Bueno, y cuéntame ¿cómo has estado?

Y: Muy bien y mejorando. Y tu ¿cómo vas?

A: Pues muy bien gracias, un poco ocupada pero bien.

Y: Pues que bueno, bueno cuéntame cómo es esto.

A: Pues mira. Como te conté por teléfono, la idea es que me colabores con la investigación que estoy haciendo para mi proyecto de grado de la universidad, ósea la tesis.

Y: ¿Y sobre qué es, de qué se trata?

A: Es acerca del Grupo de Apoyo Existencial que se hace aquí.

Y: Y yo cómo te puedo ayudar, pues con las entrevistas...?

A: La idea es que tu me cuentes desde tu experiencia, cómo fue o cómo es para ti asistir al grupo y que te ha aportado.

Y: Ya, ósea que hablaríamos únicamente de lo que se refiere al GAE?.

A: Si, eso sería.

Y: Entonces a ver si entendí. Lo que tu necesitas es que yo te cuente desde mi punto de vista y desde lo que he experimentado en estos años, como me ha parecido el GAE, a mí.?

A: Si, exactamente, es saber cómo lo has vivido y conocer si te ha dejado algún aporte.

Y: Bueno, pero es que son muchas cosas..., tu me vas a dar temas específicos o me vas a ir preguntando como para que yo pueda guiarme?

A: Bueno, no te puedo decir algo en específico, a la larga los temas van a ir saliendo a medida que tu me vayas hablando, aunque si tengo como una línea para irte preguntando ciertas cosas.

Y: Bueno, mucho mejor, porque yo me pongo a hablar y de pronto termino revolviendo todo.

A: Si, yo te voy preguntando, no te preocupes.

Y: Y mas o menos cuánto dura ésta entrevista?

A: Bueno, pues te puedo dar un tiempo aproximado de una hora. Te parece?

Y: Si claro perfecto.

A: Antes de empezar igual me gustaría contarte algunas cosas que me parece que debes saber.

Y: ¿Qué cosas?

A: Pues como ya te dije, lo que salga de estas entrevistas va a ser parte de mi tesis, si?

Y: Si.

A: Eso significa que la información que ahora yo estoy gravando la voy a transcribir para publicarla en mi tesis.

Y: Y todo aparece tal cual yo te lo voy diciendo, uich!

A: Pues no tan al pie de la letra además eso solo sucede si tu me autorizas a publicarlo.

Y: Pues si, por mi no hay ningún problema.

A: De todas maneras tu nombre no aparece, como tampoco el de otras personas que tal vez tu puedas nombrar durante la entrevista, eso es para asegurarte anonimato y confidencialidad.

Y: Hjmm.

A: Igual al final yo te voy a mostrar lo que haya transcrito, para que tu lo revises, lo leas bien y me digas si estas de acuerdo, o si quieres cambiar, quitar o poner algo mas. Ves?

Y: A pues listo, y eso cuando me lo dejarías ver?

A: Pues cuando ya haya terminado de traspasar todo al computador.

Y: Entonces tu me avisas, porque a mí si me gustaría ver eso, además porque no se, como para ver qué es lo que uno dice y cómo habla, me parece bacano.

A: Entonces estas de acuerdo?

Y: Si, no hay problema.

A: Bueno, me parece que es importante que tu sepas éstas cosas para poder continuar con la entrevista, no?

Y: Si, claro, siempre es bueno, y así se ve que de verdad es importante lo que estás haciendo y pues es rico poder hacer parte de eso.

A: Buenos entonces como te contaba la idea es hablar acerca del GAE y de cómo fue tu experiencia.

Y: Si listo, de una.

A: Bueno, cuéntame ¿Cuánto tiempo llevas tú asistiendo al GAE?

Y: Pues asistiendo al GAE aproximadamente unos tres años.

A: ¿Qué sería el Grupo de Apoyo Existencial para ti?

Y: Pues a ver, para mí el grupo es...., pues es un grupo que de alguna manera le aporta a uno como nuevas expectativas frente a la vida y a la forma en que uno puede, pues si, afrontar ciertas cosas que la vida le ofrece, dificultades, problemas, sufrimiento, ver que ante cualquier situación difícil hay varias opciones; conocer gente, conocer experiencias de los demás, cosas que de alguna manera ellos no han vivido, entonces uno como que uno se conecta con eso, cosas que uno no pues no ha vivido pero en algún momento

puede vivir, entonces es como tener eso presente, esas soluciones y esas formas de afrontamiento que las demás personas han utilizado y de alguna manera les han servido, entonces yo creo que eso es lo mas importante y eso es lo que mas le sirve. Además es un grupo que de alguna manera se conoce y si hay como una unión, hay muchas cosas en común, eso genera como un lazo fuerte como de amistad, y hay mucha sinceridad, no?, entonces yo creo que eso es como lo que mas me gusta del grupo.

A: ¿Qué sería lo más valioso que tiene el GAE?

Y: ¿Lo más valioso? Pues yo creo que lo mas valioso son los aportes, no?; pues lo mas valioso son las personas, pero igual lo que se trata ahí es lo que yo creo, es lo que conecta todo.

A: ¿De esas cosas que se tratan ahí, cuáles te han dejado una huella, te han calado más?

Y: Pues ahí se han tocado muchos temas que tienen que ver, con lo de..., si, la razón de las cosas. Que yo creo que es lo mas importante, uno muchas veces, o en el caso mío, me pasaba mucho que, que yo empezaba como a buscar explicaciones, y siempre como que desplazaba, si..., lo que tenia que hacer y como tenia que actuar frente a las circunstancias que me estaban pasando en las otras personas, yo no me apropiaba, siempre buscaba las cosas afuera, ahí aprende uno que, que todo eso esta es adentro, y que por estar haciendo de pronto lo que los demás decían de alguna manera fue que me metí en problemas, como que se genero cierta confusión en mi vida, entonces ahora no, ahora pues al igual uno escucha muchas cosas, muchas versiones y uno aplica la que uno crea la mas conveniente, uno escoge, que es lo mas importante.

A: De eso que tú escogiste, ¿qué escogiste que no tenias y que al escucharlo como que lo asumiste para tu vida y empezaste a actuar así?

Y: Yo creo que lo que mas me marco a mí, fue esto del cuento del sentido, el sentido de las cosas, si eso es lo que mas me marco y lo que mas me ha servido, ver que sufrir vale la pena, que listo, de alguna manera uno sufre, pero eso le puede aportar a uno algo bueno pues para mas adelante, no?; entonces si, yo creo que eso, relacionado con eso y relacionado con la parte de adicción.

A: ¿Cómo lo relacionas con esa parte?

Y: Pues a ver, de pronto..., si, como ver que uno tiene muchas dificultades y a la ves tiene muchas oportunidades, como canalizar todo eso, lo que uno antes hacia mal para hacer cosas buenas, cosas provechosas.

A: ¿Qué otros cambios a traído a tu vida asistir al Grupo de Apoyo Existencial, escuchar los relatos, compartir la opinión de las otras personas?

Y: Pues yo creo que...que se me olvido lo que iba a decir, jajaja, me bloqueé. Cómo es?, jajaja.

A: ¿Qué otros cambios a traído para tu vida o que pudiste aprender a partir de esos relatos que se hablan, de las opiniones de la gente?

Y: Ya. Sí, pues yo era muy reacio a esos grupos, a mi sinceramente no me gusta así compartir y entrar a grupos donde de alguna manera uno como que va a estar a la expectativa del que habla, del que no habla, normalmente cuando yo asistía a esos grupos yo creía que lo mas importante era hablar, y hablar, y hablar y hablar, y no, como que yo cuando entro ahí como que siento tranquilidad, como que me desconecto un poco de la realidad que estoy viviendo, para mi es un espacio de tranquilidad.

A: Y esa tranquilidad, ¿sigue después de que sales?

Y: Sí, normalmente si, la mayoría de las veces salgo relajado, otras salgo cuestionado, pero igual salgo bien; ósea, siempre que entro salgo bien, nunca he salido como crítico,

como preocupado, como peor, como decir, “huyy, no no paga entrar a un grupo de esos porque uno sale es peor o sale uno mal”

A: Me dices que llevas como tres años asistiendo, como que cambio has visto a través de esos tres años, cómo fue el primer año, y el segundo, y el tercero..., ¿Cómo ha sido eso, si ha evolucionado o...?

Y: Pues si, he tenido si una evolución frente a eso, pues si, a la forma de ver las cosas, tengo bastante tiempo que no participo, pero al igual cuando participo..., al igual como es un cíclico que normalmente vuelve y se repiten cosas que ya uno ha tratado, pero las vive uno de otra manera, entonces si, yo me siento muy bien frente a eso y he aprendido muchas cosas, ósea, lo que yo he visto y he escuchado ahí me ha servido, y en algunos momentos he aplicado cosas que he escuchado ahí.

A: ¿Qué cosas?

Y: Pues algo que me llama a mí mucho la atención es lo del sufrimiento, lo del optimismo trágico, temas así, lo de la responsabilidad, si, ya como que estoy asumiendo la responsabilidad de mi vida ya me estoy haciendo cargo de mis cosas, ya como que no soy tan dependiente de poder hacer las cosas si las demás personas me facilitan la forma o los medios, sino como de buscar por mi mismo lo que quiero, lo que quiero conseguir. La felicidad, todos esos cuentos, porque la felicidad para mi era disfrutar, pero ahora tiene como otro sentido, como disfrutar las cosas que siempre han estado ahí y siempre van a estar y que uno no veía, entonces todo eso es muy rico, y eso me genera a mí tranquilidad, todas esas cosas que he aprendido, todas esos conocimientos que tengo pues de los temas del GAE, y todo lo que tiene que ver con logoterapia, que es como la cabeza de ese cuento. Y muy rico.

A: ¿Tu alguna vez has asistido a una misión existencial?

Y: ¿A una misión existencial?, no.

A: ¿Ir a visitar a los niños?

Y: No, pero normalmente yo relaciono mucho eso con el diario vivir, al igual yo me encuentro con una persona que tiene necesidades así como fuertes, y de alguna manera pues eso me llega, y en la medida que pueda pues colaboro. Si?, normalmente hago eso?

A: ¿Y cómo te sientes colaborando, ayudando a la otra persona?

Y: Pues, ósea, ahí me confronto yo mucho, porque a veces me quejo por cosas que no valen la pena y son una bobada, pues relacionado con lo que están viviendo otras personas; yo a veces me quejo porque me toco comer arroz y frijoles, y muchas personas no tienen ni eso para comer. Yo tuve un cambio muy drástico y muy grande cuando empecé a conocer este cuento de la logoterapia y el GAE y todo eso.

A: ¿Como es qué cosas cambiaste, o sentiste el cambio?

Y: En todo lo que vivo yo como que lo interpreto, y yo le meto mucho la parte espiritual a mi vida.

A: ¿Qué sería eso de la parte espiritual, como meterle qué?

Y: Pues yo no se, aquí se habla mucho de que en la vida no son coincidencias sino que son Diosidencias, o cosas que Dios le pone a uno en la vida para que uno capte el mensaje y le de la interpretación; entonces yo frente a cualquier situación que me pasa, yo digo “no, esto es porque de pronto la vida o Dios quiere que yo haga, o reaccione de esta manera”, entonces ya no lo veo como “hay, siempre me pasa esto, como sufro”, sino que son cosas que me ponen para que yo evolucione o retroceda, o...pero haga algo. Ósea, yo la vida la veo a hora en un constante cambio, no como antes que era como plana, me levantaba y me acostaba y ni sabia que había hecho, ni que había pasado, ni..., todos los días prácticamente eran iguales, ahora no, me levanto y salgo la calle y

me encuentro con una persona que de pronto me dice algo, y yo “mira, esta persona por qué me dijo esto, y bacano, y eso debe tener un mensaje, y eso debe tener un sentido, y si me lo dijo fue por algo, si yo me encontré con una persona que estaba muy mal fue por algo, porque yo necesitaba confrontarme con esa situación, y ver que tengo que ponerme las pilas para estar bien, y ver la realidad, hay personas que sufren mucho”. Si.

A: ¿Eso te ha ayudado como a encontrarle mas fácil un sentido a tu vida?

Y: Si, si, yo creo que si. En algunos momentos me llevo a confundir, y digo: “miércoles, por qué tuve que conocer esto, por qué tuve que meterme en este cuento y tener tantas vainas”, porque en algunos momentos me siento como muy presionado.

A: ¿Presionado en qué sentido?

Y: Porque le hecho mucha cabeza a las cosas. Entonces cualquier suceso que pase empiezo: “bueno, y esto qué, será o esto, será por esto, será por esto?”.

A: ¿Y para qué tratas de buscarle el sentido?

Y: Pues no se, de pronto es para el querer saber el porque de las cosas y para hallarle la razón, de pronto para buscar cual es la mejor opción que debo elegir ante eso, entonces muchas veces me siento presionado, cualquier cosa, yo voy en el bus y se me siente una persona al lado y que empiece a preguntarme algo, yo digo: “por qué se tuvo que haber sentado esa persona, por qué no se sentó en otro lado, por qué se sentó al lado mío?”, entonces voy y el bus y me deja dos cuadras mas adelante “bueno, y porque no me dejo donde yo le pedí la parada, porque no me dejo..”, entonces, si me dejo adelante fue por algo, porque necesitaba tralalala, entonces me meto en eso...., a veces es rico, a veces me gusta, yo hasta me río, esa es la otra , que a veces me río de todo eso, como que lo disfruto y lo gozo y es hasta bacano, y si, como que me mantengo ocupado en algo, como que me distraigo ya a veces es pues hasta bueno, porque antes yo era como vacío,

pasaban cosas y yo..., si?, podían pasar cosas al lado mío y yo era indiferente, mientras que ahora me involucro mas, entonces eso es rico, es rico, a mí me gusta eso, como tener algo en que ocuparse, como pertenecer a algo y estar metido en algo. Entonces normalmente si, eso sucede en ciertos momentos, pero yo en todo momento estoy mirando las cosas, como dándoles la interpretación de lo que es la logoterapia y el sentido, y la energía y el universo.

A: ¿Y eso, como qué te da?

Y: Pues no se, de pronto como..., pues sinceramente yo muchas veces no percibo cual es el beneficio, lo que recibo de eso, pero lo que yo a veces lo que palpo de eso es como una tranquilidad, me siento muy bien de poder como analizar esas cosas, a veces me siento inteligente, yo soy capaz e analizar esas cosas, yo veo cosas que los demás no ven, y yo si interpreto la vida y si le encontré sentido, y si pasa esto es por alguna razón, y eso me hace sentir muy bien, si?, como importante, de alguna manera como que controlo muchas cosas de mi vida, como que tengo claridad en muchas cosas, entonces si, me siento como fuerte, como fortalecido por esa parte.

A: Toda esa fortaleza y todo eso que has aprendido, ya en lo que ha sido tu recuperación, cómo ha...,¿qué papel ha jugado en tu recuperación?

Y: Uyyy, yo creo que muy importante, muy importante porque yo antes había hecho otro proceso, pero al igual..., yo si, ósea, seguí, conocí ciertas cosas y cambié ciertas cosas, pero al igual como al igual, no se si se puede hablar de esencia o de algo así que lleve uno por dentro de.., si, de relacionarse con el contexto no existía, ahora si, si?, antes era yo, si? una persona..., deje de consumir, pero lo que se llama aprender a vivir y disfrutar no, si?, como que a mí me daba lo mismo estar bien que estar mal, porque como que no.., si? no disfrutaba hacer ciertas cosas, y lo hacia porque de pronto era una

norma que me mandaba la sociedad, pero no porque realmente a mi me nacía, entonces hacia las cosas por cumplir, por cumplirle a alguien, pero entonces no había satisfacción, de pronto a veces me generaba mas crisis, más conflictos, un choque de por qué tengo que hacer algo que no me gusta?, y como que siempre estaba obligado y siempre tenia que responder a algo, entonces ahora no, ahora yo me siento con mas libertad, yo respondo de acuerdo a lo que yo quiera responder, ahora no me preocupa tanto lo que digan los demás, lo que me preocupa es estar bien conmigo mismo, entonces eso me da tranquilidad, ahora me siento mas libre de actuar, siento que soy persona, que ya no soy como antes que manejan, de alguna manera siempre voy a estar pues influenciado de algo, pero me siento mejor ahora que puedo manejar esas cosas.

A: ¿Me decías ahora que esa relación con el contexto cambió, cómo cambió, en qué cambió?

Y: Pues..., cómo cambió?..., pues yo creo que si, eso cambió muchísimo, muchísimo, porque no se, yo como persona me siento otro, por ejemplo yo antes no estaría en este momento hablando contigo, seria por qué, para qué, digamos ahora yo le estoy haciendo una interpretación a ésta reunión, entonces yo digo no, si estamos hablando es porque se presentó la situación, porque tu de pronto de alguna manera necesitas algo, ahora a mi me sirve mucho hablar contigo, recordar algunas cosas, eso va a ayudar a muchas personas, va a contribuir a esto..., entonces yo veo que es por eso, entonces si, yo ahora vivo bien, vivo bien y vivo tranquilo.

A: ¿A qué atribuyes eso?

Y: Pues en parte a éste cuento, esto me ha servido mucho, si, a lo que he aprendido acá, a la logoterapia, todos los grupos que manejan, y no se, también se lo atribuyo a un poder superior, a una persona que de alguna manera me dijo, “acá le voy a mandar esto,

usted verá si lo aprovecha o no”, como que yo dije, si, esta vez si lo estoy aprovechando, entonces como que siempre tengo a la persona que me esta mostrando cosas, “ahí le mando eso, escoja a ver”, y de alguna manera si, si..., ya como que hay una manera de vivir y de afrontar las cosas como distinta a la anterior, entonces ya si, listo, hay una situación y yo escojo el camino que no es, igual voy a sufrir y voy a pasar cosas fuertes, pero igual tengo la capacidad y me agarro de esto para saber superarlas y para saber enfrentarlas, entonces ya a mí ya las dificultades no son una caída al vacío, sino como lo que son, como algo que diste un tropezón y se levantó y avanzó un poco.

A: Ya no te quedas pensando en lo malo, sino que ya puedes ver...¿qué?

Y: Otra cosa, a mi también me sirvió mucho con la dependencia.

A: ¿Cómo, en qué forma?

Y: Porque yo antes dependía de muchas cosas para estar bien, frente a situaciones yo dependía e cosas, frente a situaciones yo dependía de cosas, cuando algo no me salía yo tenía que recurrir a algo, pues para superar eso y sentirme mejor, pero ahora no, ahora como que me siento mas libre, listo, me pasó algo, pero igual yo se que hay una opción, y eso está es aquí dentro, no está afuera, yo me abrí mas las personas, comparto mas, comunico mas, como que me gusta hablar mas, y me gusta compartir mucho la experiencia lo que yo he aprendido y eso me enriquece, ósea, le encuentro sentido a eso y eso me hace sentir bien, se me presento de pronto la vocación de poder ayudar, y eso para mi es fundamental y eso a mí me hace sentir una persona que vale mucho, y en parte se me ha metido en la cabeza de que si yo conocí esto es porque de pronto tengo una misión de poder contribuirle a los demás lo que yo se; entonces cuando se acercan a mi “que vea, que esto, que estoy sufriendo, que se me acabó la vida, que esto...”, entonces yo empiezo a comentarles, “no pero vea, las cosas son así, pa, pa”, como que

una luz, como una claridad encuentran frente a lo que uno les dice y de alguna manera después llegan y dicen: “huyy si, bien, lo que usted me dijo muy bacano y me siento mejor, usted es un bacán”, entonces uno como que uyy, entonces me encarreté en eso, y en eso es en lo que ando mas o menos, pues aportando y mirando a ver que puede uno cada día aprender más.

A: ¿Si tu nunca hubieras conocido el Grupo de Apoyo Existencial, crees que sería igual a lo que me estas contando ahora, o...?

Y: Yo creo que no, yo creo que no porque como te dije antes yo ya tuve la oportunidad de hacer algo relacionado frente a mi adicción, pero como que no, si?, no me marcó, ni tuvo un impacto fuerte en mi, porque al igual ,listo! Termine el proceso, salí y como que estaba en lo mismo, haciendo las mismas cosas, viviendo la vida igual, pero sin consumir. Entonces como que no..., y ahora si, ahora si hay un cambio, percibo la vida de una manera diferente, yo disfruto, yo gozo mucho.

A: ¿Cómo vez la vida ahora?

Y: Como una serie de oportunidades, ya no veo la vida de dificultades, sino la vida de oportunidades, de cosas buenas, de que si me muevo consigo lo que quiero, de que estoy vivo, si?, tengo contacto con todo, me sensibilice bastante, ahora todo lo que sucede de alguna manera está involucrado conmigo, y estoy metido, ahora estoy metido en el cuento, antes me creía una persona aparte, estaba ahí en el montón, pero ahí andaba en mi cuento, y nada, todo el mundo así alejado, ósea eso era mío, y no permitía que nadie se metiera, ni nadie se involucrara, entonces me sentía como excluido, me excluía yo mismo de las demás cosas, ahora no, talvez me siento que pertenezco a algo y que recibo muchas cosas y doy muchas cosas, entonces si, yo creo que eso es muy significativo para mi.

A: ¿Tu crees que sería lo mismo sentarse uno solo a leer esos cuentos y esas frases y tratar de analizarlos que estar en medio del grupo, compartiendo con las demás personas?

Y: No

A: ¿Por qué?

Y: No, para nada, porque yo creo que lo que mas le enriquece a uno es la experiencia de los demás, y el interactuar, el percibir, el sentir uno digamos el dolor que esta viviendo la otra persona en el momento de hablar o la alegría, o lo que este viviendo, pero estar viviendo como la energía que se genera ahí.

A: Ese poder sentir el sentir de los demás, ¿qué te da?

Y: Pues eso me da mucho, ósea, yo me conecto mucho con eso, y me da pues es dependiendo de la situación no?, según lo que este viviendo la otra persona y de lo que este hablando, me puede de pronto dar a mi mucha fortaleza y muchas ganas para seguir luchando. Yo a pesar de que tengo conocimiento de muchas cosas, hay días que tengo dificultades, que llego a un grupo mal, entonces lo que irradian las otras personas, de alguna manera me ayuda como a decir: “yo qué estoy haciendo, yo porqué estoy en ese estado?, si puedo estar bien, si vea, hay personas que viven cosas mas fuertes que lo que yo estoy viviendo y están bien, y al menos se le ven las ganas de salir adelante y de luchar, yo porqué me voy a dar por vencido?, entonces si, es muy rico, se siente que uno vale como persona, que uno es escuchado, se da como mucho afecto, mucho cariño, mucha hermandad y mucha unión, entonces eso lo hace sentir a uno que si, que uno vale y que uno es importante para alguien.

A: Si llega una persona y te dijera:”yo cómo para que debería ir al grupo de apoyo existencial?”, ¿tu qué le dirías?

Y: Pues primero para que se de la oportunidad de ver la vida de una manera diferente, si?, que se de la oportunidad de interactuar y de conocer, de que lo escuchen sin que lo juzguen, de que pueda hablar libremente de lo que piensa, lo que el sienta, la forma como él ve la vida. Lo que me gusta del grupo es que no hay controversia y todo lo que uno dice es válido.

A: ¿Por qué crees que no se permite la controversia?

Y: Porque..., a ver, uno habla desde la experiencia y desde la forma como uno ve e interpreta las cosas y cada uno tiene una interpretación de su realidad de una manera distinta, a veces para mi lo que es bueno, para ti puede ser malo por ejemplo, entonces si entra uno ahí nunca va a llegar uno a nada, al igual no hay una realidad absoluta, todo tiene validez en esta vida, así se este equivocado frente a algunas normas o parámetros que maneja la sociedad, pero esta hablando es él desde su realidad, entonces no le puede uno decir: “no, es que usted no tiene la razón”, entonces es ahí donde se presenta como el choque, entonces la gente:”no, pero para que voy yo haya, para que me regañen, para que me digan lo que tengo que hacer y blablabla”, entonces no hay choque y la gente se siente como acogida, escuchada, comprendida, y de alguna manera la misma persona si esta hablando algo que es equivocado, o que tiene una forma de ver las cosas de una manera como distinta de lo que piensan cuatro o cinco, entonces él se va a empezar a cuestionar y va a decir:”no, pues yo opino esto, pero quince o veinte opinan lo contrario, entonces será que si estoy equivocado?”, entonces como que le queda como, como la espina ahí de que si, y empieza como a regularse, como a cambiar cosas.

A: ¿Alguna vez te pasó eso?

Y: ¡Claro!, si, claro, yo muchas veces tenía un pensado de ciertas cosas. Para mi la felicidad eso era algo, inventado, entonces yo escuchando a los demás..., y a mi me

pasaba en grupos, entonces un grupo alguien decía algo y a mi me daba como rabia, entonces yo buscaba como la forma de la versión que la persona dijo, cambiársela, y como hacerlo sentir de que estaba equivocado, que lo que él decía era puras bobadas, cosas sin sentido, entonces yo después decía: "no, pues que, yo a qué juego?", si?, entonces si eso es un cuento todo raro, uno mismo..., uno mismo..., eso es lo bueno también del grupo, uno mismo dice: "uyy si, esto es así, esto es así", sin que nadie le este diciendo: "vea, cambie esto, haga esto", que eso es lo feo y eso es lo que muchas veces a uno no le gusta, que llegue otra persona y se meta en la vida de uno, que ni sabe lo que uno esta viviendo, a decirle: "usted necesita cambiar esto, usted esta equivocado en esto", entonces es como uno mismo, como adentrarse en lo que uno vive y mirar, mirar que le conviene y que no le conviene y empezar a desechar, le sirve a uno también para desechar pensamientos y creencias que al final son como que se aprendió uno en lo que ha vivido de vida y uno piensa que eso es lo que vale.

A: ¿Como por ejemplo?

Y: Por ejemplo..., pues yo pensaba que para mi lo mas importante era el tener, que mientras yo tuviera cosas tenia personas a mi alrededor, mientras yo tuviera plata podía tener el control de muchas cosas y como dicen prácticamente, si?: "el que tiene plata marranea y chalequea", entonces no, yo vivía mucho en ese ambiente, y para mi lo mas importante era eso, cuando uno tenia plata tenía amigos, tenia personas a mi alrededor, pero cuando no tenia entonces ahí comenzaba mi necesidad de tener mas y de siempre tener para nunca tener que vivir el rechazo o cosas así, ahora no, ahora si yo tengo plata o no tengo plata y alguien quiere estar al lado, listo! Rico, si no quiere estar no hay ningún problema, si?, como ver como con claridad, de alguna manera yo pienso que tenía como los ojos vendados, y aplicar ahora toda, toda, toda la información que yo he

recibido pues todos los años que llevo viviendo, y aquí no, aquí como que estoy experimentando cosas nuevas, si?, como el poder compartir con una persona y hablar de cosas, no se?, importantes para ella e importantes para mi, sin pensar que me vayan a decir:”que tal este man dándole importancia a esa bobadas”, si?, entonces eso es lo que yo veo, que como que lo ubican a uno y lo posicionan como persona, no? como que es uno y lo importante es uno, y pues piensen lo que piensen los demás uno debe mirar es qué es bueno para uno, pues tampoco irse a los extremos y pensar solo en lo que es bueno para uno y hacerle daño a los demás porque eso también pues de alguna manera si lo afecta, a mí me afecta mucho eso, entonces yo ahora pienso primero en mi, pero también pienso en las consecuencias que pueda acarrear lo que yo hago en los demás, entonces como que si, como que hay un equilibrio. Entonces vivo yo tranquilo y no siento culpa de de pronto hacerle daño a los demás.

A: ¿Qué importancia le das tu a esas otras cosas digamos como anexas al Grupo de Apoyo Existencial, que la ronda de manos, la ronda de abrazos, el himno, la oración de la serenidad, porque crees tu que esta esto también sumado a los cuentos y las frases que se tratan en el grupo?

Y: Yo creo que todo eso es importantísimo, porque todo eso va muy conectado; por ejemplo el grupo lo inician con una presentación para romper un poco con “bueno y ese quien es, y ese quien es?”, si?, al igual eso le sirve a uno para sentir que uno pertenece a algo, por el solo hecho de uno venir uno ya hace parte, entonces de alguna manera como que eso lo posiciona a uno, el himno de alguna manera lo sensibiliza a uno, el escuchar el himno pues de alguna manera hace..., tiene un mensaje fuerte y muy directo, mas que todo a las personas que hemos consumido, de alguna manera nos toca mas, entonces ya ahí entra uno como desarmado, ya entra uno como con mas disposición, como mas

tranquilo y la ronda de manos si es como ya, como sentir uno la otra persona, eso es muy rico que otra persona le coloque a uno la mano y le diga “no, yo a usted lo aprecio y es importante y usted vale”, es como una especie de reconocimiento y como un apoyo, que en cualquier momento mi mano va a estar ahí para apoyar cuando lo necesite, si?, cosas así bonitas que lo llenan a uno mucho y son muy significativas, normalmente yo no hacia eso ni con mi familia, yo me daba abrazos con mi familia los treinta y unos de diciembre imagínese, entonces esperar un año para sentir eso?..., entonces como que esa dinámica es muy rica y la gente le gusta mucho y disfruta mucho, uno abraza a otra persona fuerte o suave, de alguna manera uno siente, uno siente muchas cosas que de pronto no se, no puede uno describir, pero le da a alegría, le da a uno emoción, se siente uno querido y que uno es importante y de alguna manera eso para la autoestima le sirve a uno muchísimo. A mi me llama la atención que llegan personas nuevas, algunos son como tímidos y como que se saludan entre los que se conocen, y ven la dinámica de los otros y “quiubo y ha, he” y hablando y riéndose y como todos enérgicos, entonces de alguna manera la gente se involucra, o uno toma la iniciativa y va y abraza a una persona que hasta ahora ve y “rico que este aquí y tal, bacano que siga viniendo y tal”, empieza uno como a interactuar y como a relacionarse, y eso es muy bueno, como socialización es muy bueno porque como que se empieza uno a quitar como las prevenciones que tenia uno hacia la demás gente y a mí me ha servido mucho eso para socializarme, para ser uno mas afectuoso, para poder expresar lo que uno sienta, entonces todo eso, eso es como un conjunto de cosas que si, se fusionan para generar algo.

A: ¿Tú a quién le recomendarías que asistiera al Grupo de Apoyo Existencial, a qué tipo de personas?

Y: Pues esa pregunta es muy importante, y que éste grupo aquí es abierto. A principio yo dije GAE, cuando estaba conociendo este cuento y la carreta de la logoterapia y no que “eso es un grupo abierto al que pueden asistir personas al igual que no tengan problemas de adicción, no se va a hablar de drogas”, y yo huy no “y cómo vamos a estar nosotros que consumimos con gente de afuera”, entonces como que había cierta prevención, pero al igual no, ósea, los temas que se tocan ahí son mas que todo de la realidad, “no de ¿qué consumía, cómo, cuando, dónde, con quién?”, mejor dicho no esta enfocado en la droga ni en el consumo sino en lo que uno vive y yo creo que eso es importante, y a cualquier persona le serviría, tenga problemas..., es que así no tenga problemas, es que creo que la mejor parte del grupo es ver que no hay ninguna persona que no tenga problemas, todos tenemos problemas pero a algunos los marca mas que a otros, entonces una persona que tenga buena capacidad de afrontar los problemas le serviría porque le aportaría a los demás y se conocería a ella ciertas cosas, no?; uno viene y uno escucha y como que se revisa por ahí bien adentro de uno y se da cuenta de muchas cosas que de alguna manera uno había dicho: “uyyy!, yo soy así, yo tengo esto, y yo viví esto y a mi me paso eso”, entonces si, eso es lo que hace que el grupo sea como tan bueno y como tan productivo, y aquí han venido muchas personas, que le sirve de pronto mas a las personas que tienen como baja tolerancia frente a la dificultad y a las crisis, por los temas que se tocan, como para que vean una esperanza y empiecen a ver que sí se puede, como para sentir un apoyo de los demás, compartir así como ameno, si?, a todos, uno se enriquece, uno se enriquece mucho.

A: ¿Cuáles dirías tú que son como los tres aportes principales del GAE para tu vida, o que tu le podría decir las personas “mire esto es para tal, tal y tal”?

Y: Yo pienso que para encontrarle sentido a la vida, eso es lo mas importante, a todo lo que uno haga; de ahí parte que si le encuentra uno sentido a la vida aprende a vivir bien y lo otro es como para conocerse, para conocerse uno, si?, cómo es realmente, cómo afronta uno las cosas, si?, como un conocimiento y para uno ubicarse en la realidad, para uno no sentirse solo, porque uno muchas veces cree que uno se siente solo y uno es el que mas sufre y uno es el pobrecito de la película y no, hay personas iguales y peores que uno. Entonces es como eso, para ubicarse uno, para sensibilizarse también.

A: ¿Todo eso como para qué serviría, conocerse, conocer al resto del mundo?

Y: Yo creo que para aprender a vivir, para ser feliz..., si, para ser feliz y si uno no es feliz al menos es tranquilo y vive bien , pero vivir bien no es tener y comodidades y eso, sino vivir uno bien, aceptarse uno como es y reconocerse y entender como la realidad de lo que uno vive, con esto le da uno mucha interpretación a lo que uno vive, entonces de alguna manera ya conoce uno ciertas cosas, entonces ya tiene uno tranquilidad y para tener como herramientas, no?

A: ¿Como qué herramientas?

Y: Pues..., herramientas como humildad, como responsabilidad, tolerancia, ser uno afectivo, amoroso, cariñoso, si?, como rescatar todos esos valores y que ya no sean como un tabú, como que “uno de hombre no puede mostrar afecto, no puede llorar, no puede abrazar a alguien”, si?, entonces uno se sensibiliza mucho, empieza uno como ha actuar como uno es realmente, eso es lo importante actuar como uno es y actuar bien, claro, hacer las cosas como debe ser, entonces ya tiene uno como ese grado de conciencia, como que se despeja uno, otra cosa es como para reconocer que hay alguien que esta en algún lugar que de alguna manera pues está como pendiente de uno y le da cosas y oportunidades para que pues uno las aproveche o las desaproveche, porque hay

una persona que tiene el control de todo, pero que le suelta ese control a uno, entonces ahí es donde uno tiene que, como que prepararse. A mí me ha servido eso mucho para, para de alguna manera autorregularme frente a ciertas cosas.

A: ¿Cómo en qué?

Y: Yo muchas veces siento las ganas, la necesidad de hacer algo pero sé que eso es mal, esta mal hecho, que me va a traer consecuencias a mí y a los demás, entonces no lo hago. Yo muchas veces siento las ganas de ofender a alguien, pero de alguna manera lo pienso antes de hacerlo, ya no actúo como antes, antes era como más primario, como más de impulso, ya no, ahora yo sé que si hago esto me puedo hacer daño, como en el caso de ponerme a consumir, de ponerme a tomar..., me voy a hacer daño y le voy a hacer daño a las personas que están a mi alrededor, entonces no lo hago, sí?. Como sé que si tengo un trabajo debo responder y debo cumplir, que si no cumplo va a pasar esto, y que lo que yo haga me va a traer consecuencias y después no tengo porque lamentarme, de por qué paso esto; ahora mido consecuencias, antes no, antes hacía esto, cualquier acción y no me importaba si al otro día podía pasar esto y esto , ahora no, ahora yo digo..., pienso en un futuro, antes vivía solo el presente, no más, ahora pienso en un futuro y en como lo que yo estoy haciendo ahora contribuye mucho para el futuro que yo quiera tener, entonces eso también yo creo que es muy importante para uno y para todo el mundo, porque uno actúa y vive es el momento, y tampoco, tampoco..., uno debe disfrutar del momento y del instante, eso sí, si se pone uno en un futuro uno no disfruta, pero si tiene uno que medir consecuencias, el presente que estamos viviendo hoy y lo que vamos a vivir mañana está muy conectado, entonces sí, eso es muy rico, me ha servido mucho, yo me siento muy satisfecho y de alguna manera feliz, no?. Y también lo del poder superior, yo le doy gracias a Dios, usted me metió donde era, yo

necesitaba vivir esto para de alguna manera empezar a vivir cosas buenas en mi vida. Eso es lo que mas me ha marcado y al igual yo veo que eso también ha influenciado a muchas personas en la forma de vivir, desde que inician esto hasta el momento en el que están.

A: ¿Como qué cambios has visto?

Y: Pues aquí las personas llegan y llegan como muy reacias, como que no creen, no creen ni en ellas, ni en lo que los demás les dicen, entonces ya después salen y como que salen mas concientes de ciertas cosas, hay como mas conscientización, y salen como fortalecidos , uno ve las personas y salen como contentas, como alegres, como con fuerzas ; y a veces alguien que le llega algo y dice:”uyy si, voy a hacer eso”, y después vuelven y dicen:”uyy, hice eso y me fue bien”, o “hice esto y no me fue bien pero listo, voy a intentar otra cosa, no me voy a dar por vencido”. Entonces si, como que se despierta uno, no?, y ya se da cuenta uno que hay es que actuar, acciones, no tanta carreta, ni vainas, nada de lo que uno está acostumbrado, uno sabe muchas cosas pero no las aplica, entonces ahí es cuando empieza uno: “pero por qué no me sale si yo se que esto y esto y esto?”, pero si no hago nada. Entonces es como un cofrecito con cosas bonitas por dentro pero, pero para que si nadie lo ve y uno no aprovecha todo lo que tiene por dentro. Entonces si, es muy, muy enriquecedor, y digamos partiendo de esto ya le voy a dar la interpretación, jajaja, logoterapéutica, de pronto esto..., yo últimamente no he vuelto a asistir, pero hablando de esto como que reviví muchas cosas y en estos momentos tengo como muchas ganas y se me despertó como un sentimiento de volver a participar en ese grupo porque es muy rico, ya de alguna manera como que ya me había alejado, pero ya nuevamente me doy cuenta de que es una parte importante y es muy

rico como tener todo eso presente y estar uno como en ese contacto, en esa situación entonces si ves que todo tiene un motivo?, jajaja.

A: Bueno, ya para terminar, ¿cuál sería el sinónimo que le darías al GAE?

Y: ¿Al GAE?..., esperanza.

A: Bueno....

Y: Una luz de esperanza.

A: Muchísimas gracias.

Y: A ti.

A: ¿No se si me quieras decir algo mas?

Y: No pues te agradezco mucho esta oportunidad que me has brindado, si, muy rico, muy rico. Normalmente yo para esto soy como muy apático, pero desde que tu me comentaste que era relacionado con esto, como que “bacano, bacano tener ese espacio”, y bacano, y a medida que se va metiendo uno en esto..., al principio tenia como, como cierta prevención, pero no, ya después de que se mete uno ya..., eso le sirve mucho a uno para esto, para poder interactuar. Yo antes, si?, antes de haber conocido esto yo no hubiera sido capaz e sentarme con una muchacha tan bonita así frente a mi, jajajaja. Si, si ves cómo me ha servido?, el grupo es bueno, jajaja. Y además algo que se olvido tocar es lo del grito, el grito “vuelvan que esto funciona”, eso es algo muy significativo.

A: ¿Por qué?

Y: Porque, ósea, que si tiene un sentido, si vale la pena asistir ahí, que uno va ahí y no pierde el tiempo, no pasa como en esos congresos y toda esa gente que va a capacitaciones y “Cómo ser el mejor novio” y “Cómo ser el mejor padre”, y van y les botan un poco de carreta y blablabla, y salen y se les olvida mucho de lo que les dijeron, esto es como mas, mas vivencial y llega más, entonces que le digan a uno “vuelvan que

esto funciona” termina el grupo y uno ya tiene ganas de volver y ya todo lo que uno oye en el grupo, sale y como a aplicarlo, y ha hacer acciones, entonces ahí es donde se ven los resultados. Entonces viene uno un viernes y vive uno cosas, dice cosas, escucha cosas, sale y durante la semana vive situaciones, aplica lo que escuchó, lo que uno sabe, se hace como una fusión de sacar cosas buenas y empieza uno a ver como resultados, entonces dice uno:”si, esto funciona”, entonces pum!, vuelve el otro día, entonces eso es lo bueno, que uno empieza a ver con hechos concretos que si dan resultados y que no perdió el tiempo, entonces es bueno. No se si tu me quieras decir algo?, jajajaja.

A: Muchísimas gracias por tus aportes.

Y: De nada.

A: Gracias.

Y: No, a ti.

A: Bueno, pues por ahora dejamos así, y para cuando me podrías dar otra cita para un segundo encuentro?

Y: Necesitas volver a entrevistarme? Para qué?

A: Pues primero voy a revisar y a transcribir lo que hablamos hoy y yo te llamo para concretar la próxima entrevista, te parece?

Y: Pero yo ya te dije todo, para que mas entrevistas?

A: Bueno, pues no me gustaría que quedara información volando, o que de pronto haya algo mas que me puedas contar, entonces por eso déjame yo reviso la entrevista y hablamos.

Y: Bueno, entonces me avisas.

A: Bueno, muchas gracias de nuevo.

*Segunda Sesión*

A: Primero que todo, muchas gracias por venir.

Y: No, no hay porque, tu sabes que en la medida que yo pueda pues te ayudo.

A: Si, muchas gracias. Entonces bueno, pues como te comenté por teléfono hay algunas cosas de las cuales me gustaría que habláramos en ésta ocasión que también están relacionadas con el GAE.

Y: Bueno, y ¿como qué sería?

A: Bueno, son solo algunas cosas...por ejemplo, tu sabes que entre los objetivos del grupo está el hacer que las personas logren tomar distancia de sus síntomas, verdad?

Y: Si, eso lo he leído varias veces.

A: Bueno, y tu qué opinas?

Y: Pues yo creo que si, porque como te decía la vez pasada que hablamos, yo te decía que en el grupo no se habla de cosas relacionadas directamente con la vida de consumo, nadie habla de dónde, cómo, cuánto o con quien consumía, sino que los temas que se trabajan son muy diferentes, son como cosas que van mucho mas allá, entonces uno no tiene ni ganas de pensar en eso.

A: Es así desde el principio?

Y: Bueno, no, es que no se...mira. A ver, al principio pues si es como diferente, porque uno esta es pensando es en otras cosas y como el grupo lo hacen los viernes que uno ya lo relacionaba era con rumba y ese cuento, pues es como raro que llegué el viernes y uno no pueda salir sino que le toca quedarse ahí y escuchar uno cuentos y eso. Pero ya con el tiempo uno va viendo cómo es y le va dando un sentido, y lo disfruta.

A: Con el tiempo...

Y: Pues si, con el tiempo uno empieza a verlo diferente, ya uno le pone atención a los cuentos y a lo que dice la gente en vez de estar pensando en la calle, entonces uno ya participa mas y empieza a disfrutar el grupo.

A: Tu disfrutas los grupos del GAE?

Y: Huy si, yo ahora me los gozo, y ya son como parte de mis viernes, como del fin de semana, además porque como que uno encuentra tranquilidad, que es lo que ya te había contado la otra vez.

A: ¿En un futuro, cómo crees que recordarás el GAE?

Y: En el futuro.... Pues yo creo que lo recordaría como una luz de esperanza que un día como que ilumino el camino que yo tenía que recorrer para algo, y donde uno aprende de uno mismo y de los demás a ser feliz, a superar obstáculos y no se..., como conocerse uno mismo.

A: La vez pasada me decías que no has asistido a misiones existenciales de ir a visitar personas, verdad?

Y: No.

A: Pero has estado en los aniversarios que celebran aquí, verdad?

Y: Si en eso si he estado.

A: ¿Y qué mensaje te deja asistir a esos aniversarios?

Y: Pues es como ver que si se puede, como que a veces uno piensa que no, que no tanta cosa, que esto, y llega uno y ver como está esa persona de bien, de ver lo contenta que ésta, las personas que lo rodean, entonces eso como que lo conmueve a uno y hace que como que le salgan fuerzas y hace ver la vida con mas ganas como de luchar. Eso es lo que me deja, y pues alegría, por el o ella y por uno, de saber que uno también puede lograrlo.

A: ¿Cambió tu forma de afrontar la vida?

Y: Pues de pronto como en darme cuenta que sí soy responsable de todo lo que me pase. Antes yo no lo veía así, decía: “es que a mí me pasa esto porque tal y tal, o porque alguien tuvo que ver, o porque...”, siempre buscando a alguien responsable de las cosas, pero ahorita yo se que yo soy el responsable, que donde yo este es porque yo quise llegar ahí o porque no hice nada para no llegar ahí. Como que ya soy conciente de eso, como que las cosas no van a llegar porque si, sino que uno tiene que buscarlas y que no todo es siempre bien, súper bonito y que no debe ser así, pero uno tiene que tener los problemas pero saberlos resolver, no esperar que todo llegue perfecto y uno esté feliz todo el día.

A: Ahora te es más fácil sobrellevar las dificultades?

Y: Si, y por lo que te decía la otra ves, yo ya he aprendido a ver el sufrimiento de una manera distinta, entonces es lo que te decía, ahora vivo eso con optimismo trágico. Es que la vez pasada que hablamos te conté varias cosas, y ya como que hoy no se que mas decirte.

A: No, no te preocupes, igual como te dije al principio era como para mirar cosas y recoger. La idea no es tampoco que te sientas que hay que hablar de algo, no, así esta bien.

Y: Pues bueno, entonces dime que otra cosa quisieras hablar.

A: No pues dime tu si hay algo mas que me quisieras compartir, algo de tu experiencia viviendo el grupo?

Y: No pues el otro día que hablamos me quedé como devolviendo la película ver si me pasaba eso que siempre uno al final se acuerda de algo que no dijo, pero no, como que pensaba y pensaba y si, lo que te dije es como un resumen de todo lo que he vivido y he aprendido en el GAE, lo que pasa es que al hablarlo es muy difícil contar todo, porque la

mayoría de lo que se vive es muy..., pues si muy de vivencia, como que entonces es muy difícil pasar lo que uno siente a palabras, si?

A: Y si en vez de buscar una palabra, osea un adjetivo o verbo o algo así , trataras de hacer como una analogía, no se con otra cosa un objeto un animal, no se...

Y: Del grupo?

A: No, mas bien de ti, de tu interior, de tu espíritu, tus pensamientos...

Y: Es que es complicado.... Pero no se, lo primero que se ocurre es compararlo con las mariposas, que primero son un gusano y luego ya vuelan. Es como eso, como que al principio uno llega así como apenas un gusano, que no sabe ni lo que es, ni a dónde quiere llegar y termina transformándose y volando alto y lleno a donde uno quiera, es como algo así.

A: Pues lo haces ver muy bonito.

Y: Jajajaja, si es que me inspiré, jajaja. No, pero en serio, es como eso.

A: Bueno, pues me parece que esa es una analogía muy bonita que nos queda como un cierre perfecto para esas entrevistas.

Y: Si, yo creo que después de eso ya no hay nada mas que te podría decir, es que lo mejor es vivirlo y ya.

A: Pues entonces muchísimas gracias, y espero que continúes volando muy alto.

Y: Jajaja, bueno, no gracias a ti, y gracias por tenerme en cuenta, y pues ya sabes para la próxima no es sino que me llames y ya.

A: Bueno, muchas gracias.

*Entrevista en Profundidad*

*Primera Sesión- Asistente #2*

Entrevistado: Y

Entrevistador: A

- 1 A: Bueno, y cuéntame ¿cómo has estado?
- 2 Y: Muy bien y mejorando. Y tu ¿cómo vas?
- 3 A: Pues muy bien gracias, un poco ocupada pero bien.
- 4 Y: Pues que bueno, bueno cuéntame cómo es esto. (1)
- 5 A: Pues mira. Cómo te conté por teléfono, la idea es que me colabores con la
- 6 investigación que estoy haciendo para mi proyecto de grado de la universidad, ósea la
- 7 tesis.
- 8 Y: ¿Y sobre qué es, de qué se trata?
- 9 A: Es acerca del Grupo de Apoyo Existencial que se hace aquí.
- 10 Y: Y yo cómo te puedo ayudar, pues con las entrevistas...?
- 11 A: La idea es que tu me cuentes desde tu experiencia, cómo fue o cómo es para ti asistir
- 12 al grupo y que te ha aportado.
- 13 Y: Ya, ósea que hablaríamos únicamente de lo que se refiere al GAE?.
- 14 A: Si, eso sería. (2)
- 15 Y: Entonces a ver si entendí. Lo que tu necesitas en que yo te cuente desde mi punto de
- 16 vista y desde lo que he experimentado en estos años, como me ha parecido el GAE, a
- 17 mí.?
- 18 A: Si, exactamente, es saber cómo lo has vivido y conocer si te ha dejado algún aporte.

19 Y: Bueno, pero es que son muchas cosas..., tu me vas a dar temas específicos o me vas a  
20 ir preguntando como para que yo pueda guiarme?

21 A: Bueno, no te puedo decir algo en específico, a la larga los temas van a ir saliendo a  
22 medida que tu me vayas hablando, aunque si tengo como una línea para irte preguntando  
23 ciertas cosas.

24 Y: Bueno, mucho mejor, porque yo me pongo a hablar y de pronto termino revolviendo  
25 todo.

26 A: Si, yo te voy preguntando, no te preocupes. (3)

27 Y: Y mas o menos cuánto dura ésta entrevista?

28 A: Bueno, pues te puedo dar un tiempo aproximado de una hora. Te parece?

29 Y: Si claro perfecto. (4)

30 A: Antes de empezar igual me gustaría contarte algunas cosas que me parece que debes  
31 saber.

32 Y: ¿Qué cosas?

33 A: Pues como ya te dije, lo que salga de estas entrevistas va a ser parte de mi tesis, si?

34 Y: Si.

35 A: Eso significa que la información que ahora yo estoy gravando la voy a transcribir  
36 para publicarla en mi tesis.

37 Y: Y todo aparece tal cual yo te lo voy diciendo, uich!

38 A: Pues no tan al pie de la letra además eso solo sucede si tu me autorizas a publicarlo.

39 Y: Pues si, por mi no hay ningún problema. (5)

40 A: De todas maneras tu nombre no aparece, como tampoco el de otras personas que tal  
41 vez tu puedas nombrar durante la entrevista, eso es para asegurarte anonimato y  
42 confidencialidad.

43 Y: Hjmm. (6)

44 A: Igual al final yo te voy a mostrar lo que haya transcrito, para que tu lo revises, lo leas  
45 bien y me digas si estas de acuerdo, o si quieres cambiar, quitar o poner algo mas. Ves?

46 Y: A pues listo, y eso cuando me lo dejarías ver?

47 A: Pues cuando ya haya terminado de traspasar todo al computador.

48 Y: Entonces tu me avisas, porque a mí si me gustaría ver eso, además porque no se,  
49 como para ver qué es lo que uno dice y cómo habla, me parece bacano.(7)

50 A: Entonces estas de acuerdo?

51 Y: Si, no hay problema.(8)

52 A: Bueno, me parece que es importante que tu sepas éstas cosas para poder continuar  
53 con la entrevista, no?

54 Y: Si, claro, siempre es bueno, y así se ve que de verdad es importante lo que estás  
55 haciendo y pues es rico poder hacer parte de eso. (9)

56 A: Buenos entonces como te contaba la idea es hablar acerca del GAE y de cómo fue tu  
57 experiencia.

58 Y: Si listo, de una. (10)

59 A: Bueno, cuéntame ¿Cuánto tiempo llevas tú asistiendo al GAE?

60 Y: Pues asistiendo al GAE aproximadamente unos tres años. (11)

61 A: ¿Qué sería el Grupo de Apoyo Existencial para ti?

62 Y: Pues a ver, para mí el grupo es...., pues es un grupo que de alguna manera le aporta a  
63 uno como nuevas expectativas frente a la vida y a la forma en que uno puede, pues si,  
64 afrentar ciertas cosas que la vida le ofrece, dificultades, problemas, sufrimiento, ver que  
65 ante cualquier situación difícil hay varias opciones;(12) conocer gente, conocer  
66 experiencias de los demás, cosas que de alguna manera ellos no han vivido, entonces

67 uno como que uno se conecta con eso, cosas que uno no pues no ha vivido pero en  
68 algún momento puede vivir, entonces es como tener eso presente, esas soluciones y esas  
69 formas de afrontamiento que las demás personas han utilizado y de alguna manera les  
70 han servido,(13) entonces yo creo que eso es lo mas importante y eso es lo que mas le  
71 sirve. (14) Además es un grupo que de alguna manera se conoce y si hay como una  
72 unión, hay muchas cosas en común, eso genera como un lazo fuerte como de  
73 amistad,(15) y hay mucha sinceridad, no?, entonces yo creo que eso es como lo que mas  
74 me gusta del grupo.(16)

75 A: ¿Qué sería lo más valioso que tiene el GAE?

76 Y: ¿Lo más valioso? Pues yo creo que lo mas valioso son los aportes, no?; pues lo mas  
77 valioso son las personas,(17) pero igual lo que se trata ahí es lo que yo creo, es lo que  
78 conecta todo.

79 A: ¿De esas cosas que se tratan ahí, cuáles te han dejado una huella, te han calado más?

80 Y: Pues ahí se han tocado muchos temas que tienen que ver, con lo de..., si, la razón de  
81 las cosas,(18) Que yo creo que es lo mas importante, uno muchas veces, o en el caso  
82 mío, me pasaba mucho que, que yo empezaba como a buscar explicaciones, y siempre  
83 como que desplazaba, si...., lo que tenia que hacer y como tenia que actuar frente a las  
84 circunstancias que me estaban pasando en las otras personas, yo no me apropiaba,  
85 siempre buscaba las cosas afuera, ahí aprende uno que, que todo eso esta es adentro, y  
86 que por estar haciendo de pronto lo que los demás decían de alguna manera fue que me  
87 metí en problemas, como que se genero cierta confusión en mi vida, entonces ahora no,  
88 ahora pues al igual uno escucha muchas cosas, muchas versiones y uno aplica la que uno  
89 crea la mas conveniente, uno escoge, que es lo mas importante.(19)

90 A: De eso que tú escogiste, ¿qué escogiste que no tenías y que al escucharlo como que lo  
91 asumiste para tu vida y empezaste a actuar así?

92 Y: Yo creo que lo que mas me marco a mí, fue esto del cuento del sentido, el sentido de  
93 las cosas, si eso es lo que mas me marco y lo que mas me ha servido, ver que sufrir vale  
94 la pena, que listo, de alguna manera uno sufre, pero eso le puede aportar a uno algo  
95 bueno pues para mas adelante, no?;(20) entonces si, yo creo que eso, relacionado con  
96 eso y relacionado con la parte de adicción.

97 A: ¿Cómo lo relacionas con esa parte?

98 Y: Pues a ver, de pronto..., si, como ver que uno tiene muchas dificultades y a la ves  
99 tiene muchas oportunidades, como canalizar todo eso, lo que uno antes hacia mal para  
100 hacer cosas buenas, cosas provechosas.(21)

101 A: ¿Qué otros cambios a traído a tu vida asistir al Grupo de Apoyo Existencial, escuchar  
102 los relatos, compartir la opinión de las otras personas?

103 Y: Pues yo creo que...que se me olvido lo que iba a decir, jajaja, me bloqueé. Cómo  
104 es?, jajaja.(22)

105 A: ¿Qué otros cambios a traído para tu vida o que pudiste aprender a partir de esos  
106 relatos que se hablan, de las opiniones de la gente?

107 Y: Ya. Sí, pues yo era muy reacio a esos grupos, a mi sinceramente no me gusta así  
108 compartir y entrar a grupos donde de alguna manera uno como que va a estar a la  
109 expectativa del que habla, del que no habla, normalmente cuando yo asistía a esos  
110 grupos yo creía que lo mas importante era hablar, y hablar, y hablar y hablar, y no, como  
111 que yo cuando entro ahí como que siento tranquilidad, como que me desconecto un poco  
112 de la realidad que estoy viviendo, para mi es un espacio de tranquilidad.

113 A: Y esa tranquilidad, ¿sigue después de que sales?

114 Y: Sí, normalmente si, la mayoría de las veces salgo relajado, otras salgo cuestionado,  
115 pero igual salgo bien; ósea, siempre que entro salgo bien, nunca he salido como crítico,  
116 como preocupado, como peor, como decir, “huyy, no no paga entrar a un grupo de esos  
117 porque uno sale es peor o sale uno mal” (23)

118 A: Me dices que llevas como tres años asistiendo, como que cambio has visto a través de  
119 esos tres años, cómo fue el primer año, y el segundo, y el tercero..., ¿Cómo ha sido eso,  
120 si ha evolucionado o...?

121 Y: Pues si, he tenido si una evolución frente a eso, pues si, a la forma de ver las cosas,  
122 tengo bastante tiempo que no participo, pero al igual cuando participo..., al igual como  
123 es un cíclico que normalmente vuelve y se repiten cosas que ya uno ha tratado, pero las  
124 vive uno de otra manera, entonces si, yo me siento muy bien frente a eso y he aprendido  
125 muchas cosas, ósea, lo que yo he visto y he escuchado ahí me ha servido, y en algunos  
126 momentos he aplicado cosas que he escuchado ahí.

127 A: ¿Qué cosas?

128 Y: Pues algo que me llama a mí mucho la atención es lo del sufrimiento, lo del  
129 optimismo trágico, temas así, lo de la responsabilidad, si, ya como que estoy asumiendo  
130 la responsabilidad de mi vida ya me estoy haciendo cargo de mis cosas, ya como que no  
131 soy tan dependiente de poder hacer las cosas si las demás personas me facilitan la forma  
132 o los medios, sino como de buscar por mi mismo lo que quiero, lo que quiero  
133 conseguir.(24) La felicidad, todos esos cuentos, porque la felicidad para mi era  
134 disfrutar, pero ahora tiene como otro sentido, como disfrutar las cosas que siempre han  
135 estado ahí y siempre van a estar y que uno no veía, entonces todo eso es muy rico, y eso  
136 me genera a mí tranquilidad, todas esas cosas que he aprendido, todas esos

137 conocimientos que tengo pues de los temas del GAE, y todo lo que tiene que ver con  
138 logoterapia, que es como la cabeza de ese cuento. Y muy rico. (25)

139 A: ¿Tu alguna vez has asistido a una misión existencial?

140 Y: ¿A una misión existencial?, no.

141 A: ¿Ir a visitar a los niños?

142 Y: No, pero normalmente yo relaciono mucho eso con el diario vivir, al igual yo me  
143 encuentro con una persona que tiene necesidades así como fuertes, y de alguna manera  
144 pues eso me llega, y en la medida que pueda pues colaboro. Si?, normalmente hago  
145 eso?(26)

146 A: ¿Y cómo te sientes colaborando, ayudando a la otra persona?

147 Y: Pues, ósea, ahí me confronto yo mucho, porque a veces me quejo por cosas que no  
148 valen la pena y son una bobada, pues relacionado con lo que están viviendo otras  
149 personas; yo a veces me quejo porque me toco comer arroz y frijoles, y muchas personas  
150 no tienen ni eso para comer. (27) Yo tuve un cambio muy drástico y muy grande cuando  
151 empecé a conocer este cuento de la logoterapia y el GAE y todo eso.

152 A: ¿Como es qué cosas cambiaste, o sentiste el cambio?

153 Y: En todo lo que vivo yo como que lo interpreto, y yo le meto mucho la parte espiritual  
154 a mi vida.

155 A: ¿Qué sería eso de la parte espiritual, como meterle qué?

156 Y: Pues yo no se, aquí se habla mucho de que en la vida no son coincidencias sino que  
157 son Diosidencias, o cosas que Dios le pone a uno en la vida para que uno capte el  
158 mensaje y le de la interpretación; entonces yo frente a cualquier situación que me pasa,  
159 yo digo “no, esto es porque de pronto la vida o Dios quiere que yo haga, o reaccione de  
160 esta manera”, entonces ya no lo veo como “haya, siempre me pasa esto, como sufro”.

161 sino que son cosas que me ponen para que yo evolucione o retroceda, o...pero haga  
162 algo.(28) Ósea, yo la vida la veo a hora en un constante cambio, no como antes que era  
163 como plana, me levantaba y me acostaba y ni sabia que había hecho, ni que había  
164 pasado, ni..., todos los días prácticamente eran iguales, ahora no, me levanto y salgo la  
165 calle y me encuentro con una persona que de pronto me dice algo, y yo “mira, esta  
166 persona por qué me dijo esto, y bacano, y eso debe tener un mensaje, y eso debe tener un  
167 sentido, y si me lo dijo fue por algo, si yo me encontré con una persona que estaba muy  
168 mal fue por algo, porque yo necesitaba confrontarme con esa situación, y ver que tengo  
169 que ponerme las pilas para estar bien, y ver la realidad, hay personas que sufren mucho”.  
170 Si.(29)

171 A: ¿Eso te ha ayudado como a encontrarle mas fácil un sentido a tu vida?

172 Y: Si, si, yo creo que si.(30) En algunos momentos me llego a confundir, y digo:  
173 “miércoles, por qué tuve que conocer esto, por qué tuve que meterme en este cuento y  
174 tener tantas vainas”, porque en algunos momentos me siento como muy presionado.

175 A: ¿Presionado en qué sentido?

176 Y: Porque le hecho mucha cabeza a las cosas. Entonces cualquier suceso que pase  
177 empiezo: “bueno, y esto qué, será o esto, será por esto, será por esto?”.

178 A: ¿Y para qué tratas de buscarle el sentido?

179 Y: Pues no se, de pronto es para el querer saber el porque de las cosas y para hallarle la  
180 razón, de pronto para buscar cual es la mejor opción que debo elegir ante eso, entonces  
181 muchas veces me siento presionado, cualquier cosa, yo voy en el bus y se me siente una  
182 persona al lado y que empiece a preguntarme algo, yo digo: “por qué se tuvo que haber  
183 sentado esa persona, por qué no se sentó en otro lado, por qué se sentó al lado mío?”,  
184 entonces voy y el bus y me deja dos cuadras mas adelante “bueno, y porque no me dejo

185 donde yo le pedí la parada, porque no me dejó..”, entonces, si me dejó adelante fue por  
186 algo, porque necesitaba tralalala, entonces me meto en eso...., a veces es rico, a veces  
187 me gusta, yo hasta me río, esa es la otra, que a veces me río de todo eso, como que lo  
188 disfruto y lo gozo y es hasta bacano, y si, como que me mantengo ocupado en algo,  
189 como que me distraigo ya a veces es pues hasta bueno, porque antes yo era como vacío,  
190 pasaban cosas y yo..., si?, podían pasar cosas al lado mío y yo era indiferente, mientras  
191 que ahora me involucro mas, entonces eso es rico, es rico, a mí me gusta eso, como tener  
192 algo en que ocuparse, como pertenecer a algo y estar metido en algo.(31) Entonces  
193 normalmente si, eso sucede en ciertos momentos, pero yo en todo momento estoy  
194 mirando las cosas, como dándoles la interpretación de lo que es la logoterapia y el  
195 sentido, y la energía y el universo.

196 A: ¿Y eso, como qué te da?

197 Y: Pues no se, de pronto como...., pues sinceramente yo muchas veces no percibo cual es  
198 el beneficio, lo que recibo de eso, pero lo que yo a veces lo que palpo de eso es como  
199 una tranquilidad,(32) me siento muy bien de poder como analizar esas cosas, a veces me  
200 siento inteligente, yo soy capaz e analizar esas cosas, yo veo cosas que los demás no  
201 ven, y yo si interpreto la vida y si le encontré sentido, y si pasa esto es por alguna razón,  
202 y eso me hace sentir muy bien, si?, como importante,(33) de alguna manera como que  
203 controlo muchas cosas de mi vida, como que tengo claridad en muchas cosas, entonces  
204 si, me siento como fuerte, como fortalecido por esa parte.

205 A: Toda esa fortaleza y todo eso que has aprendido, ya en lo que ha sido tu recuperación,  
206 cómo ha....¿qué papel ha jugado en tu recuperación?

207 Y: Uyyy, yo creo que muy importante, muy importante porque yo antes había hecho  
208 otro proceso, pero al igual..., yo si, ósea, seguí, conocí ciertas cosas y cambié ciertas

209 cosas, pero al igual como al igual, no se si se puede hablar de esencia o de algo así que  
210 lleve uno por dentro de.., si, de relacionarse con el contexto no existía, ahora si, si?,  
211 (34)antes era yo, si? una persona..., deje de consumir, pero lo que se llama aprender a  
212 vivir y disfrutar no, si?,(35) como que a mi me daba lo mismo estar bien que estar  
213 mal.(36) porque como que no.., si? no disfrutaba hacer ciertas cosas, y lo hacia porque  
214 de pronto era una norma que me mandaba la sociedad, pero no porque realmente a mi  
215 me nacía, entonces hacia las cosas por cumplir, por cumplirle a alguien, pero entonces  
216 no había satisfacción, de pronto a veces me generaba mas crisis, más conflictos, un  
217 choque de por qué tengo que hacer algo que no me gusta?, y como que siempre estaba  
218 obligado y siempre tenia que responder a algo, entonces ahora no, ahora yo me siento  
219 con mas libertad,(37) yo respondo de acuerdo a lo que yo quiera responder, ahora no me  
220 preocupa tanto lo que digan los demás, lo que me preocupa es estar bien conmigo  
221 mismo, entonces eso me da tranquilidad, ahora me siento mas libre de actuar, siento que  
222 soy persona, que ya no soy como antes que manejan, de alguna manera siempre voy a  
223 estar pues influenciado de algo, pero me siento mejor ahora que puedo manejar esas  
224 cosas.(38)

225 A: ¿Me decías ahora que esa relación con el contexto cambió, cómo cambió, en qué  
226 cambió?

227 Y: Pues..., cómo cambió?..., pues yo creo que si, eso cambió muchísimo, muchísimo,  
228 porque no se, yo como persona me siento otro, por ejemplo yo antes no estaría en este  
229 momento hablando contigo, seria por qué, para qué, digamos ahora yo le estoy haciendo  
230 una interpretación a ésta reunión, entonces yo digo no, si estamos hablando es porque se  
231 presentó la situación, porque tu de pronto de alguna manera necesitas algo, ahora a mi  
232 me sirve mucho hablar contigo, recordar algunas cosas, eso va a ayudar a muchas

233 personas, va a contribuir a esto..., entonces yo veo que es por eso,(39) entonces si, yo  
234 ahora vivo bien, vivo bien y vivo tranquilo.

235 A: ¿A qué atribuyes eso?

236 Y: Pues en parte a éste cuento, esto me ha servido mucho, si, a lo que he aprendido acá,  
237 a la logoterapia, todos los grupos que manejan, y no se, también se lo atribuyo a un  
238 poder superior, a una persona que de alguna manera me dijo, “acá le voy a mandar esto,  
239 usted verá si lo aprovecha o no”, como que yo dije, si, esta vez si lo estoy aprovechando,  
240 entonces como que siempre tengo a la persona que me esta mostrando cosas, “ahí le  
241 mando eso, escoja a ver”, y de alguna manera si, si...(40) ya como que hay una manera  
242 de vivir y de afrontar las cosas como distinta a la anterior, entonces ya si, listo, hay una  
243 situación y yo escojo el camino que no es, igual voy a sufrir y voy a pasar cosas fuertes,  
244 pero igual tengo la capacidad y me agarro de esto para saber superarlas y para saber  
245 enfrentarlas, entonces ya a mí ya las dificultades no son una caída al vacío, sino como lo  
246 que son, como algo que diste un tropezón y se levantó y avanzó un poco.(41)

247 A: Ya no te quedas pensando en lo malo, sino que ya puedes ver...¿qué?

248 Y: Otra cosa, a mi también me sirvió mucho con la dependencia.

249 A: ¿Cómo, en qué forma?

250 Y: Porque yo antes dependía de muchas cosas para estar bien, frente a situaciones yo  
251 dependía e cosas, frente a situaciones yo dependía de cosas, cuando algo no me salía yo  
252 tenía que recurrir a algo, pues para superar eso y sentirme mejor, pero ahora no, ahora  
253 como que me siento mas libre, listo, me pasó algo, pero igual yo se que hay una opción,  
254 y eso está es aquí dentro, no está afuera,(42) yo me abrí mas las personas, comparto mas,  
255 comunico mas, como que me gusta hablar mas, y me gusta compartir mucho la  
256 experiencia lo que yo he aprendido y eso me enriquece, ósea, le encuentro sentido a eso

257 y eso me hace sentir bien, se me presento de pronto la vocación de poder ayudar, y eso  
258 para mi es fundamental y eso a mí me hace sentir una persona que vale mucho, y en  
259 parte se me ha metido en la cabeza de que si yo conocí esto es porque de pronto tengo  
260 una misión de poder contribuirle a los demás lo que yo se; entonces cuando se acercan a  
261 mi “que vea, que esto, que estoy sufriendo, que se me acabó la vida, que esto...”,  
262 entonces yo empiezo a comentarles, “no pero vea, las cosas son así, pa, pa”, como que  
263 una luz, como una claridad encuentran frente a lo que uno les dice y de alguna manera  
264 después llegan y dicen: “huyy si, bien, lo que usted me dijo muy bacano y me siento  
265 mejor, usted es un bacán”, entonces uno como que uyy, entonces me encarreté en eso, y  
266 en eso es en lo que ando mas o menos, pues aportando y mirando a ver que puede uno  
267 cada día aprender más.(43)

268 A: ¿Si tu nunca hubieras conocido el Grupo de Apoyo Existencial, crees que sería igual  
269 a lo que me estas contando ahora, o...?

270 Y: Yo creo que no, yo creo que no porque como te dije antes yo ya tuve la oportunidad  
271 de hacer algo relacionado frente a mi adicción, pero como que no, si?, no me marcó, ni  
272 tuvo un impacto fuerte en mi, porque al igual ,listo! Termine el proceso, salí y como que  
273 estaba en lo mismo, haciendo las mismas cosas, viviendo la vida igual, pero sin  
274 consumir. Entonces como que no..., y ahora si, ahora si hay un cambio, percibo la vida  
275 de una manera diferente, yo disfruto, yo gozo mucho.(44)

276 A: ¿Cómo vez la vida ahora?

277 Y: Como una serie de oportunidades, ya no veo la vida de dificultades, sino la vida de  
278 oportunidades, de cosas buenas, de que si me muevo consigo lo que quiero, de que estoy  
279 vivo, si?, tengo contacto con todo, me sensibilice bastante, ahora todo lo que sucede de  
280 alguna manera está involucrado conmigo, y estoy metido, ahora estoy metido en el

281 cuento, antes me creía una persona aparte, estaba ahí en el montón, pero ahí andaba en  
282 mi cuento, y nada, todo el mundo así alejado, ósea eso era mío, y no permitía que nadie  
283 se metiera, ni nadie se involucrara, entonces me sentía como excluido, me excluía yo  
284 mismo de las demás cosas, ahora no, talvez me siento que pertenezco a algo y que recibo  
285 muchas cosas y doy muchas cosas, entonces si, yo creo que eso es muy significativo  
286 para mi.(45)

287 A: ¿Tu crees que sería lo mismo sentarse uno solo a leer esos cuentos y esas frases y  
288 tratar de analizarlos que estar en medio del grupo, compartiendo con las demás  
289 personas?

290 Y: No

291 A: ¿Por qué?

292 Y: No, para nada, porque yo creo que lo que mas le enriquece a uno es la experiencia de  
293 los demás, y el interactuar, el percibir, el sentir uno digamos el dolor que esta viviendo  
294 la otra persona en el momento de hablar o la alegría, o lo que este viviendo, pero estar  
295 viviendo como la energía que se genera ahí.

296 A: Ese poder sentir el sentir de los demás, ¿qué te da?

297 Y: Pues eso me da mucho, ósea, yo me conecto mucho con eso, y me da pues es  
298 dependiendo de la situación no?, según lo que este viviendo la otra persona y de lo que  
299 este hablando, me puede de pronto dar a mi mucha fortaleza y muchas ganas para seguir  
300 luchando.(46) Yo a pesar de que tengo conocimiento de muchas cosas, hay días que  
301 tengo dificultades, que llego a un grupo mal, entonces lo que irradian las otras personas,  
302 de alguna manera me ayuda como a decir: “yo qué estoy haciendo, yo porqué estoy en  
303 ese estado?, si puedo estar bien, si vea, hay personas que viven cosas mas fuertes que lo  
304 que yo estoy viviendo y están bien, y al menos se le ven las ganas de salir adelante y de

305 luchar, yo porqué me voy a dar por vencido?, (47) entonces si, es muy rico, se siente que  
306 uno vale como persona, que uno es escuchado, se da como mucho afecto, mucho cariño,  
307 mucha hermandad y mucha unión, entonces eso lo hace sentir a uno que si, que uno vale  
308 y que uno es importante para alguien.(48)

309 A: Si llega una persona y te dijera:”yo cómo para que debería ir al grupo de apoyo  
310 existencial?”, ¿tu qué le dirías?

311 Y: Pues primero para que se de la oportunidad de ver la vida de una manera diferente,  
312 si?, que se de la oportunidad de interactuar y de conocer, de que lo escuchen sin que lo  
313 juzguen, de que pueda hablar libremente de lo que piensa, lo que el sienta, la forma  
314 como él ve la vida.(49) Lo que me gusta del grupo es que no hay controversia y todo lo  
315 que uno dice es válido.

316 A: ¿Por qué crees que no se permite la controversia?

317 Y: Porque..., a ver, uno habla desde la experiencia y desde la forma como uno ve e  
318 interpreta las cosas y cada uno tiene una interpretación de su realidad de una manera  
319 distinta, a veces para mi lo que es bueno, para ti puede ser malo por ejemplo, entonces si  
320 entra uno ahí nunca va a llegar uno a nada, al igual no hay una realidad absoluta, todo  
321 tiene valides en esta vida, así se este equivocado frente a algunas normas o parámetros  
322 que maneja la sociedad, pero esta hablando es él desde su realidad, entonces no le puede  
323 uno decir: “no, es que usted no tiene la razón”, entonces es ahí donde se presenta como  
324 el choque, entonces la gente:”no, pero para que voy yo haya, para que me regañen, para  
325 que me digan lo que tengo que hacer y blablabla”, entonces no hay choque y la gente se  
326 siente como acogida, escuchada, comprendida, y de alguna manera la misma persona si  
327 esta hablando algo que es equivocado, o que tiene una forma de ver las cosas de una  
328 manera como distinta de lo que piensan cuatro o cinco, entonces él se va a empezar a

329 cuestionar y va a decir:”no, pues yo opino esto, perro quince o veinte opinan lo  
330 contrario, entonces será que si estoy equivocado?”, entonces como que le queda como,  
331 como la espina ahí de que si, y empieza como a regularse, como a cambiar cosas.

332 A: ¿Alguna vez te pasó eso?

333 Y: ¡Claro!, si, claro, yo muchas veces tenía un pensado de ciertas cosas. (50) Para mi la  
334 felicidad eso era algo, inventado, entonces yo escuchando a los demás..., y a mi me  
335 pasaba en grupos, entonces un grupo alguien decía algo y a mi me daba como rabia,  
336 entonces yo buscaba como la forma de la versión que la persona dijo, cambiársela, y  
337 como hacerlo sentir de que estaba equivocado, que lo que él decía era puras bobadas,  
338 cosas sin sentido, entonces yo después decía:”no, pues que, yo a qué juego?”, si?,  
339 entonces si eso es un cuento todo raro,(51)uno mismo..., uno mismo..., eso es lo bueno  
340 también del grupo, uno mismo dice: “uyy si, esto es así, esto es así”, sin que nadie le  
341 este diciendo: ”vea, cambie esto, haga esto”, que eso es lo feo y eso es lo que muchas  
342 veces a uno no le gusta, que llegue otra persona y se meta en la vida de uno, que ni sabe  
343 lo que uno esta viviendo, a decirle: “usted necesita cambiar esto, usted esta equivocado  
344 en esto”, entonces es como uno mismo, como adentrarse en lo que uno vive y mirar,  
345 mirar que le conviene y que no le conviene y empezar a desechar,(52) le sirve a uno  
346 también para desechar pensamientos y creencias que al final son como que se aprendió  
347 uno en lo que ha vivido de vida y uno piensa que eso es lo que vale.

348 A: ¿Como por ejemplo?

349 Y: Por ejemplo..., pues yo pensaba que para mi lo mas importante era el tener, que  
350 mientras yo tuviera cosas tenia personas a mi alrededor, mientras yo tuviera plata podía  
351 tener el control de muchas cosas y como dicen prácticamente, si?: “el que tiene plata  
352 marranea y chalequea”, entonces no, yo vivía mucho en ese ambiente, y para mi lo mas

353 importante era eso, cuando uno tenía plata tenía amigos, tenía personas a mi alrededor,  
354 pero cuando no tenía entonces ahí comenzaba mi necesidad de tener mas y de siempre  
355 tener para nunca tener que vivir el rechazo o cosas así, ahora no, ahora si yo tengo plata  
356 o no tengo plata y alguien quiere estar al lado, listo! Rico, si no quiere estar no hay  
357 ningún problema, si?,(53) como ver como con claridad, de alguna manera yo pienso que  
358 tenía como los ojos vendados, y aplicar ahora toda, toda, toda la información que yo he  
359 recibido pues todos los años que llevo viviendo, y aquí no, aquí como que estoy  
360 experimentando cosas nuevas, si?, (54) como el poder compartir con una persona y  
361 hablar de cosas, no se?, importantes para ella e importantes para mi, sin pensar que me  
362 vayan a decir:”que tal este man dándole importancia a esa bobadas”, si?, (55)entonces  
363 eso es lo que yo veo, que como que lo ubican a uno y lo posicionan como persona, no?  
364 como que es uno y lo importante es uno, y pues piensen lo que piensen los demás uno  
365 debe mirar es qué es bueno para uno, (56) pues tampoco irse a los extremos y pensar  
366 solo en lo que es bueno para uno y hacerle daño a los demás porque eso también pues de  
367 alguna manera si lo afecta, a mí me afecta mucho eso, entonces yo ahora pienso primero  
368 en mi, pero también pienso en las consecuencias que pueda acarrear lo que yo hago en  
369 los demás, entonces como que si, como que hay un equilibrio. Entonces vivo yo  
370 tranquilo y no siento culpa de de pronto hacerle daño a los demás.(57)

371 A: ¿Qué importancia le das tu a esas otras cosas digamos como anexas al Grupo de  
372 Apoyo Existencial, que la ronda de manos, la ronda de abrazos, el himno, la oración de  
373 la serenidad, porque crees tu que esta esto también sumado a los cuentos y las frases que  
374 se tratan en el grupo?

375 Y: Yo creo que todo eso es importantísimo, porque todo eso va muy conectado; por  
376 ejemplo el grupo lo inician con una presentación para romper un poco con “bueno y ese

377 quien es, y ese quien es?”, si?, (58) al igual eso le sirve a uno para sentir que uno  
378 pertenece a algo, por el solo hecho de uno venir uno ya hace parte, entonces de alguna  
379 manera como que eso lo posiciona a uno,(59) el himno de alguna manera lo sensibiliza a  
380 uno, el escuchar el himno pues de alguna manera hace..., tiene un mensaje fuerte y muy  
381 directo, mas que todo a las personas que hemos consumido, de alguna manera nos toca  
382 mas, entonces ya ahí entra uno como desarmado, ya entra uno como con mas  
383 disposición, como mas tranquilo (60) y la ronda de manos si es como ya, como sentir  
384 uno la otra persona, eso es muy rico que otra persona le coloque a uno la mano y le diga  
385 “no, yo a usted lo aprecio y es importante y usted vale”, es como una especie de  
386 reconocimiento y como un apoyo, que en cualquier momento mi mano va a estar ahí  
387 para apoyar cuando lo necesite, si?, cosas así bonitas que lo llenan a uno mucho y son  
388 muy significativas, normalmente yo no hacia eso ni con mi familia, yo me daba abrazos  
389 con mi familia los treinta y unos de diciembre imagínese, entonces esperar un año para  
390 sentir eso?...(61), entonces como que esa dinámica es muy rica y la gente le gusta mucho  
391 y disfruta mucho, uno abraza a otra persona fuerte o suave, de alguna manera uno siente,  
392 uno siente muchas cosas que de pronto no se, no puede uno describir, pero le da a  
393 alegría, le da a uno emoción, se siente uno querido y que uno es importante y de alguna  
394 manera eso para la autoestima le sirve a uno muchísimo. (62) A mi me llama la atención  
395 que llegan personas nuevas, algunos son como tímidos y como que se saludan entre los  
396 que se conocen, y ven la dinámica de los otros y “quiubo y ha, he” y hablando y  
397 riéndose y como todos enérgicos, entonces de alguna manera la gente se involucra, (63)  
398 o uno toma la iniciativa y va y abraza a una persona que hasta ahora ve y “rico que este  
399 aquí y tal, bacano que siga viniendo y tal”, empieza uno como a interactuar y como a  
400 relacionarse, y eso es muy bueno, como socialización es muy bueno porque como que se

401 empieza uno a quitar como las prevenciones que tenia uno hacia la demás gente y a mí  
402 me ha servido mucho eso para socializarme, para ser uno mas afectuoso, para poder  
403 expresar lo que uno sienta, entonces todo eso, eso es como un conjunto de cosas que si,  
404 se fusionan para generar algo.(64)

405 A: ¿Tú a quién le recomendarías que asistiera al Grupo de Apoyo Existencial, a qué tipo  
406 de personas?

407 Y: Pues esa pregunta es muy importante, y que éste grupo aquí es abierto. A principio  
408 yo dije GAE, cuando estaba conociendo este cuento y la carreta de la logoterapia y no  
409 que “eso es un grupo abierto al que pueden asistir personas al igual que no tengan  
410 problemas de adicción, no se va a hablar de drogas”, y yo huy no “y cómo vamos a estar  
411 nosotros que consumimos con gente de afuera”, entonces como que había cierta  
412 prevención, pero al igual no, ósea, los temas que se tocan ahí son mas que todo de la  
413 realidad, “no de ¿qué consumía, cómo , cuando, dónde, con quién?”, mejor dicho no esta  
414 enfocado en la droga ni en el consumo sino en lo que uno vive y yo creo que eso es  
415 importante, y a cualquier persona le serviría, tenga problemas..., es que así no tenga  
416 problemas(65), es que creo que la mejor parte del grupo es ver que no hay ninguna  
417 persona que no tenga problemas, todos tenemos problemas pero a algunos los marca mas  
418 que a otros, entonces una persona que tenga buena capacidad de afrontar los problemas  
419 le serviría a porque le aportaría a los demás y se conocería a ella ciertas cosas, no?;(66)  
420 uno viene y uno escucha y como que se revisa por ahí bien adentro de uno y se da cuenta  
421 de muchas cosas que de alguna manera uno había dicho: “uyyy!, yo soy así, yo tengo  
422 esto, y yo viví esto y a mi me paso eso”, entonces si, eso es lo que hace que el grupo sea  
423 como tan bueno y como tan productivo,(67)y aquí han venido muchas personas, que le  
424 sirve de pronto mas a las personas que tienen como baja tolerancia frente a la dificultad

425 y a las crisis, por los temas que se tocan, como para que vean una esperanza y empiecen  
426 a ver que sí se puede,(68) como para sentir un apoyo de los demás, compartir así como  
427 ameno, si?, a todos, uno se enriquece, uno se enriquece mucho.(69)

428 A: ¿Cuáles dirías tú que son como les tres aportes principales del GAE para tu vida, o  
429 que tu le podría decir las personas “mire esto es para tal, tal y tal”?

430 Y: Yo pienso que para encontrarle sentido a la vida, eso es lo mas importante, a todo lo  
431 que uno haga; de ahí parte que si le encuentra uno sentido a la vida aprende a vivir bien  
432 (70)y lo otro es como para conocerse, para conocerse uno, si?, cómo es realmente, cómo  
433 afronta uno las cosas, si?, como un conocimiento y para uno ubicarse en la realidad,(71)  
434 para uno no sentirse solo, porque uno muchas veces cree que uno se siente solo y uno es  
435 el que mas sufre y uno es el pobrecito de la película y no, hay personas iguales y peores  
436 que uno. Entonces es como eso, para ubicarse uno, para sensibilizarse también.(72)

437 A: ¿Todo eso como para qué serviría, conocerse, conocer al resto del mundo?

438 Y: Yo creo que para aprender a vivir, para ser feliz..., si, para ser feliz y si uno no es  
439 feliz al menos es tranquilo y vive bien (73), pero vivir bien no es tener y comodidades y  
440 eso, sino vivir uno bien, aceptarse uno como es y reconocerse y entender como la  
441 realidad de lo que uno vive, con esto le da uno mucha interpretación a lo que uno vive,  
442 entonces de alguna manera ya conoce uno ciertas cosas, entonces ya tiene uno  
443 tranquilidad (74) y para tener como herramientas, no?

444 A: ¿Como qué herramientas?

445 Y: Pues..., herramientas como humildad, como responsabilidad, tolerancia, ser uno  
446 afectivo, amoroso, cariñoso, si?, como rescatar todos esos valores y que ya no sean  
447 como un tabú, como que “uno de hombre no puede mostrar afecto, no puede llorar, no  
448 puede abrazar a alguien”, si? (75), entonces uno se sensibiliza mucho, empieza uno

449 como ha actuar como uno es realmente, eso es lo importante actuar como uno es y actuar  
450 bien, claro, hacer las cosas como debe ser, entonces ya tiene uno como ese grado de  
451 conciencia, como que se despeja uno, (76) otra cosa es como para reconocer que hay  
452 alguien que esta en algún lugar que de alguna manera pues está como pendiente de uno y  
453 le da cosas y oportunidades para que pues uno las aproveche o las desaproveche, porque  
454 hay una persona que tiene el control de todo, pero que le suelta ese control a uno,  
455 entonces ahí es donde uno tiene que, como que prepararse. (77) A mi me ha servido eso  
456 mucho para, para de alguna manera autorregularme frente a ciertas cosas.

457 A: ¿Cómo en qué?

458 Y: Yo muchas veces siento las ganas, la necesidad de hacer algo pero sé que eso es mal,  
459 esta mal hecho, que me va a traer consecuencias a mí y a los demás, entonces no lo  
460 hago.(78) Yo muchas veces siento las ganas de ofender a alguien, pero de alguna  
461 manera lo pienso antes de hacerlo, ya no actúo como antes, antes era como mas  
462 primario, como mas de impulso, ya no, (79) ahora yo se que si hago esto me puedo hacer  
463 daño, como en el caso de ponerme a consumir, de ponerme a tomar..., me voy a hacer  
464 daño y le voy a hacer daño a las personas que están a mi alrededor, entonces no lo hago,  
465 si?. (80) Como se que si tengo un trabajo debo responder y debo cumplir, que si no  
466 cumplo va a pasar esto, y que lo que yo haga me va a traer consecuencias y después no  
467 tengo porque lamentarme, de por qué paso esto; ahora mido consecuencias, antes no,  
468 antes hacia esto, cualquier acción y no me importaba si al otro día podía pasar esto y  
469 esto , ahora no, (81) ahora yo digo..., pienso en un futuro, antes vivía solo el presente,  
470 no mas, ahora pienso en un futuro y en como lo que yo estoy haciendo ahora contribuye  
471 mucho para el futuro que yo quiera tener, entonces eso también yo creo que es muy  
472 importante para uno y para todo el mundo, porque uno actúa y vive es el momento, y

473 tampoco, tampoco..., uno debe disfrutar del momento y del instante, eso si, si se pone  
474 uno en un futuro uno no disfruta, pero si tiene uno que medir consecuencias, el presente  
475 que estamos viviendo hoy y lo que vamos a vivir mañana está muy conectado, entonces  
476 si, eso es muy rico, me ha servido mucho, yo me siento muy satisfecho y de alguna  
477 manera feliz, no? (82) Y también lo del poder superior, yo le doy gracias a Dios, usted  
478 me metió donde era, yo necesitaba vivir esto para de alguna manera empezar a vivir  
479 cosas buenas en mi vida. Eso es lo que mas me ha marcado (83) y al igual yo veo que  
480 eso también ha influenciado a muchas personas en la forma de vivir, desde que inician  
481 esto hasta el momento en el que están.

482 A: ¿Como qué cambios has visto?

483 Y: Pues aquí las personas llegan y llegan como muy reacias, como que no creen, no  
484 creen ni en ellas, ni en lo que los demás les dicen, entonces ya después salen y como que  
485 salen mas concientes de ciertas cosas, hay como mas conscientización, y salen como  
486 fortalecidos (84), uno ve las personas y salen como contentas, como alegres, como con  
487 fuerzas (85); y a veces alguien que le llega algo y dice:”uyy si, voy a hacer eso”, y  
488 después vuelven y dicen:”uyy, hice eso y me fue bien”, o “hice esto y no me fue bien  
489 pero listo, voy a intentar otra cosa, no me voy a dar por vencido”. Entonces si, como  
490 que se despierta uno, no?, y ya se da cuenta uno que hay es que actuar, acciones, no  
491 tanta carreta, ni vainas, nada de lo que uno está acostumbrado, uno sabe muchas cosas  
492 pero no las aplica, entonces ahí es cuando empieza uno: “pero por qué no me sale si yo  
493 se que esto y esto y esto?”, pero si no hago nada. (86) Entonces es como un cofrecito  
494 con cosas bonitas por dentro pero, pero para que si nadie lo ve y uno no aprovecha todo  
495 lo que tiene por dentro. (87) Entonces si, es muy, muy enriquecedor, y digamos  
496 partiendo de esto ya le voy a dar la interpretación, jajaja, logoterapéutica, de pronto

497 esto..., yo últimamente no he vuelto a asistir, pero hablando de esto como que reviví  
498 muchas cosas y en estos momentos tengo como muchas ganas y se me despertó como un  
499 sentimiento de volver a participar en ese grupo porque es muy rico, ya de alguna manera  
500 como que ya me había alejado, pero ya nuevamente me doy cuenta de que es una parte  
501 importante y es muy rico como tener todo eso presente y estar uno como en ese contacto,  
502 en esa situación entonces si ves que todo tiene un motivo?, jajaja. (88)

503 A: Bueno, ya para terminar, ¿cuál sería el sinónimo que le darías al GAE?

504 Y: ¿Al GAE?..., esperanza.

505 A: Bueno....

506 Y: Una luz de esperanza. (89)

507 A: Muchísimas gracias.

508 Y: A ti.(90)

509 A: ¿No se si me quieras decir algo mas?

510 Y: No pues te agradezco mucho esta oportunidad que me has brindado, si, muy rico,  
511 muy rico. Normalmente yo para esto soy como muy apático, pero desde que tu me  
512 comentaste que era relacionado con esto, como que “bacano, bacano tener ese espacio”,  
513 y bacano, y a medida que se va metiendo uno en esto..., al principio tenia como, como  
514 cierta prevención, pero no, ya después de que se mete uno ya... (91), eso le sirve mucho  
515 a uno para esto, para poder interactuar. Yo antes, si?, antes de haber conocido esto yo

516 no hubiera sido capaz e sentarme con una muchacha tan bonita así frente a mi, jajajaja.

517 Si, si ves cómo me ha servido?, el grupo es bueno, jajaja.(92) Y además algo que se  
518 olvido tocar es lo del grito, el grito “vuelvan que esto funciona”, eso es algo muy  
519 significativo.

520 A: ¿Por qué?

521 Y: Porque, ósea, que si tiene un sentido, si vale la pena asistir ahí, que uno va ahí y no  
522 pierde el tiempo (93), no pasa como en esos congresos y toda esa gente que va a  
523 capacitaciones y “Cómo ser el mejor novio” y “Cómo ser el mejor padre”, y van y les  
524 botan un poco de carreta y blablabla, y salen y se les olvida mucho de lo que les  
525 dijeron,(94) esto es como mas, mas vivencial y llega más, entonces que le digan a uno  
526 “vuelvan que esto funciona” termina el grupo y uno ya tiene ganas de volver y ya todo lo  
527 que uno oye en el grupo, sale y como a aplicarlo, y ha hacer acciones, entonces ahí es  
528 donde se ven los resultados. Entonces viene uno un viernes y vive uno cosas, dice cosas,  
529 escucha cosas, sale y durante la semana vive situaciones, aplica lo que escuchó, lo que  
530 uno sabe, se hace como una fusión de sacar cosas buenas y empieza uno a ver como  
531 resultados, entonces dice uno:”si, esto funciona”, entonces pum!, vuelve el otro día,  
532 entonces eso es lo bueno, que uno empieza a ver con hechos concretos que si dan  
533 resultados y que no perdió el tiempo, entonces es bueno. (95) No se si tu me quieras  
534 decir algo?, jajajaja.

535 A: Muchísimas gracias por tus aportes.

536 Y: De nada.

537 A: Gracias.

538 Y: No, a ti.

539 A: Bueno, pues por ahora dejamos así, y para cuando me podrías dar otra cita para un  
540 segundo encuentro?

541 Y: Necesitas volver a entrevistarme? Para qué?

542 A: Pues primero voy a revisar y a transcribir lo que hablamos hoy y yo te llamo para  
543 concretar la próxima entrevista, te parece?

544 Y: Pero yo ya te dije todo, para que mas entrevistas?

545 A: Bueno, pues no me gustaría que quedara información volando, o que de pronto haya  
546 algo mas que me puedas contar, entonces por eso déjame yo reviso la entrevista y  
547 hablamos.

548 Y: Bueno, entonces me avisas.

549 A: Bueno, muchas gracias de nuevo. (96)

550

551 *Segunda Sesión*

552 A: Primero que todo, muchas gracias por venir.

553 Y: No, no hay porque, tu sabes que en la medida que yo pueda pues te ayudo. (97)

554 A: Si, muchas gracias. Entonces bueno, pues como te comenté por teléfono hay algunas  
555 cosas de las cuales me gustaría que habláramos en ésta ocasión que también están  
556 relacionadas con el GAE.

557 Y: Bueno, y ¿como qué sería? (98)

558 A: Bueno, son solo algunas cosas...por ejemplo, tu sabes que entre los objetivos del  
559 grupo está el hacer que las personas logren tomar distancia de sus síntomas, verdad?

560 Y: Si, eso lo he leído varias veces.

561 A: Bueno, y tu qué opinas?

562 Y: Pues yo creo que si, porque como te decía la vez pasada que hablamos, yo te decía  
563 que en el grupo no se habla de cosas relacionadas directamente con la vida de consumo,  
564 nadie habla de dónde, cómo, cuánto o con quien consumía, sino que los temas que se  
565 trabajan son muy diferentes, son como cosas que van mucho mas allá, entonces uno no  
566 tiene ni ganas de pensar en eso.(99)

567 A: Es así desde el principio?

568 Y: Bueno, no, es que no se...mira. A ver, al principio pues si es como diferente, porque  
569 uno esta es pensando es en otras cosas y como el grupo lo hacen los viernes que uno ya  
570 lo relacionaba era con rumba y ese cuento, pues es como raro que llegué el viernes y uno  
571 no pueda salir sino que le toca quedarse ahí y escuchar uno cuentos y eso. Pero ya con  
572 el tiempo uno va viendo cómo es y le va dando un sentido, y lo disfruta.

573 A: Con el tiempo...

574 Y: Pues si, con el tiempo uno empieza a verlo diferente, ya uno le pone atención a los  
575 cuentos y a lo que dice la gente en vez de estar pensando en la calle, entonces uno ya  
576 participa mas y empieza a disfrutar el grupo.(100)

577 A: Tu disfrutas los grupos del GAE?

578 Y: Huy si, yo ahora me los gozo, y ya son como parte de mis viernes, como del fin de  
579 semana, además porque como que uno encuentra tranquilidad, que es lo que ya te había  
580 contado la otra vez. (101)

581 A: ¿En un futuro, cómo crees que recordarás el GAE?

582 Y: En el futuro.... Pues yo creo que lo recordaría como una luz de esperanza que un día  
583 como que ilumino el camino que yo tenía que recorrer para algo, y donde uno aprende  
584 de uno mismo y de los demás a ser feliz, a superar obstáculos y no se....como conocerse  
585 uno mismo. (102)

586 A: La vez pasada me decías que no has asistido a misiones existenciales de ir a visitar  
587 personas, verdad?

588 Y: No.(103)

589 A: Pero has estado en los aniversarios que celebran aquí, verdad?

590 Y: Si en eso si he estado.

591 A: ¿Y qué mensaje te deja asistir a esos aniversarios?

592 Y: Pues es como ver que si se puede, como que a veces uno piensa que no, que no tanta  
593 cosa, que esto, y llega uno y ver como está esa persona de bien, de ver lo contenta que  
594 ésta, las personas que lo rodean, entonces eso como que lo conmueve a uno y hace que  
595 como que le salgan fuerzas y hace ver la vida con mas ganas como de luchar.(104) Eso  
596 es lo que me deja, y pues alegría, por el o ella y por uno, de saber que uno también  
597 puede lograrlo. (105)

598 A: ¿Cambió tu forma de afrontar la vida?

599 Y: Pues de pronto como en darme cuenta que sí soy responsable de todo lo que me pase.  
600 Antes yo no lo veía así, decía: “es que a mí me pasa esto porque tal y tal, o porque  
601 alguien tuvo que ver, o porque...”, siempre buscando a alguien responsable de las cosas,  
602 pero ahorita yo se que yo soy el responsable, que donde yo este es porque yo quise llegar  
603 ahí o porque no hice nada para no llegar ahí. Como que ya soy conciente de eso, como  
604 que las cosas no van a llegar porque si, sino que uno tiene que buscarlas y que no todo es  
605 siempre bien, súper bonito y que no debe ser así, pero uno tiene que tener los problemas  
606 pero saberlos resolver, no esperar que todo llegue perfecto y uno esté feliz todo el día.  
607 (106)

608 A: Ahora te es más fácil sobrellevar las dificultades?

609 Y: Si, y por lo que te decía la otra ves, yo ya he aprendido a ver el sufrimiento de una  
610 manera distinta, entonces es lo que te decía, ahora vivo eso con optimismo trágico.(107)

611 Es que la vez pasada que hablamos te conté varias cosas, y ya como que hoy no se que  
612 mas decirte.

613 A: No, no te preocupes, igual como te dije al principio era como para mirar cosas y  
614 recoger. La idea no es tampoco que te sientas que hay que hablar de algo, no, así esta  
615 bien.(108)

616 Y: Pues bueno, entonces dime que otra cosa quisieras hablar.(109)

617 A: No pues dime tu si hay algo mas que me quisieras compartir, algo de tu experiencia  
618 viviendo el grupo?

619 Y: No pues el otro día que hablamos me quedé como devolviendo la película ver si me  
620 pasaba eso que siempre uno al final se acuerda de algo que no dijo, pero no, como que  
621 pensaba y pensaba y si, lo que te dije es como un resumen de todo lo que he vivido y he  
622 aprendido en el GAE, (110)lo que pasa es que al hablarlo es muy difícil contar todo,  
623 porque la mayoría de lo que se vive es muy..., pues si muy de vivencia, como que  
624 entonces es muy difícil pasar lo que uno siente a palabras, si?(111)

625 A: Y si en vez de buscar una palabra, osea un adjetivo o verbo o algo así , trataras de  
626 hacer como una analogía, no se con otra cosa un objeto un animal, no se...

627 Y: Del grupo?

628 A: No, mas bien de ti, de tu interior, de tu espíritu, tus pensamientos...

629 Y: Es que es complicado.... Pero no se, lo primero que se ocurre es compararlo con las  
630 mariposas, que primero son un gusano y luego ya vuelan. Es como eso, como que al  
631 principio uno llega así como apenas un gusano, que no sabe ni lo que es, ni a dónde  
632 quiere llegar y termina transformándose y volando alto y lleno a donde uno quiera, es  
633 como algo así.(112)

634 A: Pues lo haces ver muy bonito.

635 Y: Jajajaja, si es que me inspiré, jajaja. No, pero en serio, es como eso.(113)

636 A: Bueno, pues me parece que esa es una analogía muy bonita que nos queda como un  
637 cierre perfecto para esas entrevistas.

638 Y: Si, yo creo que después de eso ya no hay nada mas que te podría decir(114), es que lo  
639 mejor es vivirlo y ya.(115)

640 A: Pues entonces muchísimas gracias, y espero que continúes volando muy alto.

641 Y: Jajaja, bueno, no gracias a ti, y gracias por tenerme en cuenta, y pues ya sabes para la

642 próxima no es sino que me llames y ya.

643 A: Bueno, muchas gracias.(116)



	<p>nobles ante las situaciones inevitables, como la tríada trágica. Así mismo como la libertad para ser responsable de escribir su historia de vida con sentido y asumir las consecuencias</p>	<p>367-374</p>	<p>años encima, entonces mas miedo me da y tengo que entonces ya buscar un ritmo de vida muy, bastante...porque tengo una hija de por medio por quien responder, por mucha gente por quien responder, especialmente por mi vida que era la que estaba acabando.(44)</p> <p>3. yo ya estoy en una posición muy distinta, una posición bastante madura, una posición ya bastante..., muy seria ante la responsabilidad de la vida, por la vida. A: ¿Cómo me describirías tú esa responsabilidad ante la vida y de la vida? X: Mas que todo pienso que asumirlas, cada vez que se presenten las situaciones que se presenten, asumirlas con cordura, como debe ser, eso es, asumir, desde que uno asuma..., por qué tengo que evadir?, no debo desconectarme para no</p>	<p>logoterapia se llama la responsabilidad consigo mismo y su conciencia, así como también hace referencia a la responsabilidad con los demás, al encontrar en la enmienda de culpas una manera de ser libre, así como también liberarse del consumo y no evadir su vida sino afrontarla con libertad y responsabilidad. Por otro lado, el entrevistado número dos</p>
--	--	----------------	---	--

	de sus elecciones.	<p>378-383</p> <p>396-401</p>	<p>asumir la responsabilidad de mi vida, conectarme con la vida que se ha de vivir.(46)</p> <p>4. A: ¿Qué dirías tu que es ser responsable, aparte de asumir lo que la vida le da a uno, qué más dirías tu que es ser responsable? X: Pues pienso que ser responsable es poner por lo general siempre la cara a las situaciones que la misma vida me da y no de pronto decir.., cuando se me presente una situación difícil: “hay si, perdón”, yo puedo aceptar el error pero no volver a cometerlo que es lo mas importante y enmendar ese error cometido también muchas veces, (48)</p> <p>5. A: Cuando me hablas de un nuevo estilo de vida, ¿cómo es tu estilo de vida de ahora? X: Pues siento que el estilo de vida ahora mío es un modelo, estoy buscándolo cada día ser mejor. Debe ser modelo, si yo</p>	<p>expresa que ahora vive su propia vida y no la de los demás, buscando en su interior y asumiendo la responsabilidad de sus actos y consecuencias, gozando más su propia vida, ejerciendo su libertad, y su capacidad de elección.</p>
--	--------------------	-------------------------------	---	---

		401-411	<p>por decir algo trabajo con alguien debo ser modelo de esa persona, no debo ser lo contrario, porque yo que le voy a decir:”no fume, no tome, no haga esto”, y yo lo estoy haciendo afuera, entonces qué estoy haciendo, si?, pasa muchas veces Eso...,(50)</p> <p>6. eso que le indicaba yo de la parte social que se ve mucho, en psicólogos, en psiquiatras, que son personas que trabajan sobre un escritorio y le dicen:”no vuelva a fumar que es que eso le hace daño”, y que no se que y que los pañitos de agua tibia, y si se va, ese se recae al rato; pero éste, si se llega a ver a esta persona, a mí saliendo de un bar, llegando tarde, amaneciendo, por mas de que no vuelva a consumir drogas pero si tome y fume, y eso es socialmente legal y todo ese cuento, no, al contrario, debo buscar la mejoría cada día mas; y</p>	
--	--	---------	--	--

		416-422	<p>pienso que el hombre es responsable de cada día, todos los días mejorar, esa es una responsabilidad eterna, eterna, hasta el día que se muera, mejorar todos los días, no puede quedarse ahí estancado de que porque yo hice aquello y lo otro, no!, porque es que esta la responsabilidad de mejorar él todos los días.(51)</p> <p>7. a pesar del mejoramiento del estilo de mi vida, yo tengo la responsabilidad de continuar esa secuencia de crecimiento personal todos los días, eso no se va a acabar nunca, eso no se va acabar sino hasta que uno se muera pienso yo, porque hay muchos momento es que tu puedes retroceder, uno puede volver a retroceder en comportamientos atrás y volví y la embarre, entonces uno debe estar..., yo lo digo, que un modelo es lo mas adecuado, ser modelo en ese aspecto.(53)</p>	
--	--	---------	---	--

		384-395	<p>8. porque por ejemplo a la vida, a pesar de que uno empieza un estilo de vida distinto asume tantas responsabilidades que le quedan cosas de atrás que le quedan culpas, y que ya uno con la visión que tiene, tiene que enmendarlas muchas veces las de atrás, y si se presentan responsabilidades de atrás, si?, que hay que enmendar, porque eso mismo que cometí atrás se me van a presentar mas adelante, a que tengo que solucionarlos también, como voy a hacer ahí, no que: “es que ya eso murió porque es que tengo otro estilo de vida”, no!, si en este estilo de vida nuevo se me presenta la oportunidad de enmendar cosas del pasado también tengo que enmendar cosas del pasado, porque también están ahí y van a estar ahí porque el pasado, pasado esta pero uno nunca lo olvida, si?, entonces uno</p>	
--	--	---------	---	--

		521-529	<p>a veces tiene deudas con la misma vida, entonces hay que empezar a cancelar esas deudas que quedaron atrás, parte de las secuelas muchas veces de, de los errores de uno.(49)</p> <p>9. A: ¿Si no pudieras venir, si estuvieras muy cargado de cosas y no pudieras venir al grupo de todas maneras crees que podrías encontrar esa tranquilidad? X: Acordándome del grupo de pronto, Si, claro, si la encuentro porque yo ya he hecho un trabajo con el grupo, no la encontrara si no estuviera haciendo ningún trabajo, en ese caso de que yo no hubiera hecho ningún trabajo con el grupo del GAE, ten la plena seguridad de que yo lo que haría era que evadía con el trago, me iba a buscar amigos para ir a consumir, o buscaba rumba el fin de semana, o lo que fuera, pero como ya</p>	
--	--	---------	--	--

		81-89	<p>tengo trabajo hecho, yo llevo unas bases y en eso esta el GAE, ten la plena seguridad de que no me voy a dar duro, duro, duro como lo hacia antes, ve?. (70)</p> <hr/> <p>Asistente No. 2</p> <hr/> <p>1. Que yo creo que es lo mas importante, uno muchas veces, o en el caso mío, me pasaba mucho que, que yo empezaba como a buscar explicaciones, y siempre como que desplazaba, si...., lo que tenia que hacer y como tenia que actuar frente a las circunstancias que me estaban pasando en las otras personas, yo no me apropiaba, siempre buscaba las cosas afuera, ahí aprende uno que, que todo eso esta es adentro, y que por estar haciendo de pronto lo que los demás decían de alguna manera fue que me metí en problemas, como que se genero cierta confusión en mi vida, entonces</p>	
--	--	-------	--	--

		118-133	<p>ahora no, ahora pues al igual uno escucha muchas cosas, muchas versiones y uno aplica la que uno crea la mas conveniente, uno escoge, que es lo mas importante.(19)</p> <p>2. A: Me dices que llevas como tres años asistiendo, como que cambio has visto a través de esos tres años, cómo fue el primer año, y el segundo, y el tercero...., ¿Cómo ha sido eso, si ha evolucionado o...? Y: Pues si, he tenido si una evolución frente a eso, pues si, a la forma de ver las cosas, tengo bastante tiempo que no participo, pero al igual cuando participo..., al igual como es un cíclico que normalmente vuelve y se repiten cosas que ya uno ha tratado, pero las vive uno de otra manera, entonces si, yo me siento muy bien frente a eso y he aprendido muchas cosas, ósea, lo que</p>	
--	--	---------	---	--

		150-162	<p>yo he visto y he escuchado ahí me ha servido, y en algunos momentos he aplicado cosas que he escuchado ahí. A: ¿Qué cosas? Y: Pues algo que me llama a mí mucho la atención es lo del sufrimiento, lo del optimismo trágico, temas así, lo de la responsabilidad, si, ya como que estoy asumiendo la responsabilidad de mi vida ya me estoy haciendo cargo de mis cosas, ya como que no soy tan dependiente de poder hacer las cosas si las demás personas me facilitan la forma o los medios, sino como de buscar por mi mismo lo que quiero, lo que quiero conseguir.(24)</p> <p>3. Yo tuve un cambio muy drástico y muy grande cuando empecé a conocer este cuento de la logoterapia y el GAE y todo eso. A: ¿Como es qué cosas cambiaste, o sentiste el cambio? Y: En todo lo que vivo</p>	
--	--	---------	---	--

		202-210	<p>yo como que lo interpreto, y yo le meto mucho la parte espiritual a mi vida. A: ¿Qué sería eso de la parte espiritual, como meterle qué? Y: Pues yo no se, aquí se habla mucho de que en la vida no son coincidencias sino que son Diosidencias, o cosas que Dios le pone a uno en la vida para que uno capte el mensaje y le de la interpretación; entonces yo frente a cualquier situación que me pasa, yo digo “no, esto es porque de pronto la vida o Dios quiere que yo haga, o reaccione de esta manera”, entonces ya no lo veo como “hayy, siempre me pasa esto, como sufro”, sino que son cosas que me ponen para que yo evolucione o retroceda, o...pero haga algo.(28)</p> <p>4. de alguna manera como que controlo muchas cosas de mi vida, como que tengo claridad en muchas cosas,</p>	
--	--	---------	--	--

		213-219	<p>entonces si, me siento como fuerte, como fortalecido por esa parte. A: Toda esa fortaleza y todo eso que has aprendido, ya en lo que ha sido tu recuperación, cómo ha...¿qué papel ha jugado en tu recuperación? Y: Uyyy, yo creo que muy importante, muy importante porque yo antes había hecho otro proceso, pero al igual..., yo si, ósea, seguí, conocí ciertas cosas y cambié ciertas cosas, pero al igual como al igual, no se si se puede hablar de esencia o de algo así que lleve uno por dentro de.., si, de relacionarse con el contexto no existía, ahora si, si?, (34)</p> <p>5. porque como que no.., si? no disfrutaba hacer ciertas cosas, y lo hacia porque de pronto era una norma que me mandaba la sociedad, pero no porque realmente a mi me nacía, entonces hacia las cosas por cumplir, por</p>	
--	--	---------	---	--

		219-2224	<p>cumplirle a alguien, pero entonces no había satisfacción, de pronto a veces me generaba mas crisis, más conflictos, un choque de por qué tengo que hacer algo que no me gusta?, y como que siempre estaba obligado y siempre tenia que responder a algo, entonces ahora no, ahora yo me siento con mas libertad,(37)</p> <p>6. yo respondo de acuerdo a lo que yo quiera responder, ahora no me preocupa tanto lo que digan los demás, lo que me preocupa es estar bien conmigo mismo, entonces eso me da tranquilidad, ahora me siento mas libre de actuar, siento que soy persona, que ya no soy como antes que manejan, de alguna manera siempre voy a estar pues influenciado de algo, pero me siento mejor ahora que puedo manejar esas cosas.(38)</p>	
--	--	----------	--	--

		247-254	<p>7. A: Ya no te quedas pensando en lo malo, sino que ya puedes ver...¿qué? Y: Otra cosa, a mi también me sirvió mucho con la dependencia. A: ¿Cómo, en qué forma? Y: Porque yo antes dependía de muchas cosas para estar bien, frente a situaciones yo dependía de cosas, frente a situaciones yo dependía de cosas, cuando algo no me salía yo tenía que recurrir a algo, pues para superar eso y sentirme mejor, pero ahora no, ahora como que me siento mas libre, listo, me pasó algo, pero igual yo se que hay una opción, y eso está es aquí dentro, no está afuera,(42)</p>	
		276-286	<p>8. A: Cómo ves la vida ahora? Y: Como una serie de oportunidades, ya no veo la vida de dificultades, sino la vida de oportunidades, de cosas buenas, de que si me muevo consigo lo que quiero, de que estoy vivo, si?,</p>	

		339-345	<p>tengo contacto con todo, me sensibilice bastante, ahora todo lo que sucede de alguna manera está involucrado conmigo, y estoy metido, ahora estoy metido en el cuento, antes me creía una persona aparte, estaba ahí en el montón, pero ahí andaba en mi cuento, y nada, todo el mundo así alejado, ósea eso era mío, y no permitía que nadie se metiera, ni nadie se involucrara, entonces me sentía como excluido, me excluía yo mismo de las demás cosas, ahora no, talvez me siento que pertenezco a algo y que recibo muchas cosas y doy muchas cosas, entonces si, yo creo que eso es muy significativo para mi.(45)</p> <p>9. uno mismo..., uno mismo..., eso es lo bueno también del grupo, uno mismo dice: “uyy si, esto es así, esto es así”, sin que nadie le este diciendo: ”vea,</p>	
--	--	---------	--	--

		345-357	<p>cambie esto, haga esto”, que eso es lo feo y eso es lo que muchas veces a uno no le gusta, que llegue otra persona y se meta en la vida de uno, que ni sabe lo que uno esta viviendo, a decirle: “usted necesita cambiar esto, usted esta equivocado en esto”, entonces es como uno miso, como adentrarse en lo que uno vive y mirar, mirar que le conviene y que no le conviene y empezar a desechar,(52)</p> <p>10. le sirve a uno también para desechar pensamientos y creencias que al final son como que se aprendió uno en lo que ha vivido de vida y uno piensa que eso es lo que vale. A: ¿Como por ejemplo? Y: Por ejemplo..., pues yo pensaba que para mi lo mas importante era el tener, que mientras yo tuviera cosas tenia personas a mi alrededor, mientras yo tuviera palta podía tener el</p>	
--	--	---------	--	--

		362-365	<p>control de muchas cosas y como dicen prácticamente, si?: “el que tiene plata marranea y chalequea”, entonces no, yo vivía mucho en ese ambiente, y para mi lo mas importante era eso, cuando uno tenia plata tenía amigos, tenia personas a mi alrededor, pero cuando no tenia entonces ahí comenzaba mi necesidad de tener mas y de siempre tener para nunca tener que vivir el rechazo o cosas así, ahora no, ahora si yo tengo plata o no tengo plata y alguien quiere estar al lado, listo! Rico, si no quiere estar no hay ningún problema, si?,(53)</p> <p>11. entonces eso es lo que yo veo, que como que lo ubican a uno y lo posicionan como persona, no? como que es uno y lo importante es uno, y pues piensen lo que piensen los demás uno debe mirar es qué es bueno</p>	
--	--	---------	--	--

			<p>para uno, (56)</p> <p>12. pues tampoco irse a los extremos y pensar solo en lo que es bueno para uno y hacerle daño a los demás porque eso también pues de alguna manera si lo afecta, a mí me afecta mucho eso, entonces yo ahora pienso primero en mi, pero también pienso en las consecuencias que pueda acarrear lo que yo hago en los demás, entonces como que si, como que hay un equilibrio. Entonces vivo yo tranquilo y no siento culpa de de pronto hacerle daño a los demás.(57)</p> <p>13. y para tener como herramientas, no? A: ¿Como qué herramientas? Y: Pues..., herramientas como humildad, como responsabilidad, tolerancia, ser uno afectivo, amoroso, cariñoso, si?, como rescatar todos esos valores y que ya no sean como un tabú, como que</p>	
		365-370		
		443-448		

		<p>455-460</p> <p>460-462</p> <p>462-465</p>	<p>“uno de hombre no puede mostrar afecto, no puede llorar, no puede abrazar a alguien”, si? (75)</p> <p>14. A mi me ha servido eso mucho para, para de alguna manera autorregularme frente a ciertas cosas. A: ¿Cómo en qué? Y: Yo muchas veces siento las ganas, la necesidad de hacer algo pero sé que eso es mal, esta mal hecho, que me va a traer consecuencias a mí y a los demás, entonces no lo hago.(78)</p> <p>15. Yo muchas veces siento las ganas de ofender a alguien, pero de alguna manera lo pienso antes de hacerlo, ya no actúo como antes, antes era como mas primario, como mas de impulso, ya no, (79)</p> <p>16. ahora yo se que si hago esto me puedo hacer daño, como en el caso de ponerme a consumir, de ponerme a tomar..., me voy a hacer daño y le voy a hacer daño a</p>	
--	--	--	---	--

		<p>465-469</p> <p>469-477</p>	<p>las personas que están a mi alrededor, entonces no lo hago, si?. (80)</p> <p>17. Como se que si tengo un trabajo debo responder y debo cumplir, que si no cumplo va a pasar esto, y que lo que yo haga me va a traer consecuencias y después no tengo porque lamentarme, de por qué paso esto; ahora mido consecuencias, antes no, antes hacia esto, cualquier acción y no me importaba si al otro día podía pasar esto y esto , ahora no, (81)</p> <p>18. ahora yo digo..., pienso en un futuro, antes vivía solo el presente, no mas, ahora pienso en un futuro y en como lo que yo estoy haciendo ahora contribuye mucho para el futuro que yo quiera tener, entonces eso también yo creo que es muy importante para uno y para todo el mundo, porque uno actúa y vive es el</p>	
--	--	-------------------------------	--	--

		487-493	<p>momento, y tampoco, tampoco..., uno debe disfrutar del momento y del instante, eso si, si se pone uno en un futuro uno no disfruta, pero si tiene uno que medir consecuencias, el presente que estamos viviendo hoy y lo que vamos a vivir mañana está muy conectado, entonces si, eso es muy rico, me ha servido mucho, yo me siento muy satisfecho y de alguna manera feliz, no?. (82)</p> <p>19. y a veces alguien que le llega algo y dice:”uyy si, voy a hacer eso”, y después vuelven y dicen:”uyy, hice eso y me fue bien”, o “hice esto y no me fue bien pero listo, voy a intentar otra cosa, no me voy a dar por vencido”. Entonces si, como que se despierta uno, no?, y ya se da cuenta uno que hay es que actuar, acciones, no tanta carreta, ni vainas, nada de lo que uno está</p>	
--	--	---------	--	--

		598-607	<p>acostumbrado, uno sabe muchas cosas pero no las aplica, entonces ahí es cuando empieza uno: “pero por qué no me sale si yo se que esto y esto y esto?”, pero si no hago nada. (86)</p> <p>20. A: ¿Cambió tu forma de afrontar la vida? Y: Pues de pronto como en darme cuenta que sí soy responsable de todo lo que me pase. Antes yo no lo veía así, decía: “es que a mí me pasa esto porque tal y tal, o porque alguien tuvo que ver, o porque...”, siempre buscando a alguien responsable de las cosas, pero ahorita yo se que yo soy el responsable, que donde yo este es porque yo quise llegar ahí o porque no hice nada para no llegar ahí. Como que ya soy conciente de eso, como que las cosas no van a llegar porque si, sino que uno tiene que buscarlas y que no todo es siempre bien, súper bonito y</p>	
--	--	---------	--	--



	<p>ser feliz. Entendida como la manifestación de lo esencialmente humano en donde el individuo a través de su responsabilida d y conciencia puede hacer uso de su libertad</p>		<p>tanto que me ha pegado, que me ha reflejado en mi vida, que le preguntaba el tomate al huevo que qué iba a ser..., el huevo le preguntó al tomate que qué iba a ser cuando fuera grande, él le dice que él iba a ser un tomatón y entonces el huevo se pone a llorar; entonces eso es lo que..., yo pensaba en un momento, bueno, yo me reflejaba mucho en esa parte porque yo decía “yo fui así por mucho tiempo”, si ves?, muchas veces eso me pega, me pega porque yo perdí tiempo con muchas cosas en mi vida, y ese cuento, ese cuento del GAE, jajaja..., cuando lo oigo mejor dicho, claro que ya lo he asimilado, pero cuando lo escuche por primera vez dije: “pues tenaz”, eso me marcó muchísimo. A: ¿Y qué te hizo pensar después, u hoy en día cuando lo vuelves a escuchar? X: No, ya me da es risa, ya me da</p>	<p>los problemas, como que siempre vienen acompañados de una solución. Por otro lado, se evidencia la capacidad de autotrascender de el entrevistado numero uno como un camino para encontrar la felicidad. En cuanto al entrevistado número dos, los comentarios acerca de su vivencia en relación a la voluntad de sentido, arrojan información acerca</p>
--	--	--	--	--

	<p>descubriendo y eligiendo según la circunstancia en que se encuentre los caminos por medio de los cuales le dará sentido a su vida.</p>	<p>429-433</p>	<p>risa y me doy cuenta que ya no soy el mismo de antes, obvio, no me quede ahí, tenaz quedarse uno estancado. No ya no, ahora pues ya pienso que la vida sigue, tengo que continuar con ella, tengo que continuar con ella porque, qué mas?, no puedo quedarme como era antes que se quedaba uno estancado y patinaba y, ahora no. A: Ahora, ¿cómo es? X: Ah? A: Ahora, ¿cómo es? X: No pues que hay que vivir la realidad,(43) 3. entonces..., y eso pues no lo busco para ser feliz y eso me hace feliz porque está sucediendo en el momento, porque la felicidad no se busca, uno nunca debe buscar la felicidad, la felicidad esta ahí, si yo quiero sonreír en este momento estoy feliz, ahí estoy teniendo felicidad, no?,(55) 4. Porque realmente lo que uno vivía afuera era lo que</p>	<p>de cómo ésta persona logra ejercer su voluntad de sentido en situaciones de sufrimiento, encontrando en éste aportes para su vida, así como también el permitirse encontrar sentidos en cosas cotidianas, como un bus, o el encuentro con una persona, lo que le permite hoy en día percibir la vida de una manera diferente y gozarla. Igualmente ésta persona hace referencia a</p>
--	---	----------------	--	--

		496-503	<p>la sociedad y el comunismo nos exigía, nada mas, pero no me importaba lo que tenía a mi alrededor si no era..., en la parte humana sino era lo material, lo físico, lo sexual o lo que fuera, pero no la parte humana, ni espiritual y esto me enseñó a eso, a que hay unas personas a mi alrededor que existen y que son humanas y que me pueden dar y brindar mucho, y que aprendo de ellas y con eso me enriquezco y los enriquezco a ellos también cada vez que estoy aportando de mí, eso me enseñó mucho.(67)</p>	<p>su capacidad de autotranscendencia, dirigiéndose hacia los demás y conectándose con sus sentimientos, logrando así la derreflexión y encontrando motivos para ser feliz y luchar.</p>
		529-542	<p>5.Entonces eso ayuda muchísimo a que “bueno, aquí tengo mis bases, qué pasa maestro?” ya las construyó, si las construyó débiles se jodió, pero si las mantiene como es debido ya sabe que hacer. A: ¿Cuáles serían esas bases que te da el grupo de apoyo existencial? X:</p>	

			<p>Lo que me enseña ella, todo lo que me dice cada vez que entro a un grupo y todo lo que escucho de los demás. Esas son las bases que uno se lleva para mantenerse. A: ¿Me podrías decir cuáles son las principales? X: Yo podría decir que entre los ejemplos, entre las principales es lo que dice cada quien de su vida, especialmente de su vida, que es el alimento que yo me llevo, esa es la cucharada, la medicina que me están dando en el momento para darme cuenta que otros vivieron situaciones también difíciles y darme cuenta de que yo no debo cometerlas y de que tengo una solución, de que tengo problemas y que sería un problema si no los tuviera, tengo problemas y que lo que te decía anteriormente, también hay soluciones y soluciones correctas, obvio, si?.(71)</p>	
--	--	--	--	--

		553-569	<p>6. A: Tu alguna vez asististe o has asistido a las misiones existenciales que se hacen en el Grupo de Apoyo Existencial, de pronto ir a visitar niños o ancianos o enfermos terminales? C: Yo fui.... Yo no he asistido a esas misiones existenciales porque esas misiones mas que del GAE son de la institución, del trabajo de los jóvenes. He asistido pero a título personal, estuve en la UTES, la qué es que se llama?, no, no me acuerdo del nombre de ésta pero son niños..., cómo es que se llama hombre?, donde trabajan mucho el SIDA aquí en Bogotá?..., en fin, fui a una institución que habían niños con SIDA que habían nacido de papás contagiados de SIDA. A: ¿Y eso que te dejó, o qué te hizo pensar, qué te hizo sentir? X: No, eso mejor dicho yo no sabía que hacer, yo no....</p>	
--	--	---------	--	--

		569-574	<p>Yo cuando veo los niños, a mi los niños me mueven muchísimo el piso porque toda la vida yo he querido los niños, toda la vida para mi los niños han sido una debilidad en el aspecto de que son tan lindos, tan lindos y me puse tan triste, tan triste al saber que esos niños tenían SIDA. Es que habían unos niños hermosísimos, pero hermosísimos, lindos que mejor dicho, entonces no sabia yo que hacer ese día, no fue un día, fueron como cuatro días seguidos que estuve en esa institución.(73)</p> <p>7. Entonces yo miraba y hablaba con los que se encargaban de cuidar a los niños y si, y me expresaron fue eso y eso me movió muchísimo porque yo pensaba en lo triste saber que esos niños en la medida que van creciendo se les desarrolla y no van a tener la</p>	
--	--	---------	---	--

		61-65	<p>oportunidad de vivir y uno en muchos momentos la desperdicia, cuando ha estado bien, mejor que muchos, que un niño de esos que apenas está naciendo, que apenas esta viviendo y que no tiene la culpa de ese problema, si?.(74)</p> <hr/> <p style="text-align: center;">Asistente No.2</p> <hr/> <p>1. A: ¿Qué sería el Grupo de Apoyo Existencial para ti? Y: Pues a ver, para mí el grupo es...., pues es un grupo que de alguna manera le aporta a uno como nuevas expectativas frente a la vida y a la forma en que uno puede, pues si, afrontar ciertas cosas que la vida le ofrece, dificultades, problemas, sufrimiento, ver que ante cualquier situación difícil hay varias opciones;(12)</p> <p>2. A: De eso que tú escogiste, ¿qué escogiste que no</p>	
--	--	-------	---	--

		<p>90-95</p> <p>95-100</p>	<p>tenías y que al escucharlo como que lo asumiste para tu vida y empezaste a actuar así? Y: Yo creo que lo que mas me marco a mí, fue esto del cuento del sentido, el sentido de las cosas, si eso es lo que mas me marco y lo que mas me ha servido, ver que sufrir vale la pena, que listo, de alguna manera uno sufre, pero eso le puede aportar a uno algo bueno pues para mas adelante, no?;(20)</p> <p>3. entonces si, yo creo que eso, relacionado con eso y relacionado con la parte de adicción. A: ¿Cómo lo relacionas con esa parte? Y: Pues a ver, de pronto..., si, como ver que uno tiene muchas dificultades y a la ves tiene muchas oportunidades, como canalizar todo eso, lo que uno antes hacia mal para hacer cosas buenas, cosas provechosas.(21)</p>	
--	--	----------------------------	---	--

		133-138	<p>4. La felicidad, todos esos cuentos, porque la felicidad para mi era disfrutar, pero ahora tiene como otro sentido, como disfrutar las cosas que siempre han estado ahí y siempre van a estar y que uno no veía, entonces todo eso es muy rico, y eso me genera a mí tranquilidad, todas esas cosas que he aprendido, todas esos conocimientos que tengo pues de los temas del GAE, y todo lo que tiene que ver con logoterapia, que es como la cabeza de ese cuento. Y muy rico. (25)</p>	
		171-172	<p>5. A: ¿Eso te ha ayudado como a encontrarle mas fácil un sentido a tu vida? Y: Si, si, yo creo que si.(30)</p>	
		172-192	<p>6. En algunos momentos me llego a confundir, y digo: “miércoles, por qué tuve que conocer esto, por qué tuve que meterme en este cuento y tener tantas vainas”, porque en algunos momentos me siento como muy</p>	

			<p>presionado. A: ¿Presionado en qué sentido? Y: Porque le hecho mucha cabeza a las cosas. Entonces cualquier suceso que pase empiezo: “bueno, y esto qué, será o esto, será por esto, será por esto?”. A: ¿Y para qué tratas de buscarle el sentido? Y: Pues no se, de pronto es para el querer saber el porque de las cosas y para hallarle la razón, de pronto para buscar cual es la mejor opción que debo elegir ante eso, entonces muchas veces me siento presionado, cualquier cosa, yo voy en el bus y se me siente una persona al lado y que empiece a preguntarme algo, yo digo: “por qué se tuvo que haber sentado esa persona, por qué no se sentó en otro lado, por qué se sentó al lado mío?”, entonces voy y el bus y me deja dos cuadras mas adelante “bueno, y porque no me dejo donde yo le pedí la parada, porque</p>	
--	--	--	--	--

		199-202	<p>no me dejo..”, entonces, si me dejo adelante fue por algo, porque necesitaba tralalala, entonces me meto en eso....., a veces es rico, a veces me gusta, yo hasta me río, esa es la otra , que a veces me río de todo eso, como que lo disfruto y lo gozo y es hasta bacano, y si, como que me mantengo ocupado en algo, como que me distraigo ya a veces es pues hasta bueno, porque antes yo era como vacío, pasaban cosas y yo..., si?, podían pasar cosas al lado mío y yo era indiferente, mientras que ahora me involucro mas, entonces eso es rico, es rico, a mí me gusta eso, como tener algo en que ocuparse, como pertenecer a algo y estar metido en algo.(31)</p> <p>7. me siento muy bien de poder como analizar esas cosas, a veces me siento inteligente, yo soy capaz e</p>	
--	--	---------	---	--

		268-275	<p>analizar esas cosas, yo veo cosas que los demás no ven, y yo si interpreto la vida y si le encontré sentido, y si pasa esto es por alguna razón, y eso me hace sentir muy bien, si?, como importante,(33)</p> <p>8. A: ¿Si tu nunca hubieras conocido el Grupo de Apoyo Existencial, crees que sería igual a lo que me estas contando ahora, o...? Y: Yo creo que no, yo creo que no porque como te dije antes yo ya tuve la oportunidad de hacer algo relacionado frente a mi adicción, pero como que no, si?, no me marcó, ni tuvo un impacto fuerte en mi, porque al igual ,listo! Termine el proceso, salí y como que estaba en lo mismo, haciendo las mismas cosas, viviendo la vida igual, pero sin consumir. Entonces como que no..., y ahora si, ahora si hay un cambio, percibo la vida de una manera</p>	
--	--	---------	---	--

		287-300	<p>diferente, yo disfruto, yo gozo mucho.(44)</p> <p>9. A: ¿Tu crees que sería lo mismo sentarse uno solo a leer esos cuentos y esas frases y tratar de analizarlos que estar en medio del grupo, compartiendo con las demás personas? Y: No A: ¿Por qué? Y: No, para nada, porque yo creo que lo que mas le enriquece a uno es la experiencia de los demás, y el interactuar, el percibir, el sentir uno digamos el dolor que esta viviendo la otra persona en el momento de hablar o la alegría, o lo que este viviendo, pero estar viviendo como la energía que se genera ahí. A: Ese poder sentir el sentir de los demás, ¿qué te da? Y: Pues eso me da mucho, ósea, yo me conecto mucho con eso, y me da pues es dependiendo de la situación no?, según lo que este viviendo la otra persona y de lo que este hablando, me</p>	
--	--	---------	---	--

		<p>300-305</p> <p>333-339</p>	<p>puede de pronto dar a mi mucha fortaleza y muchas ganas para seguir luchando.(46)</p> <p>10. Yo a pesar de que tengo conocimiento de muchas cosas, hay días que tengo dificultades, que llego a un grupo mal, entonces lo que irradian las otras personas, de alguna manera me ayuda como a decir: “yo qué estoy haciendo, yo porqué estoy en ese estado?, si puedo estar bien, si vea, hay personas que viven cosas mas fuertes que lo que yo estoy viviendo y están bien, y al menos se le ven las ganas de salir adelante y de luchar, yo porqué me voy a dar por vencido?, (47)</p> <p>11. Para mi la felicidad eso era algo, inventado, entonces yo escuchando a los demás..., y a mi me pasaba en grupos, entonces un grupo alguien decía algo y a mi me daba como rabia, entonces yo buscaba como</p>	
--	--	-------------------------------	---	--

		<p>423-426</p> <p>428-431</p>	<p>la forma de la versión que la persona dijo, cambiársela, y como hacerlo sentir de que estaba equivocado, que lo que él decía era puras bobadas, cosas sin sentido, entonces yo después decía:”no, pues que, yo a qué juego?”, si?, entonces si eso es un cuento todo raro,(51)</p> <p>12. y aquí han venido muchas personas, que le sirve de pronto mas a las personas que tienen como baja tolerancia frente a la dificultad y a las crisis, por los temas que se tocan, como para que vean una esperanza y empiecen a ver que sí se puede,(68)</p> <p>13. A: ¿Cuáles dirías tú que son como les tres aportes principales del GAE para tu vida, o que tu le podrías decir las personas “mire esto es para tal, tal y tal”? Y: Yo pienso que para encontrarle sentido a la vida, eso es lo mas importante, a todo lo que uno haga; de ahí parte</p>	
--	--	-------------------------------	--	--

		<p>que si le encuentra uno sentido a la vida aprende a vivir bien (70)</p> <p>14. A: ¿Todo eso como para qué serviría, conocerse, conocer al resto del mundo? Y: Yo creo que para aprender a vivir, para ser feliz..., si, para ser feliz y si uno no es feliz al menos es tranquilo y vive bien (73)</p> <p>15. uno ve las personas y salen como contentas, como alegres, como con fuerzas (85)</p> <p>16. A: ¿En un futuro, cómo crees que recordarás el GAE?. Y: En el futuro.... Pues yo creo que lo recordaría como una luz de esperanza que un día como que ilumino el camino que yo tenía que recorrer para algo, y donde uno aprende de uno mismo y de los demás a ser feliz, a superar obstáculos y no se..., como conocerse uno mismo. (102)</p>	
--	--	--	--

		598-595	<p>17. A: Pero has estado en los aniversarios que celebran aquí, verdad? Y: Si en eso si he estado. A: ¿Y qué mensaje te deja asistir a esos aniversarios? Y: Pues es como ver que si se puede, como que a veces uno piensa que no, que no tanta cosa, que esto, y llega uno y ver como está esa persona de bien, de ver lo contenta que ésta, las personas que lo rodean, entonces eso como que lo conmueve a uno y hace que como que le salgan fuerzas y hace ver la vida con mas ganas como de luchar.(104)</p>	
		65-70	<p>18. conocer gente, conocer experiencias de los demás, cosas que de alguna manera ellos no han vivido, entonces uno como que uno se conecta con eso, cosas que uno no pues no ha vivido pero en algún momento puede vivir, entonces es como tener eso presente, esas</p>	

		<p>71-73</p> <p>146-150</p>	<p>soluciones y esas formas de afrontamiento que las demás personas han utilizado y de alguna manera les han servido,(13)</p> <p>19. Además es un grupo que de alguna manera se conoce y si hay como una unión, hay muchas cosas en común, eso genera como un lazo fuerte como de amistad,(15)</p> <p>20. A: ¿Y cómo te sientes colaborando, ayudando a la otra persona? Y: Pues, ósea, ahí me confronto yo mucho, porque a veces me quejo por cosas que no valen la pena y son una bobada, pues relacionado con lo que están viviendo otras personas; yo a veces me quejo porque me toco comer arroz y fríjoles, y muchas personas no tienen ni eso para comer. (27)</p> <p>21. Ósea, yo la vida la veo ahora en un constante</p>	
--	--	-----------------------------	--	--

		162-170	<p>cambio, no como antes que era como plana, me levantaba y me acostaba y ni sabia que había hecho, ni que había pasado, ni..., todos los días prácticamente eran iguales, ahora no, me levanto y salgo la calle y me encuentro con una persona que de pronto me dice algo, y yo “mira, esta persona por qué me dijo esto, y bacano, y eso debe tener un mensaje, y eso debe tener un sentido, y si me lo dijo fue por algo, si yo me encontré con una persona que estaba muy mal fue por algo, porque yo necesitaba confrontarme con esa situación, y ver que tengo que ponerme las pilas para estar bien, y ver la realidad, hay personas que sufren mucho”. Si.(29)</p>	
		254-267	<p>22. yo me abrí mas las personas, comparto mas, comunico mas, como que me gusta hablar mas, y me</p>	

			<p>gusta compartir mucho la experiencia lo que yo he aprendido y eso me enriquece, ósea, le encuentro sentido a eso y eso me hace sentir bien, se me presento de pronto la vocación de poder ayudar, y eso para mí es fundamental y eso a mí me hace sentir una persona que vale mucho, y en parte se me ha metido en la cabeza de que si yo conocí esto es porque de pronto tengo una misión de poder contribuirle a los demás lo que yo se; entonces cuando se acercan a mí “que vea, que esto, que estoy sufriendo, que se me acabó la vida, que esto...”, entonces yo empiezo a comentarles, “no pero vea, las cosas son así, pa, pa”, como que una luz, como una claridad encuentran frente a lo que uno les dice y de alguna manera después llegan y dicen: “huyy si, bien, lo que usted me dijo muy bacano y me siento</p>	
--	--	--	---	--

		287-300	<p>mejor, usted es un bacán”, entonces uno como que uyy, entonces me encarreté en eso, y en eso es en lo que ando mas o menos, pues aportando y mirando a ver que puede uno cada día aprender más.(43)</p> <p>23.A: ¿Tu crees que sería lo mismo sentarse uno solo a leer esos cuentos y esas frases y tratar de analizarlos que estar en medio del grupo, compartiendo con las demás personas? Y: No A: ¿Por qué? Y: No, para nada, porque yo creo que lo que mas le enriquece a uno es la experiencia de los demás, y el interactuar, el percibir, el sentir uno digamos el dolor que esta viviendo la otra persona en el momento de hablar o la alegría, o lo que este viviendo, pero estar viviendo como la energía que se genera ahí. A: Ese poder sentir el sentir de los demás, ¿qué te da? Y: Pues eso me da</p>	
--	--	---------	--	--

		300-305	<p>mucho, ósea, yo me conecto mucho con eso, y me da pues es dependiendo de la situación no?, según lo que este viviendo la otra persona y de lo que este hablando, me puede de pronto dar a mi mucha fortaleza y muchas ganas para seguir luchando.(46)</p> <p>24. Yo a pesar de que tengo conocimiento de muchas cosas, hay días que tengo dificultades, que llego a un grupo mal, entonces lo que irradian las otras personas, de alguna manera me ayuda como a decir: “yo qué estoy haciendo, yo porqué estoy en ese estado?, si puedo estar bien, si vea, hay personas que viven cosas mas fuertes que lo que yo estoy viviendo y están bien, y al menos se le ven las ganas de salir adelante y de luchar, yo porqué me voy a dar por vencido?, (47)</p> <p>25. para uno no sentirse solo, porque uno muchas veces</p>	
--	--	---------	--	--

		434-436	<p>creo que uno se siente solo y uno es el que mas sufre y uno es el pobrecito de la película y no, hay personas iguales y peores que uno. Entonces es como eso, para ubicarse uno, para sensibilizarse también.(72)</p>	
		558-566	<p>26. A: Bueno, son solo algunas cosas...por ejemplo, tu sabes que entre los objetivos del grupo está el hacer que las personas logren tomar distancia de sus síntomas, verdad? Y: Si, eso lo he leído varias veces. A: Bueno, y tu qué opinas? Y: Pues yo creo que si, porque como te decía la vez pasada que hablamos, yo te decía que en el grupo no se habla de cosas relacionadas directamente con la vida de consumo, nadie habla de dónde, cómo, cuánto o con quien consumía, sino que los temas que se trabajan son muy diferentes, son como cosas que van mucho mas allá,</p>	

		567-576	<p>entonces uno no tiene ni ganas de pensar en eso.(99)</p> <p>27. A: Es así desde el principio? Y: Bueno, no, es que no se...mira. A ver, al principio pues si es como diferente, porque uno esta es pensando es en otras cosas y como el grupo lo hacen los viernes que uno ya lo relacionaba era con rumba y ese cuento, pues es como raro que llegué el viernes y uno no pueda salir sino que le toca quedarse ahí y escuchar uno cuentos y eso. Pero ya con el tiempo uno va viendo cómo es y le va dando un sentido, y lo disfruta. A: Con el tiempo...</p> <p>Y: Pues si, con el tiempo uno empieza a verlo diferente, ya uno le pone atención a los cuentos y a lo que dice la gente en vez de estar pensando en la calle, entonces uno ya participa mas y empieza a disfrutar el grupo.(100)</p>	
--	--	---------	---	--

		625-633	<p>28. A: Y si en vez de buscar una palabra, osea un adjetivo o verbo o algo así , trataras de hacer como una analogía, no se con otra cosa un objeto un animal, no se... Y: Del grupo? A: No, mas bien de ti, de tu interior, de tu espíritu, tus pensamientos... Y: Es que es complicado.... Pero no se, lo primero que se ocurre es compararlo con las mariposas, que primero son un gusano y luego ya vuelan. Es como eso, como que al principio uno llega así como apenas un gusano, que no sabe ni lo que es, ni a dónde quiere llegar y termina transformándose y volando alto y lleno a donde uno quiera, es como algo así.(112)</p>	
Sentido de Vida	Es el sentido único y específico que	97-101	<p>1. A: Y entonces venir al grupo.... X: No, pues venir me cayó como dicen, de perlas. Porque yo así como estaba ya no quería ni ver a nadie y pues saber que aquí</p>	Con relación al sentido de vida se pudo apreciar que el entrevistado número uno

	<p>una persona ejerciendo su voluntad de sentido, logra otorgarle o descubrir en una situación concreta, aún en aquellas de sufrimiento inevitable. De tal forma que la vida nunca perderá su sentido,</p>	<p>164-167</p> <p>168-180</p>	<p>hay gente que a uno lo aprecia, y que lo saludan, que “quiubo”, que “¿porque tan perdido?, que ¿que más?, pues bien, si?, además es que sentir como ese calor, ese cariño...si?. (4)</p> <p>2. Especialmente para mi el grupo de apoyo existencial, lo que más me mueve de el son los momentos aquellos en que manifestamos el que tu estas al lado mío y ese momento pues en el que estamos “me alegra verte, compartir contigo” y darte un abrazo a lo último del grupo.(16)</p> <p>3. A: ¿Qué cosas has podido tu cambiar a partir de los relatos que se hacen en el grupo, de los aportes que hacen las personas? X: Yo lo que he podido cambiar o modificar, porque uno muchas veces no cambia en totalidad, lo que mas he modificado en mi vida es el</p>	<p>otorga gran importancia a los valores de experiencia como un camino para encontrar sentido de vida, ya sea en un abrazo, una palabra, un saludo etc., haciendo así más fácil y mas significativo no solo el recibir sino también dar, es decir la expresión de los valores de creación. Igualmente referencian el haber logrando encontrar sentido a la vivencia misma del grupo, en sus</p>
--	--	-------------------------------	--	---

	<p>mientras siga siendo vida.</p> <p>Para la logoterapia hay tres caminos que ayudan a encontrar sentido, estos son, los Valores de Actitud o las formas en que se asume con dignidad un</p>		<p>acercamiento a las personas, el saber que yo puedo dar un abrazo cuando yo era una persona bastante dura, dura, dura para dar un abrazo, yo los rechazaba, es tan así que yo no le daba un abrazo ni a mi mamá, si?, jamás, pero entonces ya la abrazo, y abrazo a otras personas, entonces por qué no?, y mi familia, si?, entonces eso es lo que mas he aprendido del Grupo de Apoyo Existencial, de que a lo último, a la hora de la verdad tengo gente, gente en este grupo de que somos del mismo, del mismo problema o de la misma situación, que compartimos la vida cotidiana diaria, entonces nos unimos más y ese abrazo que da uno es fuerte y eso es lo que mas me gusta, porque yo no me quería permitir sentir, jamás en mi vida, pero ya lo hago con tanta fluidez que..., rico.(17)</p>	<p>frases, cuentos y además en los aportes hechos por las demás personas. Por otro lado el asistente número dos hace referencia a la manera en que antepone sus valores de actitud para otorgar sentido a situaciones de sufrimiento y ver éste como algo que vale la pena, se podría decir , que habla de asumir una posición de si la vida a pesar de todo. Igualmente hace referencia a los</p>
--	--	--	--	--

<p>sufrimiento inevitable e ineludible, aprendiendo y creciendo a partir del dolor o la dificultad; los Valores de Creación o aquellos sentimientos de completud que se dan cuando la</p>	<p>260-264</p> <p>329-336</p>	<p>4. porque muchas veces uno en la vida también se siente solo, que ha! No tiene nada, y no eso es, no es así. Entonces este grupo me enseña que debo empezar a darme cuenta de que tengo personas alrededor mío, de que hay seres que si realmente me expresan algo, me dan un abrazo, donde realmente uno afuera en la calle no lo ve, ni nunca jamás uno lo ha visto, hasta ahora que yo tengo de vivir este tiempo..., (31)</p> <p>5. Recuerdo muchas cosas y anécdotas de mi vida y muchas veces anécdotas Pequeñas, pequeñas que tiene un sentido de vida. A: ¿Como por ejemplo cuál? X: Unas huellas de sentido que llamamos nosotros, si?. Ósea, tener de que, de pronto expresar en un grupo de que jamás en mi vida, jamás en mi vida..., me había sentido mal de darle un beso a mi mamá, por decir</p>	<p>valores de creación, expresados mediante el apoyo y ayuda a los demás, algo que para éste entrevistado se ha convertido en una manera de encontrar sentido y superarse; así como también le es posible vivenciar sus valores de experiencia, mediante los abrazos recibidos, una palabra dicha con amor, una lágrima, etc.</p>
---	-------------------------------	---	---

	<p>persona le entrega algo al mundo con la intención de dar una parte de sí, ya sea en una obra de arte, una carta, un abrazo, una sonrisa, etc. Todo aquello que le permite al hombre un contacto</p>	<p>423-429</p>	<p>algo, pero después dije “bueno, fue la primera vez que lo hice y chévere porque lo hice”, si?, entonces cosas que fluyeron a través del cuento del grupo. (41)</p> <p>6. A: Me voy a devolver un poquito a cuando me estabas hablando de encontrar sentido, ¿qué sentido o a qué le encontraste sentido en el GAE? X: Bueno, en el GAE o con el GAE le encuentro sentido a todo prácticamente. Le encuentro sentido a que lo que dice el compañero, así no se lo tenga que discutir eso es muy respetable, es darme cuenta que eso es su opinión, que en ese momento el esta expresando lo que esta diciendo porque eso es lo que esta sintiendo, si?. Le encuentro sentido a los cuentos mismos, muchísimo sentido a los cuentos, si?,(54)</p> <p>7. en ese momento pues pienso que le encuentro</p>	
--	--	----------------	--	--

	espiritual consigo mismo; y por último se encuentran los Valores de Experiencia entendidos como aquellas cosas que el ser humano se precia de recibir del mundo en diferentes	433-444	sentido mucho al grupo, si no le encontrara sentido no estaría metido ahí, te lo juro.A: ¿Y ese sentido que tu encuentras mientras estas en el grupo, participando en el grupo, se extrapola ya afuera, ya cuando sales del grupo, ya durante la semana? X: Si, ayuda. A: ¿En qué ayuda? X: Ayuda bastante en que por ejemplo uno sale del grupo, sale..., eso que como cuando llega uno a una iglesia y se, se come la hostia y sale espiritualmente lleno, es igual. Es como cuando una semana santa saber que uno tiene que tener votos de castidad, abstenerse de muchas cosas, y sale uno lleno, sabe que es una semana y asistió a la iglesia, fue a misa y se lleno de muchas cosas, así pasa aquí en el Grupo de Apoyo Existencial, es para llenarse uno durante la semana. (56)	
--	---	---------	--	--



		496-503	<p>estoy quedando tranquilo porque estoy diciendo algo de mi, que de pronto, en un momento dado no lo he dicho a nadie, o muchas veces habemos o hay personas que no tenemos la confianza para decirle las cosas a todo el mundo, entonces el grupo ayuda, poco o mucho a veces puede ser que lo bote todo, o puede ser que bote un poco de lo que quería yo decir y listo!,(59)</p> <p>10. Porque realmente lo que uno vivía afuera era lo que la sociedad y el comunismo nos exigía, nada mas, pero no me importaba lo que tenía a mi alrededor si no era..., en la parte humana sino era lo material, lo físico, lo sexual o lo que fuera, pero no la parte humana, ni espiritual y esto me enseñó a eso, a que hay unas personan a mi alrededor que existen y que son humanas y que me pueden dar y brindar mucho, y que aprendo</p>	
--	--	---------	--	--

		<p>575-580</p>	<p>de ellas y con eso me enriquezco y los enriquezco a ellos también cada vez que estoy aportando de mí, eso me enseñó mucho.(67)</p> <p>11. Eso me marcó muchísimo, en este momento estoy lidiando con un niño que tiene problemas de Down, yo lo agarro, yo juego con él, lo beso, lo consiento, lo aprieto, lo acaricio, si?, y juego muchísimo y el se ríe y eso friega, mejor dicho, desde que me levanto yo creo que hasta que me acuesto estoy con el niño, porque en mi apartamento donde yo estoy viviendo, ahí hay un apartamento al lado donde lo tienen, y allá voy yo todos los días y le llevo cosas, le llevo dulces, y así. (75)</p>	
		<p>580-589</p>	<p>12. No es fácil un niño con problema de Down o con problemas físicos, porque ese trabajo también hay que</p>	

		590-603	<p>saberlo hacer, yo pienso que en el caso mío a mi me mueve mucho y acercarme a un niño, tener que agarrarlo, tener que.... Estoy haciendo ese trabajo con éste. A: ¿Porqué decidiste ir a visitar a estos niños, por qué decidiste trabajar con él? X: En este niño especialmente porque, porque hombre ellos no tienen la culpa, y saber de que yo puedo dar de mi, yo lo hago, yo se que yo puedo dar mucho de mi y saber que yo en este momento, en este momento mi responsabilidad es muy grande, que son cinco niños empezando con la mía, entonces no quiero para esos niños que les suceda nada que tampoco les vaya a suceder a la mía.(76)</p> <p>13. A: Cuando tu das de ti, ¿qué sientes, cómo te ves, cómo te sientes cuando puedes entregarte o entregar algo de ti? X: Un niño, me siento un niño. A: ¿Cómo es</p>	
--	--	---------	--	--

			<p>eso? X: Jugar, me arrodillo, me agacho, brinco y digo cosas como niño y hablo como un niño, así lo hago, con este niño lo hago así, con la mía lo hacia así y con los otros niños de la mamá de la niña mía, también. A: Y para ti cómo persona, ¿qué te hace? X: Ah no, yo me siento muy feliz, como persona yo me siento, uff, súper. Siento que no estoy haciendo una cosa porque es mi obligación hacerla, no, sino porque me nació, porque un niño se merece ese derecho a que lo consientan, a que lo mimen, a que lo aprecien, a que lo acaricien, porque muchas veces siento que eso en mi vida marcó una situación que la descubrí también que es que nunca me lo dio mi mamá. Ahora me doy cuenta de que yo lo regalo así a los niños, a todos los niños, así es, eso me pasa.(77)</p>	
--	--	--	---	--

		Asistente No.2	
	61-65	1. A: ¿Qué sería el Grupo de Apoyo Existencial para ti? Y: Pues a ver, para mí el grupo es...., pues es un grupo que de alguna manera le aporta a uno como nuevas expectativas frente a la vida y a la forma en que uno puede, pues si, afrontar ciertas cosas que la vida le ofrece, dificultades, problemas, sufrimiento, ver que ante cualquier situación difícil hay varias opciones;(12)	
	77-81	2. pero igual lo que se trata ahí es lo que yo creo, es lo que conecta todo. A: ¿De esas cosas que se tratan ahí, cuáles te han dejado una huella, te han calado más? Y: Pues ahí se han tocado muchos temas que tienen que ver, con lo de..., si, la razón de las cosas.(18)	
		3. A: De eso que tú escogiste, ¿qué escogiste que no	

		<p>90-95</p> <p>118-133</p>	<p>tenías y que al escucharlo como que lo asumiste para tu vida y empezaste a actuar así? Y: Yo creo que lo que mas me marco a mí, fue esto del cuento del sentido, el sentido de las cosas, si eso es lo que mas me marco y lo que mas me ha servido, ver que sufrir vale la pena, que listo, de alguna manera uno sufre, pero eso le puede aportar a uno algo bueno pues para mas adelante, no?;(20)</p> <p>4. A: Me dices que llevas como tres años asistiendo, como que cambio has visto a través de esos tres años, cómo fue el primer año, y el segundo, y el tercero..., ¿Cómo ha sido eso, si ha evolucionado o...? Y: Pues si, he tenido si una evolución frente a eso, pues si, a la forma de ver las cosas, tengo bastante tiempo que no participo, pero al igual cuando participo..., al igual</p>	
--	--	-----------------------------	--	--

			<p>como es un cíclico que normalmente vuelve y se repiten cosas que ya uno ha tratado, pero las vive uno de otra manera, entonces si, yo me siento muy bien frente a eso y he aprendido muchas cosas, ósea, lo que yo he visto y he escuchado ahí me ha servido, y en algunos momentos he aplicado cosas que he escuchado ahí. A: ¿Qué cosas? Y: Pues algo que me llama a mí mucho la atención es lo del sufrimiento, lo del optimismo trágico, temas así, lo de la responsabilidad, si, ya como que estoy asumiendo la responsabilidad de mi vida ya me estoy haciendo cargo de mis cosas, ya como que no soy tan dependiente de poder hacer las cosas si las demás personas me facilitan la forma o los medios, sino como de buscar por mi mismo lo que quiero, lo que quiero conseguir.(24)</p>	
--	--	--	--	--

		139-145	<p>5. A: ¿Tu alguna vez has asistido a una misión existencial? Y: ¿A una misión existencial?, no. A: ¿Ir a visitar a los niños? Y: No, pero normalmente yo relaciono mucho eso con el diario vivir, al igual yo me encuentro con una persona que tiene necesidades así como fuertes, y de alguna manera pues eso me llega, y en la medida que pueda pues colaboro. Si?, normalmente hago eso?(26)</p>	
		225-233	<p>6. A: ¿Me decías ahora que esa relación con el contexto cambió, cómo cambió, en qué cambió? Y: Pues..., cómo cambió?..., pues yo creo que si, eso cambió muchísimo, muchísimo, porque no se, yo como persona me siento otro, por ejemplo yo antes no estaría en este momento hablando contigo, sería por qué, para qué, digamos ahora yo le estoy haciendo una interpretación</p>	

		241-246	<p>a ésta reunión, entonces yo digo no, si estamos hablando es porque se presentó la situación, porque tu de pronto de alguna manera necesitas algo, ahora a mi me sirve mucho hablar contigo, recordar algunas cosas, eso va a ayudar a muchas personas, va a contribuir a esto..., entonces yo veo que es por eso,(39)</p> <p>7. ya como que hay una manera de vivir y de afrontar las cosas como distinta a la anterior, entonces ya si, listo, hay una situación y yo escojo el camino que no es, igual voy a sufrir y voy a pasar cosas fuertes, pero igual tengo la capacidad y me agarro de esto para saber superarlas y para saber enfrentarlas, entonces ya a mí ya las dificultades no son una caída al vacío, sino como lo que son, como algo que diste un tropezón y se levantó y avanzó un poco.(41)</p>	
--	--	---------	---	--

		254-267	<p>8. yo me abrí mas las personas, comparto mas, comunico mas, como que me gusta hablar mas, y me gusta compartir mucho la experiencia lo que yo he aprendido y eso me enriquece, ósea, le encuentro sentido a eso y eso me hace sentir bien, se me presento de pronto la vocación de poder ayudar, y eso para mi es fundamental y eso a mí me hace sentir una persona que vale mucho, y en parte se me ha metido en la cabeza de que si yo conocí esto es porque de pronto tengo una misión de poder contribuirle a los demás lo que yo se; entonces cuando se acercan a mi “que vea, que esto, que estoy sufriendo, que se me acabó la vida, que esto...”, entonces yo empiezo a comentarles, “no pero vea, las cosas son así, pa, pa”, como que una luz, como una claridad encuentran frente a lo que uno les dice y</p>	
--	--	---------	---	--

		276-286	<p>de alguna manera después llegan y dicen: “huyy si, bien, lo que usted me dijo muy bacano y me siento mejor, usted es un bacán”, entonces uno como que uyy, entonces me encarreté en eso, y en eso es en lo que ando mas o menos, pues aportando y mirando a ver que puede uno cada día aprender más.(43)</p> <p>9. A: ¿Cómo vez la vida ahora? Y: Como una serie de oportunidades, ya no veo la vida de dificultades, sino la vida de oportunidades, de cosas buenas, de que si me muevo consigo lo que quiero, de que estoy vivo, si?, tengo contacto con todo, me sensibilice bastante, ahora todo lo que sucede de alguna manera está involucrado conmigo, y estoy metido, ahora estoy metido en el cuento, antes me creía una persona aparte, estaba ahí en el montón, pero ahí andaba en mi cuento, y nada, todo</p>	
--	--	---------	--	--

		<p>305-308</p> <p>383-390</p>	<p>el mundo así alejado, ósea eso era mío, y no permitía que nadie se metiera, ni nadie se involucrara, entonces me sentía como excluido, me excluía yo mismo de las demás cosas, ahora no, talvez me siento que pertenezco a algo y que recibo muchas cosas y doy muchas cosas, entonces si, yo creo que eso es muy significativo para mi.(45)</p> <p>10. entonces si, es muy rico, se siente que uno vale como persona, que uno es escuchado, se da como mucho afecto, mucho cariño, mucha hermandad y mucha unión, entonces eso lo hace sentir a uno que si, que uno vale y que uno es importante para alguien.(48)</p> <p>11. y la ronda de manos si es como ya, como sentir uno la otra persona, eso es muy rico que otra persona le coloque a uno la mano y le diga “no, yo a usted lo</p>	
--	--	-------------------------------	--	--

		390-394	<p>aprecio y es importante y usted vale”, es como una especie de reconocimiento y como un apoyo, que en cualquier momento mi mano va a estar ahí para apoyar cuando lo necesite, si?, cosas así bonitas que lo llenan a uno mucho y son muy significativas, normalmente yo no hacia eso ni con mi familia, yo me daba abrazos con mi familia los treinta y unos de diciembre imagínese, entonces esperar un año para sentir eso?...(61)</p> <p>12. entonces como que esa dinámica es muy rica y la gente le gusta mucho y disfruta mucho, uno abraza a otra persona fuerte o suave, de alguna manera uno siente, uno siente muchas cosas que de pronto no se, no puede uno describir, pero le da a alegría, le da a una emoción, se siente uno querido y que uno es importante y de alguna manera eso para la autoestima le sirve a</p>	
--	--	---------	---	--

		398-404	<p>uno muchísimo. (62)</p> <p>13. o uno toma la iniciativa y va y abraza a una persona que hasta ahora ve y “rico que este aquí y tal, bacano que siga viniendo y tal”, empieza uno como a interactuar y como a relacionarse, y eso es muy bueno, como socialización es muy bueno porque como que se empieza uno a quitar como las prevenciones que tenía uno hacia la demás gente y a mí me ha servido mucho eso para socializarme, para ser uno mas afectuoso, para poder expresar lo que uno sienta, entonces todo eso, eso es como un conjunto de cosas que si, se fusionan para generar algo.(64)</p>	
		428-431	<p>14. A: ¿Cuáles dirías tú que son como les tres aportes principales del GAE para tu vida, o que tu le podrías decir las personas “mire esto es para tal, tal y tal”? Y:</p>	

		<p>443-448</p>	<p>Yo pienso que para encontrarle sentido a la vida, eso es lo mas importante, a todo lo que uno haga; de ahí parte que si le encuentra uno sentido a la vida aprende a vivir bien (70)</p> <p>15. y para tener como herramientas, no? A: ¿Como qué herramientas? Y: Pues..., herramientas como humildad, como responsabilidad, tolerancia, ser uno afectivo, amoroso, cariñoso, si?, como rescatar todos esos valores y que ya no sean como un tabú, como que “uno de hombre no puede mostrar afecto, no puede llorar, no puede abrazar a alguien”, si? (75)</p>	
		<p>517-522</p>	<p>16. Y además algo que se olvido tocar es lo del grito, el grito “vuelvan que esto funciona”, eso es algo muy significativo. A: ¿Por qué? Y: Porque, ósea, que si tiene un sentido, si vale la pena asistir ahí, que uno va</p>	

		608-610	<p>ahí y no pierde el tiempo (93)</p> <p>17. A: Ahora te es más fácil sobrellevar las dificultades? Y: Si, y por lo que te decía la otra vez, yo ya he aprendido a ver el sufrimiento de una manera distinta, entonces es lo que te decía, ahora vivo eso con optimismo trágico.(107)</p>	
Red de Apoyo	<p>Contar con personas al interior del grupo que le brinden seguridad, confianza y apoyo, es de vital</p>	81-88	<p>1. A: Bueno, ¿tú seguiste asistiendo al GAE después de que saliste de aquí? X: Pues yo procuro venir, pero a veces como yo trabajo hasta tarde a veces pues ya uno llega cansado y no vengo. Pero si, yo cada vez que puedo pues aquí llego, además porque es rico encontrarse aquí con la gente, con los amigos que son como la familia, porque es que yo como me la paso acá pues ya me siento como te dijera?...como en mi segundo hogar, mi otra casa, si?, tu sabes que aquí uno</p>	<p>Respecto a la red de apoyo, el entrevistado número uno cuenta desde su vivencia como pudo encontrar personas con las cuales crear lazos afectivos, que se podría entender como una manera de darse al mundo y recibir de este,</p>



		293-305	<p>ahí, y gente que me quiere y que yo quiero.(32)</p> <p>4. y yo creo que se va a encontrar con cosas buenas, porque un grupo no le va a decir a la gente que se va a encontrar con cosas malas, como la equivocación que tenemos en la sociedad de que “un centro de rehabilitación para drogadictos o para...uyy no, cómo será eso?”, y no es así, esta muy equivocada la gente, entonces yo mas bien..., que lo vivan. A: Y si te preguntan, ¿usted con qué cosas buenas se ha encontrado?, qué dirías? X: No pues si, contestaría muchas cosas. A: ¿Como por ejemplo? X: Les contestaría que he tenido una paz espiritual, les contestaría que he encontrado amigos, amigos -amigos, no amigos de sociedad, sino amigos de verdad en una casa, de que tengo una familia más, se agregó una</p>	<p>mas posicionado frente a la vida.</p>
--	--	---------	---	--

			<p>familia mas a mi vida, esto es parte, es otra familia; yo llego aquí la hora que sea, salgo a la hora que sea, entro al Grupo de Apoyo Existencial, si?, y sin embargo me paran, “bueno ya”, entonces tengo que....(36)</p> <hr/> <p style="text-align: center;">Asistente No. 2</p> <hr/> <p>1. al igual eso le sirve a uno para sentir que uno pertenece a algo, por el solo hecho de uno venir uno ya hace parte, entonces de alguna manera como que eso lo posiciona a uno(59)</p> <p>2. como para sentir un apoyo de los demás, compartir así como ameno, si?, a todos, uno se enriquece, uno se enriquece mucho.(69)</p>	
Resocializar	Promover las condiciones sociales que	478-483	<p>1. A: ¿Por qué te gustaría montar un Grupo de Apoyo Existencial? X: Por lo que te acabo de manifestar en muchas cosas más. Porque ayuda, yo siento que ayuda</p>	Tomando como base que las personas con problemas de adicción en su proceso

	<p>favorezcan en los seres humanos el desarrollo integral de su persona.</p>	<p>483-487</p> <p>487-492</p>	<p>muchísimo, ayuda bastante y mas que todo en la parte de..., también en esta parte donde las personas las sensibiliza bastante y con ésta situación que vivimos tan violenta empieza a haber un buen roce social, que es el que tanto hemos perdido en este mundo;(63)</p> <p>2. si tu te das cuenta aquí lo miran a uno feo pensando que uno es un ladrón y resulta que no es ladrón, nosotros nos miramos mal, como el perro y el gato aquí en la sociedad, en la calle es así, uno ve y la gente es como los caballos que nada mas les pones, les tapan y no miran para los lados, y eso ayuda para que la gente sea socialmente relacionada.(64)</p> <p>3. Entonces ese roce, otra vez volver a tener ese contacto con el ser humano que se ha perdido muchísimo, especialmente por ese lado sería</p>	<p>de recuperación buscan la resocialización como una herramienta para mantenerse en sobriedad y ejecutar su capacidad de autotranscendencia, se puede observar como el asistente número uno manifiesta como el hecho de poder compartir con los demás lo sensibiliza y le anima a buscar mejores relaciones sociales, menos prevenido y con mas confianza en los demás.</p>
--	--	-------------------------------	--	--

		<p>398-404</p>	<p>buenísimo, que la gente otra vez tenga contacto, como en los pueblos, en los pueblos se ve muchísimo “hola, qué tal, cómo estas, cómo te va?”, aquí no, aquí la gente en la ciudad y en muchas ciudades del país la gente esta así, ni el saludo y si saludan es porque es conocido desde hace mucho tiempo, pero a otras personas no.(65)</p> <hr/> <p style="text-align: center;">Asistente No.2</p> <hr/> <p>1. o uno toma la iniciativa y va y abraza a una persona que hasta ahora ve y “rico que este aquí y tal, bacano que siga viniendo y tal”, empieza uno como a interactuar y como a relacionarse, y eso es muy bueno, como socialización es muy bueno porque como que se empieza uno a quitar como las prevenciones que tenia uno hacia la demás gente y a mí me ha servido mucho</p>	<p>Por otro lado el entrevistado número dos hace referencia a la resocialización con comentarios que aluden al interactuar y relacionarse con los demás, no solo con palabras, sino desde un abrazo o un saludo amistoso, quitando prevenciones anteriormente creadas y logrando ser mas afectuoso con los demás.</p>
--	--	----------------	---	---

		514-517	<p>eso para socializarme, para ser uno mas afectuoso, para poder expresar lo que uno sienta, entonces todo eso, eso es como un conjunto de cosas que si, se fusionan para generar algo.(64)</p> <p>2. eso le sirve mucho a uno para esto, para poder interactuar. Yo antes, si?, antes de haber conocido esto yo no hubiera sido capaz e sentarme con una muchacha tan bonita así frente a mi, jajajaja. Si, si ves cómo me ha servido?, el grupo es bueno, jajaja.(92)</p>	
Confrontación Existencial	Lograr un mayor conocimiento de sí mismos y la posibilidad de	190-200	<p>1. A: ¿Alguna vez durante el Grupo de Apoyo Existencial, gracias a lo que decían las demás personas o al cuento que se leía, o la frase o, a la canción que pongan, descubriste cosas que de pronto no habías visto? X: Si claro. A: ¿Como cuáles? X: ¿Como cuáles?..., descubrí que, que yo soy demasiado</p>	Teniendo en cuenta que una persona que aún no reconoce su esencia o su vocación es presa fácil de la tríada neurótica de masas, cobra importancia

	<p>expresión y conocimiento de su esencia personal.</p>	<p>206-213</p>	<p>sensible, demasiado sensible a pesar de que me muestro muy, muy fuerte, y que darme cuenta de que, de que en un momento dado también soy un llorón, yo lloro, yo no pensé que lloraba, pero yo lloro, pero yo lloraba a solas, a escondidas, yo no lloraba ante los demás, y ya he aprendido a que debo permitirme sentir ese sentimiento y lo expreso, llorar no quiere decir que sea menos hombre, eso me ha enseñado mucho. (19)</p> <p>2. es como permitirme darme cuenta de que “bueno, fallé”, de que debo permitirme fallar, de que si en un momento dado yo no permito fallar, entonces que estoy haciendo?, no estoy haciendo nada, yo debo fallar, y yo fallo y todo ser humano falla, entonces me he dado cuenta de eso de que muchas veces yo quería ser esa persona psicorrígida de que: “no, que esto es así, que</p>	<p>el hecho de que el entrevistado número uno desde su vivencia haga referencia a la confrontación existencial experimentada, manifestando que pudo descubrir su sensibilidad, su capacidad de fallar y aceptarlo dignamente, el poder confrontarse y buscar soluciones, así como reconocer su capacidad de darse a los demás. Del mismo modo</p>
--	---	----------------	--	---

		<p>220-222</p> <p>227-231</p>	<p>mire”, que yo no fallaba, y no si yo fallo, entonces ya me han enseñado a descubrir ciertas cosas que la vida es otra cosa diferente, de que no debo mostrarme perfecto ante los demás, de que no debo ser.... (21)</p> <p>3. una de las cosas que me ha enseñado también eso es tener muchísima, muchísima fe de que yo puedo hacer las cosas, desde luego lo mejor posible, no bien, pero lo mejor posible.(23)</p> <p>4. Muy conflictivo era, muy conflictivo, y esto me ha enseñado, me enseña muchísimo a relajarme, a encontrarme conmigo mismo, si? a salir y encontrarme, ponerme en una posición de que, en la que debo estar correctamente, hoy en día siento que si me dicen algo, no es como aquella persona que no aceptaba,(26)</p> <p>5. A: Me llamó la atención ahorita cuando dijiste que</p>	<p>el asistente número dos habla de quitarse una venda y lograr ver más allá de si mismo, y también dentro de sí, logrando reencontrarse y reconocerse ubicándose así en la realidad y actuando desde su esencia, libre y responsablemente.</p>
--	--	-------------------------------	---	---

		235-244	<p>es “salir y encontrarme”, ¿cómo me podrías explicar eso? X: Es una cosa tácita que llaman, es?... que no se siente, simplemente mirar “bueno qué paso, Yo aquí en este lado”, y mirar bueno listo, y luego volver y retomar y entrar en mí, entonces eso es muy, es como muy simple, lo que pasa es que no se ve, salgo, me pongo aquí: “bueno,¿qué pasa con usted hermano?”, es como mirarme en un espejo al mismo tiempo y “ojo con esto que eso no es así”, y hablo conmigo mismo y lo hago de una manera muy interior, muy mía, dentro de la habitación, en el apartamento, donde esté y “bueno, yo fallé”. Eso me sucede en los momentos cuando entro en discusión con algo, con una situación que haya cometido, con un hecho que haya hecho digamos mal; (28)</p>	
--	--	---------	---	--

		493-496	<p>6. A: Entonces cómo podrías decir que ya para ti, como persona, para tu existencia ¿qué significó haberte encontrado en tu vida con el grupo? X: Significó para mí el haberme encontrado en mi vida con el GAE..., es el haberme encontrado conmigo mismo también y con los demás. (66)</p>	
		615-619	<p>7. Porque es que parte del grupo es eso, sensibilizarlos y sensibilizarme y darme cuenta de que tengo que dejar de ser el plástico aquel o la plástica, que no más vivo porque mi papá me lo da todo, entonces yo le doy todo a mi hijo pero no le doy afecto, no le doy cariño, no le doy....(79)</p>	
		147-152	<p>8. A: ¿Cómo me describirías tú el grupo? X: Te lo describiría de una manera bastante sensibilizadora, donde realmente el grupo toca a fondo la parte humana</p>	

		<p>357-360</p> <p>416-419</p>	<p>y hace sentir un despertar que en un momento dado uno cree que nunca lo ha tenido, pero si lo tiene pero es en el momento que se están haciendo los grupos; es donde uno se da cuenta de que hay algo mas en la vida por uno empezar a descubrir.(12)</p> <hr/> <p style="text-align: center;">Asistente No. 2</p> <hr/> <p>1. como ver como con claridad, de alguna manera yo pienso que tenía como los ojos vendados, y aplicar ahora toda, toda, toda la información que yo he recibido pues todos los años que llevo viviendo, y aquí no, aquí como que estoy experimentando cosas nuevas, si?, (54)</p> <p>2. es que creo que la mejor parte del grupo es ver que no hay ninguna persona que no tenga problemas, todos tenemos problemas pero a algunos los marca mas que a</p>	
--	--	-------------------------------	---	--

		<p>420-423</p> <p>432-433</p>	<p>otros, entonces una persona que tenga buena capacidad de afrontar los problemas le serviría porque le aportaría a los demás y se conocería a ella ciertas cosas, no?;(66)</p> <p>3. uno viene y uno escucha y como que se revisa por ahí bien adentro de uno y se da cuenta de muchas cosas que de alguna manera uno había dicho: “uyyy!, yo soy así, yo tengo esto, y yo viví esto y a mi me paso eso”, entonces si, eso es lo que hace que el grupo sea como tan bueno y como tan productivo,(67)</p> <p>4. y lo otro es como para conocerse, para conocerse uno, si?, cómo es realmente, cómo afronta uno las cosas, si?, como un conocimiento y para uno ubicarse en la realidad,(71)</p> <p>5. pero vivir bien no es tener comodidades y eso, sino</p>	
--	--	-------------------------------	--	--

		439-443	<p>vivir uno bien, aceptarse uno como es y reconocerse y entender como la realidad de lo que uno vive, con esto le da uno mucha interpretación a lo que uno vive, entonces de alguna manera ya conoce uno ciertas cosas, entonces ya tiene uno tranquilidad (74)</p>	
		448-451	<p>6. entonces uno se sensibiliza mucho, empieza uno como ha actuar como uno es realmente, eso es lo importante actuar como uno es y actuar bien, claro, hacer las cosas como debe ser, entonces ya tiene uno como ese grado de conciencia, como que se despeja uno, (76)</p>	
		479-486	<p>7. y al igual yo veo que eso también ha influenciado a muchas personas en la forma de vivir, desde que inician esto hasta el momento en el que están. A: ¿Como qué cambios has visto? Y: Pues aquí las</p>	

		<p>581-585</p> <p>625-633</p>	<p>personas llegan y llegan como muy reacias, como que no creen, no creen ni en ellas, ni en lo que los demás les dicen, entonces ya después salen y como que salen mas concientes de ciertas cosas, hay como mas conscientización, y salen como fortalecidos (84)</p> <p>8. A: ¿En un futuro, cómo crees que recordarás el GAE? Y: En el futuro.... Pues yo creo que lo recordaría como una luz de esperanza que un día como que ilumino el camino que yo tenía que recorrer para algo, y donde uno aprende de uno mismo y de los demás a ser feliz, a superar obstáculos y no se..., como conocerse uno mismo. (102)</p> <p>9. A: Y si en vez de buscar una palabra, osea un adjetivo o verbo o algo así , trataras de hacer como una analogía, no se con otra cosa un objeto un animal, no</p>	
--	--	-------------------------------	---	--

			<p>se... Y: Del grupo? A: No, mas bien de ti, de tu interior, de tu espíritu, tus pensamientos... Y: Es que es complicado.... Pero no se, lo primero que se ocurre es compararlo con las mariposas, que primero son un gusano y luego ya vuelan. Es como eso, como que al principio uno llega así como apenas un gusano, que no sabe ni lo que es, ni a dónde quiere llegar y termina transformándose y volando alto y lleno a donde uno quiera, es como algo así.(112)</p>	
Equilibrio Emocional	Sentimientos de tranquilidad proporcionados durante su vivencia en el	456-463	<p>1. porque la idea del grupo es escuchar a las otras personas que muchas veces el tema es para mi vida, influye en mi vida, y que ha pasado hoy en mi vida, entonces lo estoy botando y lo relaciono con mi vida, cuando lo relaciono con mi vida en el grupo entonces estoy quedando tranquilo porque estoy diciendo algo</p>	<p>En cuanto al equilibrio emocional vivenciado en su experiencia, el asistente número uno refiere que logra encontrarlo a medida</p>

	<p>grupo logoterapéutic o.</p>	<p>467-468</p> <p>105-117</p>	<p>de mi, que de pronto, en un momento dado no lo he dicho a nadie, o muchas veces habemos o hay personas que no tenemos la confianza para decirle las cosas a todo el mundo, entonces el grupo ayuda, poco o mucho a veces puede ser que lo bote todo, o puede ser que bote un poco de lo que quería yo decir y listo!(59)</p> <p>2. Entonces es eso, el grupo..., eso es en la parte donde mas me ha ayudado a mi, salgo yo tranquilo.(61)</p> <hr/> <p style="text-align: center;">Asistente No.2</p> <hr/> <p>1. A: ¿Qué otros cambios a traído para tu vida o qué pudiste aprender a partir de esos relatos que se hablan, de las opiniones de la gente? Y: Ya. Sí, pues yo era muy reacio a esos grupos, a mi sinceramente no me gusta así compartir y entrar a grupos donde de alguna manera uno como que va a estar a la expectativa del</p>	<p>que se va descargando de pensamientos negativos.</p> <p>Por otro lado el asistente número dos hace referencia a un equilibrio emocional logrado a partir de confrontarse consigo mismo y de encontrar sentido en el mundo circundante y en los mensajes recibidos mediante el grupo.</p>
--	--	-------------------------------	--	---

		192-199	<p>que habla, del que no habla, normalmente cuando yo asistía a esos grupos yo creía que lo mas importante era hablar, y hablar, y hablar y hablar, y no, como que yo cuando entro ahí como que siento tranquilidad, como que me desconecto un poco de la realidad que estoy viviendo, para mi es un espacio de tranquilidad. A: Y esa tranquilidad, ¿sigue después de que sales? Y: Sí, normalmente si, la mayoría de las veces salgo relajado, otras salgo cuestionado, pero igual salgo bien; ósea, siempre que entro salgo bien, nunca he salido como crítico, como preocupado, peor, como decir, “huyy, no no paga entrar a un grupo de esos porque uno sale es peor o sale uno mal” (23)</p> <p>2. Entonces normalmente si, eso sucede en ciertos momentos, pero yo en todo momento estoy mirando las</p>	
--	--	---------	---	--

		379-383	<p>cosas, como dándoles la interpretación de lo que es la logoterapia y el sentido, y la energía y el universo. A: ¿Y eso, como qué te da? Y: Pues no se, de pronto como..., pues sinceramente yo muchas veces no percibo cual es el beneficio, lo que recibo de eso, pero lo que yo a veces lo que palpo de eso es como una tranquilidad,(32)</p> <p>3. el himno de alguna manera lo sensibiliza a uno, el escuchar el himno pues de alguna manera hace..., tiene un mensaje fuerte y muy directo, mas que todo a las personas que hemos consumido, de alguna manera nos toca mas, entonces ya ahí entra uno como desarmado, ya entra uno como con mas disposición, como mas tranquilo (60)</p> <p>4. A: Tu disfrutas los grupos del GAE? Y: Huy si, yo</p>	
--	--	---------	--	--





		318-320	<p>consideras tú que ese aprender a sentir es importante?</p> <p>X: Porque muchas veces nosotros, a nosotros nos da miedo expresar lo que sentimos, parte de eso es que hacer el oso, de que “mire hombre, no quiero quedar mal ante los demás”, y yo como ser humano fallo, y permitirme sentir es muchas veces permitirme sentir fallar, si?, es eso, permitirme que yo fallo, de que yo no soy un ser perfecto, de que todo el mundo falla, de que el término en la calle “es perfecto!”, no, es mentira, no hay nada perfecto, están muy equivocados, es un termino muy utilizado en la calle:”perfecto, perfecto”, no!, perfección no hay para mi.(38)</p> <p>5. Entonces es permitirme sentir de que yo fallo, de que yo siento, de que yo lloro, de que no debo reprimirme lo que estoy sintiendo, porque cada día que mas</p>	
--	--	---------	---	--

		<p>451-456</p> <p>456-463</p>	<p>reprima mas daño me hago, si?,(39)</p> <p>6. Pero entonces me llena mucho. A: ¿Cuando tu dices, “me llena mucho, me llena espiritualmente”, cómo me explicarías qué es eso? X: Eso es estar yo tranquilo, eso es darme cuenta de que muchas veces me descargo de cosas que tengo guardadas, dentro del grupo cuando me descargo, al escuchar, listo! Rico,(58)</p> <p>7. porque la idea del grupo es escuchar a las otras personas que muchas veces el tema es para mi vida, influye en mi vida, y que ha pasado hoy en mi vida, entonces lo estoy botando y lo relaciono con mi vida, cuando lo relaciono con mi vida en el grupo entonces estoy quedando tranquilo porque estoy diciendo algo de mi, que de pronto, en un momento dado no lo he dicho a nadie, o muchas veces habemos o hay personas</p>	
--	--	-------------------------------	---	--

		504-515	<p>que no tenemos la confianza para decirle las cosas a todo el mundo, entonces el grupo ayuda, poco o mucho a veces puede ser que lo bote todo, o puede ser que bote un poco de lo que quería yo decir y listo!,(59)</p> <p>8. A: Entre los objetivos del GAE hay uno que plantea que sirve para que la persona deje como de estar pensando y reflexionando todo el tiempo en sus problemas, en sus síntomas, en el caso de la adicción estar pensando en el consumo, ¿tú crees que sí sirve para eso? X: Claro, claro porque es que ponle cuidado, tu llegas y te encuentras en una selva de cemento donde vas a encontrar muchos aspectos de la vida donde son absorbentes para de pronto muchas veces y la mayoría de ellas, para arruinar tu vida, si para progresar en muchas cosas, pero si miramos lo que es le</p>	
--	--	---------	---	--

		515-520	<p>consumismo, el alcohol, las drogas, las rumbas, el trago, aquello no deja nada bueno y nunca ha dejado nada bueno, y tu vives todos los días esas situaciones afuera, es obvio que cuando tu llegas al grupo tu te descargas de eso y sales tranquila y de pronto sales hasta motivada a no dejarte convencer de muchas cosas que suceden en la sociedad, si?. (68)</p> <p>9. Entonces es eso, el grupo me ha enseñado a que yo tengo problemas y muchas veces vengo aquí y los boto y eso me ayuda, me ayuda, entonces salgo otra vez lleno, y que lo haga una vez a la semana, entonces eso me esta, estoy en un proceso en el cual estoy saliendo...entrando en dificultades y al mismo tiempo buscando las alternativas para salir. Es un grupo como también en el plan de soporte que llamamos, que se</p>	
--	--	---------	--	--

		604-615	<p>trata de eso.(69)</p> <p>10. A: Y ya hablando de las cosas por decir anexas al GAE, que de pronto en la literatura no esta, que es lo que me decías hace un momento de la ronda de abrazos, la ronda de manos, el ambiente en que se desarrolla el Grupo de Apoyo Existencial, el himno, el grito, la oración de la serenidad, como que significaría para ti esas cosas que vienen con el Grupo de Apoyo Existencial, ¿qué significa, qué te da, qué te enseña? X: Yo pienso que eso es parte del ritual del grupo que se debe dar así, para que el grupo sea grupo y se permita fluir todo lo que nosotros necesitamos dentro del grupo sino no va a fluir nada. Entonces que sucede, yo pienso que eso se debe dar de esa manera aunque el grupo como grupo da todos esos pasos para que eso</p>	
--	--	---------	---	--

			<p>suceda, no?, cuál es la idea?, la idea es que la gente salga de ese letargo en el que esta afuera y empiecen a mejor dicho, a esparramar ahí, como dicen, si?, que la gente se permita sentir todo lo que es ese momento esta reprimiendo afuera, que no se quiere permitir sentir.(78)</p>	
--	--	--	--	--

## Apéndice E

### Codificación Axial y Selectiva de Categorías Inductivas y Deductivas

#### Codificación de Categorías Inductivas

Codificación Axial
<p>Objetivos Específicos:</p> <p>Objetivo 1: Conocer el sentido que otorgan a su vida las personas con problemas de adicción que han vivenciado el Grupo de Apoyo Existencial.</p> <p>Categorías:</p> <p>1. Sentido de Vida: Se puede mencionar respecto a la relación entre esta categoría y el primer objetivo específico que las personas con problemas de adicción que han vivenciado el grupo, logran otorgar sentido a su vida, esto se corrobora en comentarios hechos por los entrevistados como: “Recuerdo muchas cosas y anécdotas de mi vida y muchas veces anécdotas pequeñas, pequeñas que tiene un sentido de vida. A: ¿Como por ejemplo cuál? X: Unas huellas de sentido que llamamos nosotros, si?. Ósea, tener de que, de pronto expresar en un grupo de que jamás en mi vida, jamás en mi vida..., me había sentido mal de darle un beso a mi mamá, por decir algo, pero después dije “bueno, fue la primera vez que lo hice y chévere porque lo hice”, si?, entonces cosas que fluyeron a través del cuento del grupo”; “Y: Yo creo que lo que mas me marco a mí, fue esto del cuento del sentido, el sentido de las cosas, si eso es lo que mas me marco y lo que mas me ha servido, ver que sufrir vale la pena, que listo, de alguna manera uno sufre, pero eso le puede aportar a uno algo bueno pues para mas adelante, no?”.</p> <p>Es evidente que las personas con problemas de adicción que han tenido la vivencia en</p>

el grupo han logrado otorgar sentido a su vida, ejerciendo su capacidad “para percibir, en el trasfondo de la realidad, una posibilidad de cambiar esta misma realidad o, por el contrario, si esto fuese realmente imposible, de cambiarse a si mismo en la medida en que nosotros también podemos madurar, crecer, superarnos a nosotros mismos por un estado de sufrimiento cuya causa no se puede anular ni eliminar, de forma que la vida guarda su potencial carácter de sentido incluso in extremis e in ultimis” ( Frankl, V., 1994, p. 266).

Objetivo 2: Describir cómo se manifiesta la voluntad de sentido en personas con problemas de adicción en la vivencia dentro del Grupo de Apoyo Existencial

Categorías:

1. *Voluntad de Sentido*: Teniendo en cuenta que la voluntad de sentido y por lo tanto la capacidad de autotranscendencia se encuentra bloqueada en una persona con problemas de adicción, es relevante la relación entre esta categoría y el objetivo específico y el general, puesto que la persona logra como parte de la vivencia dentro del grupo el ejercicio de su voluntad de sentido otorgando significado a su existencia, esto se puede describir a partir de comentarios como: “Ósea, yo la vida la veo ahora en un constante cambio, no como antes que era como plana, me levantaba y me acostaba y ni sabia que había hecho, ni que había pasado, ni..., todos los días prácticamente eran iguales, ahora no, me levanto y salgo la calle y me encuentro con una persona que de pronto me dice algo, y yo :mira, esta persona por qué me dijo esto, y bacano, y eso debe tener un mensaje, y eso debe tener un sentido, y si me lo dijo fue por algo, si yo me encontré con una persona que estaba muy mal fue por algo, porque yo necesitaba confrontarme con esa situación, y ver que tengo que ponerme las pilas para estar bien,

y ver la realidad, hay personas que sufren mucho”.

Entonces, si la persona logra motivarse a actuar por la voluntad de sentido podrá superar el “sentimiento del absurdo, de la duda de que la vida tenga un sentido, de la desesperación de que exista en absoluto tal sentido” ( Frankl, V., 1992, p.18 ) y su dimensión noética ya no estará restringida y la frustración existencial ligada a la adicción será superada, gracias a la posibilidad que siguen teniendo las personas con problemas de adicción, posibilidad expuesta por Frankl como aquella de “que en el fondo de nuestro espíritu exista un deseo de encontrar un sentido en la vida y luchar por concretarlo, como algo personal y propio de cada individuo. Si hemos encontrado el sentido, procuramos, por supuesto, sentirnos responsables por realizarlo. Esto constituye un factor básico de motivación existencial”.

Objetivo 3:

Conocer si se facilita la expresión de la libertad de la voluntad en personas con problemas de adicción, asistiendo a la logoterapia de grupo denominada Grupo de Apoyo Existencial.

1. *Libertad de la Voluntad:* Teniendo en cuenta que lo que se pretende es conocer si se facilita la expresión de la libertad de la voluntad, se hace referencia a comentarios tales como: “Yo tuve un cambio muy drástico y muy grande cuando empecé a conocer este cuento de la logoterapia y el GAE y todo eso. A: ¿Como es qué cosas cambiaste, o sentiste el cambio? Y: En todo lo que vivo yo como que lo interpreto, y yo le meto mucho la parte espiritual a mi vida. A: ¿Qué sería eso de la parte espiritual, como meterle qué? Y: Pues yo no se, aquí se habla mucho de que en la vida no son coincidencias sino que son Diosidencias, o cosas que Dios le pone a uno en la vida

para que uno capte el mensaje y le de la interpretación; entonces yo frente a cualquier situación que me pasa, yo digo “no, esto es porque de pronto la vida o Dios quiere que yo haga, o reaccione de esta manera”, entonces ya no lo veo como “hayy, siempre me pasa esto, como sufro”, sino que son cosas que me ponen para que yo evolucione o retroceda, o...pero haga algo”, “A: ¿Cambió tu forma de afrontar la vida? Y: Pues de pronto como en darme cuenta que sí soy responsable de todo lo que me pase. Antes yo no lo veía así, decía: “es que a mí me pasa esto porque tal y tal, o porque alguien tuvo que ver, o porque...”, siempre buscando a alguien responsable de las cosas, pero ahorita yo se que yo soy el responsable, que donde yo este es porque yo quise llegar ahí o porque no hice nada para no llegar ahí. Como que ya soy conciente de eso, como que las cosas no van a llegar porque si, sino que uno tiene que buscarlas y que no todo es siempre bien, súper bonito y que no debe ser así, pero uno tiene que tener los problemas pero saberlos resolver, no esperar que todo llegue perfecto y uno esté feliz todo el día”; “hay que darme cuenta de que hay responsabilidades y si tengo mas una responsabilidad como padre, porque antes no era padre, ahora tengo una niña de tres años, hasta ahora apenas tres años y yo con treinta y ocho años encima, entonces mas miedo me da y tengo que entonces ya buscar un ritmo de vida muy, bastante...porque tengo una hija de por medio por quien responder, por mucha gente por quien responder, especialmente por mi vida que era la que estaba acabando”.

Se puede concluir entonces que efectivamente hay un desbloqueo de la libertad de la voluntad, que la persona logra romper con los condicionamientos hereditarios, del medio ambiente e instintivos, pues aún cuando “la droga socava el poder de oposición del espíritu, cuarteo las fuerzas de la voluntad, oscurece la conciencia de

responsabilidad y destruye la dimensión de la libertad en el hombre” ( Lukas, E., 1983, p. 51), éste es capaz de ejercer su antagonismo psico-noético y decidir si sucumbe o no ante las condiciones planteadas por la vida. En las entrevistas se puede observar que las personas han tomado la decisión de no sucumbir, sino más bien tomar una actitud de ser libres y responsables ante la vida y de escribir la historia de su vida repleta de sentido.

### Codificación Selectiva

#### Objetivo General:

Comprender desde la logoterapia el despliegue de la dimensión noética de dos hombres adultos con problemas de adicción que han vivenciado el “Grupo de Apoyo Existencial” mediante el desarrollo de entrevistas en profundidad.

#### Categorías:

1. *Voluntad de Sentido*: Se puede encontrar una relación directa entre ésta categoría y el objetivo general ya que la restricción noética incluye el bloqueamiento de la voluntad de sentido, quedando la persona a merced de las voluntades de placer y poder. Por lo tanto, es de resaltar algunos de los comentarios que dejan en claro y ayudan a comprender la restricción noética de personas que han vivenciado el grupo de apoyo existencial: “entonces..., y eso pues no lo busco para ser feliz y eso me hace feliz porque está sucediendo en el momento, porque la felicidad no se busca, uno nunca debe buscar la felicidad, la felicidad está ahí, si yo quiero sonreír en este momento estoy feliz, ahí estoy teniendo felicidad, no?”, se encuentra en lo planteado por el entrevistado una clara relación con lo expuesto por Fizzoti (1989) en cuanto que

“el placer normalmente no es la finalidad del esfuerzo humano. Tiene que ser solo un efecto y, de este modo, la felicidad brotara automática y espontáneamente. Quizá pueda suceder, y de hecho así se comprueba, que se busque ante todo el placer o el poder, reduciendo todos los objetivos a un puro medio de autosatisfacción. En este caso se verifica la remoción de la voluntad de sentido que provoca la frustración existencial y el vacío existencial” (p.63). Por lo tanto la persona logra anteponer su voluntad de sentido por encima de las voluntades de placer y poder.

Del mismo modo cuando la persona dice:“Entonces yo miraba y hablaba con los que se encargaban de cuidar a los niños y si, y me expresaron fue eso y eso me movió muchísimo porque yo pensaba en lo triste saber que esos niños en la medida que van creciendo se les desarrolla y no van a tener la oportunidad de vivir y uno en muchos momentos la desperdicia, cuando ha estado bien, mejor que muchos, que un niño de esos que apenas está naciendo, que apenas esta viviendo y que no tiene la culpa de ese problema, si?.” ó “A: ¿Y cómo te sientes colaborando, ayudando a la otra persona? Y: Pues, ósea, ahí me confronto yo mucho, porque a veces me quejo por cosas que no valen la pena y son una bobada, pues relacionado con lo que están viviendo otras personas; yo a veces me quejo porque me toco comer arroz y frijoles, y muchas personas no tienen ni eso para comer”, se puede hablar que la persona a logrado mediante el desbloqueo de su voluntad de sentido ejercer también su capacidad de autotranscendencia, es decir que ha podido olvidarse de sí mismo, entregarse y abrirse al sentido de su existencia, puesto que tal y como lo plantea Frankl "Ser hombre significa trascenderse a sí mismo. La esencia de la existencia humana yace en su autotranscendencia. Ser hombre significa desde siempre estar preparado y ordenado

hacia algo o alguien, entregarse a una obra a la que el hombre se dedica, a un ser que ama o a Dios a quien sirve".

2. *Libertad de la Voluntad*: Esta categoría se relaciona estrechamente con el objetivo general, pues para comprender la dimensión noética de personas con problemas adicción es necesario ahondar en la vivencia relacionada con la libertad de la voluntad, la cual se ve restringida en un proceso de adicción activa, lo que incluye la elección de no ser libre y responsable. Buscando una relación entre lo planteado por la teoría acerca del bloqueamiento de la libertad de la voluntad y la comprensión hecha al respecto por los entrevistados, se citan a continuación algunas de las afirmaciones más dicientes: "... yo empezaba como a buscar explicaciones, y siempre como que desplazaba, si..., lo que tenía que hacer y como tenía que actuar frente a las circunstancias que me estaban pasando, en las otras personas, yo no me apropiaba, siempre buscaba las cosas afuera, ahí aprende uno que, que todo eso está es adentro..." y "... hacia las cosas por cumplir, por cumplirle a alguien, pero entonces no había satisfacción, de pronto a veces me generaba más crisis, más conflictos, un choque de por qué tengo que hacer algo que no me gusta?, y como que siempre estaba obligado y siempre tenía que responder a algo, entonces ahora no, ahora yo me siento con más libertad".

Se evidencia como las personas han logrado que su dimensión noética en lo referente a la libertad de la voluntad se despliega, ejerciendo "aquella libertad interna, espiritual ante los condicionamientos biológicos, psicológicos y sociales. Libertad ante los padecimientos psicosomáticos, donde sólo se puede oponer el antagonismo psico-noético" (Pareja, G., 1998, p. 212).

3. *Sentido de Vida*: Esta categoría guarda relación con el objetivo general de la investigación, pues el sentido de vida es también una de las dimensiones espirituales que se restringen en una persona con problemas de adicción; por lo tanto al hablar acerca de la vivencia en el grupo de apoyo existencial surgen comentarios que se relacionan con el ejercicio de los valores de creación, como por ejemplo: “A: Cuando tu das de ti, ¿qué sientes, cómo te ves, cómo te sientes cuando puedes entregarte o entregar algo de ti? X: Un niño, me siento un niño. A: ¿Cómo es eso? X: Jugar, me arrodillo, me agacho, brinco y digo cosas como niño y hablo como un niño, así lo hago, con este niño lo hago así, con la mía lo hacía así y con los otros niños de la mamá de la niña mía, también. A: Y para ti cómo persona, ¿qué te hace? X: Ah no, yo me siento muy feliz, como persona yo me siento, uff, súper. Siento que no estoy haciendo una cosa porque es mi obligación hacerla, no, sino porque me nació, porque un niño se merece ese derecho a que lo consientan, a que lo mimen, a que lo aprecien, a que lo acaricien, porque muchas veces siento que eso en mi vida marcó una situación que la descubrí también que es que nunca me lo dio mi mamá. Ahora me doy cuenta de que yo lo regalo así a los niños, a todos los niños, así es, eso me pasa”, se puede ver como la persona logra un contacto espiritual consigo mismo al ejercer sus valores creativos al darse a los demás en “forma de trabajo, creación, transformación” (Pareja, G., 1998, p.212), en este caso dando su compañía, su abrazo, su capacidad de amar. Del mismo modo los valores de experiencia de los entrevistados se ven expresados en apartes como: “...sentir uno la otra persona, eso es muy rico que otra persona le coloque a uno la mano y le diga “no, yo a usted lo aprecio y es importante y usted vale”, es como una especie de reconocimiento y como un apoyo, que en cualquier

momento mi mano va a estar ahí para apoyar cuando lo necesite, sí?, cosas así bonitas que lo llenan a uno mucho y son muy significativas, normalmente yo no hacía eso ni con mi familia, yo me daba abrazos con mi familia los treinta y unos de diciembre imagínese, entonces esperar un año para sentir eso?"; aquí se puede ver la relación con lo planteado por Frankl respecto al ejercicio de dichos valores "cuando experimentamos algo o a alguien" (Frankl, V., 1992, p. 25 -26); en este caso se podría hablar de permitirse la vivencia de lo que encierra un abrazo dado y recibido con amor, de escuchar una palabra de aprecio y sentir que se es merecedor de ésta. Por último se encuentra en uno de los entrevistados varios comentarios referentes al despliegue de sus valores de actitud, como: "A: Ahora te es más fácil sobrellevar las dificultades? Y: Si, y por lo que te decía la otra vez, yo ya he aprendido a ver el sufrimiento de una manera distinta, entonces es lo que te decía, ahora vivo eso con optimismo trágico". Es bastante clara su correspondencia con lo dicho por Frankl (1994) acerca de que "lo que importa es cómo se soporta el destino, cuando ya no se tiene poder para evitarlo...Cuando ya no existe ninguna posibilidad de cambiar el destino, entonces es necesario salir al encuentro de este destino con la actitud acertada" (p.94).

Todo lo anterior permite comprender que la dimensión noética latente en la persona con problemas de adicción se despliega y la ceguera axiológica también es superada permitiéndose así la persona encontrar sentido a su vida por medio de el ejercicio de sus valores de creación, experiencia y actitud.

## Codificación de Categorías Emergentes

## Codificación Axial

## Objetivos Específicos:

Objetivo 1: Conocer el sentido que otorgan a su vida las personas con problemas de adicción que han vivenciado el Grupo de Apoyo Existencial.

## Categorías:

1. *Red de apoyo*: Esta categoría guarda relación con el objetivo de conocer el sentido de vida que las personas con problemas de adicción otorgan su vida, puesto que el hecho de que las personas en medio de su vivencia haya logrado crear lazos afectivos facilitó el ejercicio de sus valores de experiencia y creación, los cuales desde la teoría logoterapia son vistos como caminos para encontrar sentido. Esto se refleja en comentarios tales como: “A: Ya digamos hablando de los que es el tratamiento, la recuperación; ¿qué fue haber tenido el GAE dentro de ese tratamiento, qué crees tu que fue lo que te aportó en cuanto a eso? X: Me aportó especialmente en un grupo como plan soporte para mi vida, como un refuerzo mas en que los momentos en que me sienta mal, buscar ese grupo, buscarlo y darme cuenta de que aquí hay otras personas a mi al rededor, que yo no estoy solo”; “cuando me siento así como medio entre vacío, entonces ahí mismo busco el grupo y se que hay gente ahí, y gente que me quiere y que yo quiero”. Es así como, aquel adicto que “se encuentra en un medio social que parece no brindarle respuestas satisfactorias a sus inquietudes espirituales existenciales” (Palma, D., 2002) decide descubrir y desarrollar sus valores con el fin de dar respuesta a las preguntas que la vida le plantea, colmar su vacío interior y dar un sentido a su existencia.

4. *Equilibrio Emocional:* Teniendo en cuenta que el sentido de la vida “es algo concreto, que una persona concreta logra deducir de una situación concreta (Frankl, V., 1994, p.150), se puede encontrar la relación entre el equilibrio emocional y el primer objetivo específico a partir de expresiones como: “Entonces normalmente sí, eso sucede en ciertos momentos, pero yo en todo momento estoy mirando las cosas, como dándoles la interpretación de lo que es la logoterapia y el sentido, y la energía y el universo. A: ¿Y eso, como qué te da? Y: Pues no se, de pronto como..., pues sinceramente yo muchas veces no percibo cual es el beneficio, lo que recibo de eso, pero lo que yo a veces lo que palpo de eso es como una tranquilidad”.

Objetivo 2: Describir cómo se manifiesta la voluntad de sentido en personas con problemas de adicción en la vivencia dentro del Grupo de Apoyo Existencial

Categorías:

2. *Resocialización:* Teniendo en cuenta que la voluntad de sentido esta directamente relacionada con la autotranscendencia lograda en los procesos de resocialización, llevando al hombre a encontrar razones para ser feliz, se puede encontrar relación entre esta categoría y el segundo objetivo. Dentro de las entrevistas se hayan comentarios como: “uno toma la iniciativa y va y abraza a una persona que hasta ahora ve y “rico que este aquí y tal, bacano que siga viniendo y tal”, empieza uno como a interactuar y como a relacionarse, y eso es muy bueno, como socialización es muy bueno porque como que se empieza uno a quitar como las prevenciones que tenia uno hacia la demás gente y a mí me ha servido mucho eso para socializarme, para ser uno mas afectuoso, para poder expresar lo que uno sienta, entonces todo eso, eso es como un conjunto de cosas que si, se fusionan para generar algo”. Se puede decir entonces que el hecho de

que la persona logre dar amor a los demás, rompiendo con sus esquemas y prevenciones le permite desplegar su capacidad de autotrascender, dirigiéndose más allá de sí mismo y encontrando sentidos.

3. *Confrontación Existencial*: Esta categoría guarda relación con el objetivo de describir cómo se manifiesta la voluntad de sentido en las personas que han vivenciado el GAE, puesto que en comentarios tales como: “A: ¿En un futuro, cómo crees que recordarías el GAE? Y: En el futuro.... Pues yo creo que lo recordaría como una luz de esperanza que un día como que ilumino el camino que yo tenía que recorrer para algo, y donde uno aprende de uno mismo y de los demás a ser feliz, a superar obstáculos y no se..., como conocerse uno mismo” y “A: ¿Cómo me describirías tú el grupo? X: Te lo describiría de una manera bastante sensibilizadora, donde realmente el grupo toca a fondo la parte humana y hace sentir un despertar que en un momento dado uno cree que nunca lo ha tenido, pero si lo tiene pero es en el momento que se están haciendo los grupos; es donde uno se da cuenta de que hay algo mas en la vida por uno empezar a descubrir”; se pueden encontrar relaciones con lo propuesto por la teoría al decir que cuando una persona aprende a superar obstáculos o logra ver que en la vida hay cosas por las cuales luchar esta ejerciendo su voluntad de sentido develando el sentido de su propia realidad, de su existencia.

Objetivo 3:

Conocer si se facilita la expresión de la libertad de la voluntad en personas con problemas de adicción, asistiendo a la logoterapia de grupo denominada Grupo de Apoyo Existencial.

Categorías:

5. *Confianza y Contención*: Esta categoría se puede relacionar con el tercer objetivo específico, si entendemos lo expuesto por Frankl, V., (1994, p.94) acerca de que tal libertad viene a darse frente a “los instintos, la herencia y el medio ambiente”, puesto que la persona que en su entrevista hace alusión a esta categoría comenta: “También les diría que aprender a permitirse uno sentir, que aprendan eso, eso es importante, no evadir muchas veces las cosas, sino aprender. A: ¿Por qué consideras tú que ese aprender a sentir es importante? X: Porque muchas veces nosotros, a nosotros nos da miedo expresar lo que sentimos, parte de eso es que hacer el oso, de que “mire hombre, no quiero quedar mal ante los demás””, y “A: Entre los objetivos del GAE hay uno que plantea que sirve para que la persona deje como de estar pensando y reflexionando todo el tiempo en sus problemas, en sus síntomas, en el caso de la adicción estar pensando en el consumo, ¿tú crees que sí sirve para eso? X: Claro, claro porque es que ponle cuidado, tu llegas y te encuentras en una selva de cemento donde vas a encontrar muchos aspectos de la vida donde son absorbentes para de pronto muchas veces y la mayoría de ellas, para arruinar tu vida, si para progresar en muchas cosas, pero si miramos lo que es el consumismo, el alcohol, las drogas, las rumbas, el trago, aquello no deja nada bueno y nunca ha dejado nada bueno, y tu vives todos los días esas situaciones afuera, es obvio que cuando tu llegas al grupo tu te descargas de eso y sales tranquila y de pronto sales hasta motivada a no dejarte convencer de muchas cosas que suceden en la sociedad, si?”; en tales comentarios se hace evidente como la persona logra ejercer su libertad de la voluntad ante el medio ambiente, mas exactamente ante los prejuicios sociales y el consumismo. Por otro lado se encuentra que el entrevistado también hace desde ésta categoría alusión a la responsabilidad al

decir: "...estoy en un proceso en el cual estoy saliendo...entrando en dificultades y al mismo tiempo buscando las alternativas para salir", puesto que deja claro que ante una dificultad ya no se evade en las drogas, sino que decide asumir el ser libre y toma la responsabilidad de su propia vida.

### Codificación Selectiva

#### Objetivo General:

Comprender desde la logoterapia el despliegue de la dimensión noética de dos hombres adultos con problemas de adicción que han vivenciado el "Grupo de Apoyo Existencial" mediante el desarrollo de entrevistas en profundidad.

#### *Categorías:*

1. *Red de Apoyo:* Esta categoría guarda relación con el objetivo de comprender la dimensión noética las personas con problemas de adicción, puesto que el hecho de que las personas logren ejercer sus valores de experiencia y creación como caminos para encontrar sentido muestran el desbloqueo de su dimensión espiritual a este respecto. Es así como, aquella persona con problemas de adicción empieza a combatir su ceguera axiológica y descubre respuestas satisfactorias a sus inquietudes existenciales.

2. *Resocialización:* Teniendo en cuenta que la voluntad de sentido esta directamente relacionada con la autotrascendencia lograda en los procesos de resocialización, y por ende el desbloqueo de dicha capacidad, se puede encontrar relación entre esta categoría y el objetivo general de la investigación concluyendo que cuando una

persona que ha estado encerrada en sí misma, sumida en su propio mundo vacío y enajenada del mundo exterior y por fin mediante alguna vivencia, es este caso la experiencia al interior del GAE, logra dirigirse hacia los demás, entregando su capacidad de dar amor, no solo está ejerciendo sus valores de creación y experiencia antes bloqueados, sino que también se permite desplegar su capacidad de autotranscender, encontrando sentidos y motivos para vivir y abandonar el consumo.

*3. Confrontación Existencial:* Esta categoría guarda relación con el objetivo general acerca de la comprensión de la dimensión noética ya que ya que a partir de sus comentarios se pudo concluir que las personas con problemas de adicción que han vivenciado el GAE, han aprendido a superar obstáculos o logra ver que en la vida hay cosas por las cuales luchar, lo que refleja el ejercicio de su voluntad de sentido, antes oscurecido por el consumo activo de drogas.

*4. Equilibrio Emocional:* Teniendo en cuenta que en un proceso de adicción a la persona se le dificulta el encontrar sentido a su vida debido a que es invadido por una ceguera axiológica, y partiendo del equilibrio emocional como un facilitador de dicha tarea, se puede decir que en la vivencia del GAE las personas pudieron desplegar su dimensión noética hacia la búsqueda de un sentido de vida y más razones para ser feliz dejando a un lado aquellos pensamientos negativos que nublaban su panorama existencial.

*5. Confianza y Contención:* Partiendo que la restricción noética de una persona con problemas de adicción incluye el bloqueamiento de la libertad de la voluntad, es fácil encontrar una relación entre el objetivo general y esta categoría, ya que la misma incluye comentarios en los que se evidencia como la persona logra ejercer su libertad

de la voluntad ante la sociedad machista y el consumismo. Al mismo tiempo que sale a flote en la información arrojada mediante las entrevistas, la relación entre la presente categoría y el ejercicio de la libertad y responsabilidad mostrando a la persona como alguien capaz de afrontar la decisión de ser libre y responsable en la escritura de su historia de vida.

## Apéndice F

### Prueba Piloto

#### Entrevista en Profundidad

Entrevistado: Asistente (P)

Entrevistador: Alejandra Neira (A)

A: ¿Cómo te ha ido últimamente?

P: Pues muy bien y tu ¿cómo has estado?

A: Pues bien, trabajando.

P: Me alegra.

A: Pues si. Y bueno, pues te cuento de lo que se trata. Lo que necesito es que me colabores con unas entrevistas para mi proyecto de grado.

P: ¿Y yo qué tengo que hacer?

A: ¿Pues es lo que te digo, es solo que me des unas entrevistas donde hablaríamos acerca del Grupo de Apoyo Existencial?

P: ¿Y porqué de ese grupo?

A: Por que es acerca de ese grupo que voy a hacer mi tesis.

P: Es que es un grupo chévere, no? Es bien bonito.

A: Si, es cierto. Y pues bueno, de eso es de lo que se trata.

P: Pues me parece chévere.

A: Bueno, pues puedo contar contigo entonces?

P: Si claro, pues yo hoy te puedo ayudar en lo que sea porque tengo tiempo hasta que llegue la hora de mi cita.

A: Listo, perfecto. Pero es posible que necesite que nos volvamos a ver para otras entrevistas.

P: Cómo así, y para qué? Para hablar de otra cosa?

A: No, la idea es que a partir de lo que hablemos hoy, podamos sacar más información en la próxima entrevista.

P: Pero entonces ahí si no voy a poder ayudarte...

A: No?, por qué?

P: Lo que pasa es que yo ahora voy a viajar por unas semanas, así que no podría venir por un tiempo.

A: Y cuando te vas?

P: Este fin de semana. Salimos el sábado.

A: Y hoy ya es miércoles..., y no podríamos vernos el viernes?

P: No ni modo, pero pues yo hoy tengo tiempo y yo creo que igual no es mucho lo que hay que decir.

A: Bueno, listo. Entonces empecemos para aprovechar el tiempo.... Pero primero tengo que explicarte cuál va a ser el uso de ésta entrevista, mejor dicho, cuál va a ser el manejo que le vamos a dar a la información.

P: A ver..

A: Pues como ya te conté estas entrevistas van a ser parte de mi trabajo de grado. Por lo tanto lo que salga en éstas entrevistas va a aparecer en mi tesis que puede ser leída por varias personas.

P: Y...

A: Bueno, por esa razón, por lo que varias personas la van a leer yo tengo el deber de asegurarte tu anonimato y confidencialidad, es decir que tu nombre no aparecerá, como tampoco nombres de otras personas o datos que..., pues que puedan dar como pistas para saber quien fue la persona que se entrevistó, si?

P: Ajá..

A: De todas formas, cuando yo ya haya transcrito lo que estaos gravando te voy a mostrar lo que pasé para que tu me digas si te parece o no? Bueno?

P: Pues bueno, si tu quieres, igual a mi me da lo mismo.

A: Entonces si estas de acuerdo?

P: Claro, yo no le veo ningún problema

A: Bueno, pues ya que sabes esto yo creo que ahora si podemos empezar lo que es la entrevista, entrevista.

P: Perfecto.

A: Cuéntame... ¿Hace cuanto conoces el Grupo de Apoyo Existencial?

P: Hace como nueve meses.

A: ¿Cómo me describirías tú el Grupo de Apoyo Existencial?

P: Como acordarse de lo que a uno se le olvida, de las cosas pequeñas de la vida.

A: Como de qué cosas te has acordado tú en el Grupo de Apoyo Existencial

P: Pues a veces yo me acuerdo mucho.., yo creo que es de lo que mas me acuerdo de el Grupo de Apoyo Existencial y es que..., la forma en que uno ve las cosas, que uno puede cambiar lo que uno quiera, cosas muy sencillas. Pues y que..., la alegría esta en cosas muy chiquiticas, como un niño chiquito reírse, a mí eso muchas veces me alegra mucho y me acuerdo cuando estoy triste o algo así, en ese momento de que en la vida siempre hay cosas bien bonitas, cosas pequeñas.

A: ¿Cuál de los temas que se trataban en el Grupo de Apoyo Existencial de todos los que se hablaban, cual recuerdas tu así que dijeras “uyy!, en esto si cambió como mi forma de pensar”?

P: Pues en lo que yo te decía, en cambiar las cosas. Que uno puede ver las cosas como uno quiera. Lo que decía de las gafas que uno se ponga del color que uno quiera, si quiere usar rosas o negras, y que sí, que uno puede ver las cosas como una bendición, o como una cosa mala, de todo, de ver como uno quiera, que puede ser todo muy bonito o muy feo, que uno se encarga de verlo, eso fue lo que a mí mas me quedó.

A: ¿Tu en lo que decía la gente, o en los cuentos y en lo que me acabas de decir, eso de poder ver las cosas chiquitas, hizo que te quedara más fácil captarle el sentido a tu vida o a ciertos momentos de tu vida?

P: Sí.

A: ¿Como por ejemplo?

P: Pues por ejemplo lo que te he dicho todo este rato, que eso, de ósea, a mi me gustaba cuando hablaba la otra gente era porque uno podía pensar algo y ver otros puntos de vista también de eso. No, es que eso lo va nutriendo a uno, y es bueno digamos acá, porque hay días en que la semana fue fea, entonces uno al entra ahí como que se acuerda otra vez de todo. Pues yo no tengo muy buena memoria, yo creo que lo que mas se me quedó fue lo que dije ahorita, pero, pero así..., venir un día y que uno no este bien, eso, eso es una bendición, se acuerda uno de todo, y al energía que se maneja ahí, es muy buena.

A: ¿Tú a quién le recomendarías que viniera a la Red?

P: Uyy, a todo el mundo, yo a todo el mundo le digo que venga. Sino que como es un viernes, entonces a la gente le da pereza, pero mas que todo cuando una persona está como muy oscura, que se ve como muy negra, que quiere ver todo feo, eso le ayuda mucho, muchísimo, mucho.

A: Ya en lo que fue tu tratamiento, en lo de la adicción, ¿qué hizo la Red, para qué te sirvió en eso?

P: Como aquí trabajan la logoterapia, cierto?, entonces bueno, uno veía la logoterapia y todo, pero ahí era como recordarle los sentido a uno, los sentidos de vida, porque ..., encontrarlos en cosas, en todo momento y cambiar, es que yo creo que eso es lo que más se me quedó, eso, lo de cambiar las cosas y de ver las cosas pequeñas, eso le recuerda a uno y le ayuda a identificar cuales son las cosas que a uno realmente lo llenan y le ayudan a vivir, a encontrar la felicidad en todo lado.

A: Hoy en día en que momentos aplicas eso, o cómo lo aplicas?

P: Lo que aprendí?

A: Sí.

P: Pues no, pues como casi siempre..., pues yo ahora mantengo más maravillado con el mundo. Ósea, si ya alguien dice de una flor, yo veo una flor..., ya veo las nubes y quedo feliz, porque es muy lindo, me pasa mucho, mucho con los niños chiquitos, pues yo veo por ejemplo un niño reírse o jugar y yo soy muy feliz, ósea, me llena eso, a mi eso me llena mucho. Y además todo lo que uno aprende también le ayuda a uno mucho para decírselo a otras personas que no están bien, entonces uno como que se acuerda de lo que decían allá, y uno “no mire que tal cosa”, entonces uno se emociona y todo, y la energía, yo me imagino que uno da una energía muy bacána hablando de eso. Uno le habla de todo lo positivo que tiene la vida, le ayuda mucho, eso le ayuda mucho también a uno para hablarle a la gente también de cosas buenas y darle la buena energía.

A: ¿Alguna vez fuiste a alguna de esas misiones existenciales, donde el hermano Murley...?

P: Sí.

A: ¿Y qué te dejó eso?

P: Pues lo que pasa es que yo siempre he estado en esas cosas..., pues, ósea, yo antes de entrar pues yo ya estaba igual en la pastoral, a mi me sacaron de allá fue por mi problema de adicción, de la pastoral, pero yo siempre estuve ahí, y eso era así, eran lugares muuuy pobres, y ayudar ancianos, ir a jugar con ellos. Sino que uno... “bueno si,” pero eso se lo recuerda, le hace ver que: “mire que usted no tiene que quejarse de nada, usted lo tiene todo”. Eso hablamos ayer con unas señoras, que viven en la Candelaria, “que si les iba bien?, no que para comer y dormir”; y que mas necesita uno, para comer y dormir, y uno se complica mucho, uno ve a esas personas y ve que son felices, y bailan y cantan y se sientan a contarle a uno cosas. Como que darse cuenta que uno tiene todo, eso le ayuda a uno también.

A: Si pasados los años te sientas a recordar lo que has hecho en tu vida, y ahí entre los capítulos aparece el Grupo de Apoyo Existencial cómo crees que lo recordarías?

P: Uichh, como..., es que no se como explicarlo, yo sé, pero no se como.... Digamos el Grupo de Apoyo Existencial y otro espacio que es todo católico, que también es todos viernes, yo iba los viernes..., y se manejan cosas muy fuertes, muy bonitas, que se mueve como todo eso, eso como positivo en el ambiente y que lo renuevan a uno, eso..., como algo renovador, como si uno saliera con ganas de vivir, eso!. Siempre que recuerdo el Grupo de Apoyo Existencial y esto otro que te digo, es salir renovado, es salir muy feliz con la vida.

A: ¿Tú crees que si en el tratamiento no hubiera estado incluida el Grupo de Apoyo Existencial hubiera sido igual?

P: No.

A: ¿Por qué?

P: Porque digamos acá trabajan mucho la logoterapia, cierto?, entonces esa es la teoría, ósea si muy lindo, pero sinceramente yo me quedaba dormido en muchos grupos de logoterapia, yo dormía mucho ahí, pero en el Grupo de Apoyo Existencial, es que como que todo el mundo tiene esa disposición de querer escuchar cosas bonitas porque saben que ahí se van a escuchar cosas que lo van a ayudar a uno mucho. Además que aquí es muy pesado, le tocan a uno cosas horribles, y es como recordarle a uno bien las cosas. ósea, yo no se, yo no creo que sería lo mismo, porque es muy especial ese espacio, ósea, yo si esperaba mucho el Grupo de Apoyo Existencial.

A: Ahorita me dijiste que uno escucha cosas muy bonitas, recuerdas algo que te haya quedado marcado?

P: Pues me acuerdo mucho de una que dijo un niño que dice que para ser feliz la base, era la tranquilidad, y yo nunca lo había visto así; ósea que pues que como estar feliz era ver las cosas lindas, ósea que era estar tranquilo, y eso a mí se me quedó mucho. Lo de las gafas, también se me quedó tranquilo, tranquilo, se me quedó gravado el..., la lluvia, qué le alegaba a Dios y que no se que y que dejó de llover y se le murió todo; ósea, que uno puede ver las cosas como una bendición. Yo creo que eso es todo lo que más..., yo siempre me acuerdo de eso todavía, a cada momento.

A: Si tu le pudieras cambiar algo a el Grupo de Apoyo Existencial o agregar, qué le harías?

P: No se. Porque yo pensé igual el horario, no?, pero es muy bueno porque es el final de la semana y uno está cansado, está cargado, y es el momento preciso, ósea, para seguir bien. Entonces no se, no yo creo que así está muy bien, si.

A: Las otras cosas que tiene el Grupo de Apoyo Existencial, digamos anexas, como el himno, la ronda de manos, la ronda de abrazos, la oración de la serenidad, el ambiente en el que se realiza, qué significado tenía para ti esas otras cosas?

P: Eeee, pues siempre que uno oye el himno es muy bacano, el himno..., hacen la ronda de manos, el himno y el grito “vuelva que esto funciona”, si, es muy bacano, todo el mundo esta tan feliz que como que bota toda la energía en ese momento, y los abrazos..., delicioso, porque uno acá abraza mucha gente, en serio, y como que todo el mundo quiere dar esa energía que tiene, como que quiere dar todo ese cariño y eso también..., eso se siente..., por eso yo creo que el ambiente es tan rico, yo digo que hay como una nube de cosas positivas, porque todo el mundo está como bien, como feliz en ese momento. Y todo, el hecho de que sea a oscuras, la vela..., lo hace meditar a uno más, y que no se distraiga; ósea mucho lo distrae a uno la vela pero está pensando, y no como fijarse en las otras personas sino como que habla, y siempre que habla y usted ni siquiera le ve bien la cara y bien, no importa, eso ayuda mucho pa’que. Y el hecho también de que no se de controversia ni nada, eso me pareció muy bacano, que cada cual puede decir lo que quiera, si le gustó bien y si no también, pues es para..., es lo que él piensa, eso también me parece muy bueno.

A: A el Grupo de Apoyo Existencial viene gente, mucha gente, gente de acá, gente de afuera, que te hacia sentir llegar un día y ver gente nueva, de pronto no volverlas a ver...?

P: A mi no me incomoda. Pues es que igual a mí me gusta mucho hablar con gente así, que no conozco. Pues y era bacano, ósea que la gente venía acá muy tímidas y uno esta acá en familia, entonces como que uno les daba un abrazo y la gente como que se alegraba. Era rico porque uno aportaba a esa felicidad que deja el Grupo de Apoyo

Existencial como que..., además a uno interno aquí ver a alguien es muy rico, ósea, no importa quien sea y si, dejarles ese a ellos también es muy bacano. Además escucha uno voces que sabe que no va a volver a escuchar, opiniones que son muy de ese momento y ya, también eso ayuda a vivir el momento, que esta persona está acá y mañana no.

A: ¿Eso de vivir el momento siempre lo aplicas en tu vida?

P: ¿De vivir el momento?, no. No, se hace difícil porque yo vivo mucho en el futuro, pero pues obviamente uno vive las cosas que pasan ya, ahora, eso es como por momentos, no?, si, como a ratos. Pues ayer mi día todo fue, en el momento, pero hay momentos que uno necesita del futuro... mucho.

A: Tu forma vida de vivir la vida como me dijiste ahorita, cambió, o podrías decirme que cambió o varió en algo a partir del Grupo?

P: Aja, claro, mucho. Porque es que es todo un conjunto, no?. Pero es como una fábula, ósea que todo acá es como si fuera bueno, la narración de la fábula todo el tiempo, todo el tiempo; y en el Grupo de Apoyo Existencial están las moralejas de todo lo que uno aprende. Entonces si, es una construcción de todo, la unión de la narración que es todo lo que uno vive acá, y ahí en el grupo se resume todo. Pero pues obviamente uno tiene que pasar por lo otro para llegar a leer la moraleja y entenderla. Claro, yo me acuerdo muchísimo cuando hablamos usted y yo, y yo ahí todo triste y me acuerdo de eso y me pongo feliz, yo me..., muchas veces cuando no es muy grande la tristeza me pongo muy feliz, me acuerdo mucho de lo que decían acá, mucho..., de el Grupo de Apoyo Existencial de las frases, uno se acuerda y dice “que va, no es malo, no estamos mal”, “hay que vivir el momento, si es está mal vívalo, pero siga adelante”.

A: Entre los objetivos del Grupo de Apoyo Existencial que se plantean en la teoría dice que el Grupo de Apoyo Existencial ayuda a que la persona se aleje de, como que se aleje

de sus problemas, se aleje de sus síntomas, y pueda ir como más aya de sí mismo y como dirigirse más hacia la otras personas, tu crees que si sirve el Grupo de Apoyo Existencial para eso?

P: Sí

A: Cómo hace eso?

P: Cómo hace eso?, yo no se si es la disposición que uno ya tiene. Pero la primera vez yo decía: “pero yo que hago acá?”, no se escucha a la gente sino decir puras cosas bonitas y uyy cómo así?. Es como descubrir algo..., es que uno sabe que muchas cosas están ahí pero jmm, es como ver, es como descubrir eso, igual uno aquí esta descubriendo puras cosas, como ver ese mundo así, pues. Y yo creo que ya es como con la disposición con la que uno viene, también a decir: “bueno, voy a escuchar cosas que me van a ayudar a sentir bien, que van a hacerme quitar esto”, por lo menos decir “bueno ahora viene un momento de tranquilidad donde uno esta cayado, si uno está mal puede ponerse a pensar bien, nadie le va a decir a uno nada, nadie se va a meter con lo que usted piensa”, si?,es mucho al disposición y la misma reflexión que el Grupo de Apoyo Existencial plantea, porque no es solo venir sino que uno se queda pensando; pues por algo es que uno opina, no?.porque hay como el espacio que uno piensa la frase, como que la interiorice, entonces por eso le ayuda a uno a cambiar muchas cosas.

A: De esas cosas diferentes a las que ya me has dicho, como ver las cosas chiquitas; como que otras cambiaste en tu forma de ver o de vivir?

P: Yo no me acuerdo, jajaja. Es que a mí se me quedaron fue mucho eso, pero aparte, cosas que uno puede sacar del Grupo de Apoyo Existencial el escuchar, escuchar las opiniones, eso ayuda mucho también uyy no, eso ayuda muchísimo en la vida, escuchar a los demás, yo creo que con la única persona con la que medio me cuesta ahorita y ya

no tanto es con mi mamá, porque antes era horrible, pero ahora uno como que dice “bueno, ella opina eso”, y respetar eso, y pues uno da también su punto de vista, no se lo estoy imponiendo, eso ayuda muchísimo y eso es pero fundamental en la vida, igual es como una construcción, con las orientaciones y eso aprende uno a escuchar mucho.

A: Y como de qué te sirve saber escuchar?

P: Pa’ crecer, aprender, tener paciencia. Uyyyyy no, sabes que yo..., uno a veces, también yo pensaba que uno puede tener muchos prejuicios en la cabeza, yo tengo muchos prejuicios..., pero uno escuchar que las personas le pueden dejar a uno cosas muy buenas, ni importa si a usted le cae bien, si le cae mal, si ni siquiera lo conoce, las personas a usted le dejan cosas muy positivas, y el escuchar a una persona..., bueno, pues yo siempre he hecho eso, pero escuchar personas que a usted de pronto hasta le caen mal, con el que no pude de pronto..., escucharlo, le ayuda mucho a ver que esa persona también le puede enseñar, a pesar de las diferencias que puedan tener y todo, eso ayuda mucho.

A: Qué te han enseñado personas que tu no esperabas de pronto que te enseñaran dentro del Grupo?

P: Mi mamá, con las cosas de la Biblia. Uyyyyy, es que no me acuerdo como fue, pero yo ese día quedé muy impresionado..., es que está memoria de pollo. Digamos a mi muchas veces me pasó con mi mamá, y yo decía “uich, mi mamá diciendo esas cosas?!, no”, o mi papá, si?, mi familia..., imagínese, en cosas tan cercanas como su familia, que están ahí todo el tiempo y no se da uno cuenta de las cosas positivas que le pueden dar. Digamos, muchas veces mi mamá va a empezar a “que venga le leo no se que”, pues a mi también me da mamera, pero voy contra, ósea mi voluntad, me siento y termino

aprendiendo cosas bacánas de ella que pues bien. Y eso, uich, de personas que uno tiene al lado y uno no se da cuenta que pueden pues ayudarle tanto.

A: Eso hizo que tu relación con tu familia cambiara en algo?

P: Pues digamos que si, digamos en eso por ejemplo, ahí si fue mucho del Grupo de Apoyo Existencial, porque..., de escucharla, por que es que a ella le gusta mucho leerle a uno lo que ella lee de la Biblia, “la Biblia, la Biblia”, entonces ahorita yo digo “bueno, escuchémosla”, pues a ver, y siempre deja cosas buenas, a veces ella se pone a hablar y pues, “bueno escuchémosla”, también le ayuda a uno. Y entonces también es una construcción de todo pero eso ayuda mucho, de ahí..., porque ahí fue que me impresionó, y no, de resto...

A: Cuando dices que eso ayuda mucho, ayuda a qué?

P: Pues me refiere que es...,pues como no es solo ahí que se trabaja, pero, es lo que de verdad, como que uno sienta todo, todo, todo, como la síntesis de la semana, en el proceso, de lo que uno pueda aprender, ahí está, por eso digo que ayuda, ósea como más que la otras..., no mentiras no mas..., si, no , más en algunas cosas, que el resto.

A: Como devolviéndome un poquito, me has dicho varias veces que de pronto cuando estás triste te acuerdas de el Grupo de Apoyo Existencial como qué son esa cosas que más recuerdas, o porqué crees que recuerdas el grupo?

P: Por lo..., porque en momento así, ósea que yo también estaba muy triste acá, el estar ahí me hizo abrir los ojos; por eso es que uno recuerda tanto eso. A veces yo estaba muy triste también acá mismo y entrar ahí me ponía feliz, me llenaba de sentido. Bueno, igual a mi lo que mas se me quedo es lo que ya todo el rato he dicho, pues si yo creo que por eso es que uno lo recuerda, porque en ese momento le ayudo y en todo momento le va a ayudar igual porque es bueno también estar mal.

A: Si no hubieras conocido el Grupo de Apoyo Existencial y llegaran esos momentos de estar mal, qué crees que harías, sin poder recordar el Grupo de Apoyo Existencial cuál sería entonces la solución?

P: Es que yo no se porque a uno la gente le dice muchas cosas bonitas y que mire; le pueden a uno hasta decir lo que en el Grupo de Apoyo Existencial le dicen a uno, pero yo creo que..., pues yo no se, dicen que nosotros los adictos somos como muy tercicos, uno sabe, sí eso quema, pero hasta que no se quema uno no cree; pero el hecho de uno vivirlo, ya estando mal y escuchar esas cosas positivas, o bien sea porque usted decía “si abramos los oídos a esto”, o porque le tocaba, usted abría los ojos y le pasaba a usted, en ese momento usted decidía tomar esas cosas y cambiar como estaba. En cambio es distinto si una persona a uno le dice, porque..., es que yo no se como explicarlo, porque a uno le pueden decir cosas muy bonitas y todo, pero no es como la misma disposición, no es como la misma energía, no es como el espacio tan especial.... Pues yo creo que igual uno cambia esas cosas, porque la logoterapia y eso, y yo hago citas con un terapeuta y él me ayuda también mucho en eso, pero es que es mas como un desarrollo ahí, es que yo no me explico bien, no se como explicar bien ese pedazo.

A: Si yo te dijera que me hicieras un paralelo de tus momentos de tristeza antes y después del grupo...

P: Uyyy no!

A: ...Cómo sería eso?

P: ¿Ósea, cómo estaba antes de entrar a el Grupo de Apoyo Existencial y cómo salía después, cuando estaba triste?

A: No.

P: ¿Cómo vivía mis momentos de tristeza?

A: Aja, antes de conocer el Grupo de Apoyo Existencial y después

P: No, totalmente distintos.

A: ¿Cómo eran?

P: Yo soy muy depresivo, muy; ósea yo mas o menos me podía quedar un mes viendo todo negro, y digamos mi amiga, es muy “toodo es hermoso”, y ella me decía: “y las cosas” y yo “si, muy lindo” y yo le decía, “si, usted lo pude ver así porque usted no tiene esto, así que..y ya”, y no le hacia caso. Es que eso es lo que yo me refiero con el Grupo de Apoyo Existencial lo que pasa es que no se como explicarlo, porque te digo, uno haya también esta escuchando a las personas y todo, pero es que es como distinto. Ósea ella era mi mejor amiga, y ahorita ella me lo dice y yo la escucho mas, no se si exactamente a raíz de el Grupo de Apoyo Existencial o a raíz de todo lo que uno hace..., pero eso si ayuda mucho. Bueno, igual uno estaba muy depresivo y se quedaba ahí, y todo era feo, feo, feo, entonces es acordarse de esas cosas ahorita, de esas cosas que escucho ahí, y cambiar las cosas; yo ya no duro triste mas de un día, eso es mucho, no ha vuelto a pasar eso, por que, y así entre más triste esta uno..., digo, me pasa muchísimo con los niños, yo veo un niño y ya, se me arregla el día, ósea, como que lo ayuda a uno a volverse mas sensible, mas..., como que acordarse de esos momentos, sí....

A: Entre otros de los aportes que aparecen en la teoría que el Grupo de Apoyo Existencial hace, dice que la persona puede como todos esos determinismos con los que la persona viene, puede llegar en algún punto a modificar, tu crees que a ti te ayudo en eso?

P: Claro, además si no ayuda a modificarlos, por lo menos..., pues a mi no me modifíco que uno diga Ya!, pero a plantearse, a decir: “por qué si yo puedo ver esto así, por qué voy a seguir, ósea cerrándome a ver esto así tan feo?”, como a dudar de esas cosas que

uno tiene, si?, determinismos, como que uno amargándose la vida por unas bobadas y sabiendo que puedo hacer esto.

A: ¿Como por ejemplo? Pues de algo que tu hayas dicho algún día: “yo para qué me amargo la vida si puedo tal cosa...”.

P: Sí, lo de, lo de qué?... , que después de la... y uno lo había escuchado mucho, es que yo no se eso que tiene, eee, ....que después de..., cómo es que es?, que “entre mas oscura está la noche, es por que mas cerca está el amanecer”, algo así. Claro!, es de ver esos momentos difíciles, porque pues detrás de que muy lindo, muy todo, pero obviamente los momentos difíciles están, va a venir la luz. Como uno dice, bueno si, en esos momentos quiero acodarme de eso; digamos a mi se me hace..., a mi me pasa muchísimo y se me hace bacano estando en el grupo que digamos, pues yo hablo mucho con Dios y yo le pido muchas cosas, ahorita es como pidiéndole: “hay Dios que no se me olvide nunca que si ahorita estoy mal después eso va a ser para un bien, y que me ayude, que me de fuerzas a vivir eso porque se que después todo va a estar bien”, entonces empieza uno ya como a meterse, como que ya mete eso en la vida de uno, de todo lo que escuchaba y todo, querer aplicarlo para la vida de uno para poder vivir mejor, porque definitivamente uno quiere vivir mejor.

A: ¿Tú podrías decir que hoy en día vives mejor, entre comillas, gracias al Grupo de Apoyo Existencial

P: Claro.

A: ¿Cómo vives ahora que antes no vivías, o cómo vivías antes que ahora lo cambiaste y lo vives de ésta forma?

P: Antes..., la tristeza, ósea, si?, eso de..., que todo es feo, todo es oscuro, todo eso lo cambia..., le da luz a eso, a esos momentos.

A: ¿Tú crees que el Grupo de Apoyo Existencial ayuda para seguir manteniéndose en sobriedad?

P: Sí.

A: ¿Cómo?

P: Pues recordándole a uno los sentidos. Además que lo que dicen ahí..., digamos bueno uno ya está lleno como de sentidos, pues obviamente también que se nublan y no se que, digamos si usted esta triste un día y viene al grupo, además de escuchar las cosas positivas le ayudan a usted a acordarse de todo lo bonito que usted a creado, ósea para usted, ósea que ha permitido que eso haga parte de su vida y que le ayude, entonces uno recuerda todas esas cosas cuando esta ahí, a partir de que digan algo, se queda uno pensando uno en la vida de uno, y se da cuenta que tiene olvidado tal cosa, o que uno si sabe que esto pero se le ha ido como quedando atrás el hecho de que mirar las cosas, o ver a las personas, fascinarse como por el mundo, creo eso.

A: ¿Tú ahora vives fascinado con el mundo?

P: Sí.

A: Cómo ves tu el mundo ahora?

P: Más lindo todavía, ósea muy bonito, muy increíble. A veces me asombro de que yo, valga la redundancia, me asombre tanto del mundo. Que yo digo “Huyy esos humanos”, eeee, increíble, yo digo, son increíbles, la forma, todo, y el cielo y los colores, no se..., los niños, todo eso.

A: ¿Si yo te pidiera que me dijeras un sinónimo de Grupo De Apoyo Existencial, cuál sería ese sinónimo?

P: Recordar.

A: ¿Recordar?

P: Si, recordar, recordar todo lo bonito. Si, recuerda todo lo bonito que le puede ayudar a uno a estar bien.

A: ¿Qué otras cosa me quisieras contar acerca de el Grupo de Apoyo Existencial o que mas recuerdas en este momento del grupo?

P: No ya, todo, eso es todo, no mas,

A: Bueno, pues muchísimas gracias por tu tiempo, por tu información y que sigas viniendo a el Grupo de Apoyo Existencial

P: Jajá jajá, bueno.

A: Y qué te vaya bien en tu viaje, lástima que no puedas darme otra entrevista.

P: Si, pero pues igual yo no veo la necesidad, yo ya te dije todo, yo ya no me acuerdo de nada mas. Y ya pues si..., ya dije todo.

## Entrevista en Profundidad

Entrevistado: Asistente (P)

Entrevistador: Alejandra Neira (A)

- 1 A: ¿Cómo te ha ido últimamente?
- 2 P: Pues muy bien y tu ¿cómo has estado?
- 3 A: Pues bien, trabajando.
- 4 P: Me alegra.
- 5 A: Pues sí. Y bueno, pues te cuento de lo que se trata. Lo que necesito es que me
- 6 colabores con unas entrevistas para mi proyecto de grado.
- 7 P: ¿Y yo qué tengo que hacer?
- 8 A: ¿Pues es lo que te digo, es solo que me des unas entrevistas donde hablaríamos acerca
- 9 del Grupo de Apoyo Existencial?
- 10 P: ¿Y por qué de ese grupo?
- 11 A: Por que es acerca de ese grupo que voy a hacer mi tesis.
- 12 P: Es que es un grupo chévere, no? Es bien bonito.
- 13 A: Sí, es cierto. Y pues bueno, de eso es de lo que se trata.
- 14 P: Pues me parece chévere.
- 15 A: Bueno, pues puedo contar contigo entonces?
- 16 P: Si claro, pues yo hoy te puedo ayudar en lo que sea porque tengo tiempo hasta que
- 17 llegue la hora de mi cita.
- 18 A: Listo, perfecto. Pero es posible que necesite que nos volvamos a ver para otras
- 19 entrevistas.
- 20 P: Cómo así, y para qué? Para hablar de otra cosa?

21 A: No, la idea es que a partir de lo que hablemos hoy, podamos sacar más información  
22 en la próxima entrevista.

23 P: Pero entonces ahí si no voy a poder ayudarte...

24 A: No?, por qué?

25 P: Lo que pasa es que yo ahora voy a viajar por unas semanas, así que no podría venir  
26 por un tiempo.

27 A: Y cuando te vas?

28 P: Este fin de semana. Salimos el sábado.

29 A: Y hoy ya es miércoles..., y no podríamos vernos el viernes?

30 P: No ni modo, pero pues yo hoy tengo tiempo y yo creo que igual no es mucho lo que  
31 hay que decir.

32 A: Bueno, listo. Entonces empecemos para aprovechar el tiempo.... Pero primero tengo  
33 que explicarte cuál va a ser el uso de ésta entrevista, mejor dicho, cuál va a ser el manejo  
34 que le vamos a dar a la información.

35 P: A ver..

36 A: Pues como ya te conté estas entrevistas van a ser parte de mi trabajo de grado. Por lo  
37 tanto lo que salga en éstas entrevistas va a aparecer en mi tesis que puede ser leída por  
38 varias personas.

39 P: Y...

40 A: Bueno, por esa razón, por lo que varias personas la van a leer yo tengo el deber de  
41 asegurarte tu anonimato y confidencialidad, es decir que tu nombre no aparecerá, como  
42 tampoco nombres de otras personas o datos que..., pues que puedan dar como pistas  
43 para saber quien fue la persona que se entrevistó, si?

44 P: Ajá..

45 A: De todas formas, cuando yo ya haya transcrito lo que estaos gravando te voy a mostrar  
46 lo que pasé para que tu me digas si te parece o no? Bueno?

47 P: Pues bueno, si tu quieres, igual a mi me da lo mismo.

48 A: Entonces si estas de acuerdo?

49 P: Claro, yo no le veo ningún problema

50 A: Bueno, pues ya que sabes esto yo creo que ahora si podemos empezar lo que es la  
51 entrevista, entrevista.

52 P: Perfecto.

53 A: Cuéntame... ¿Hace cuanto conoces el Grupo de Apoyo Existencial?

54 P: Hace como nueve meses.(1)

55 A: ¿Cómo me describirías tú el Grupo de Apoyo Existencial?

56 P: Como acordarse de lo que a uno se le olvida, de las cosas pequeñas de la vida.

57 A: Como de qué cosas te has acordado tú en el Grupo de Apoyo Existencial

58 P: Pues a veces yo me acuerdo mucho., yo creo que es de lo que mas me acuerdo de el

59 Grupo de Apoyo Existencial y es que..., la forma en que uno ve las cosas, que uno

60 puede cambiar lo que uno quiera, cosas muy sencillas.(2) Pues y que..., la alegría esta

61 en cosas muy chiquiticas, como un niño chiquito reírse, a mí eso muchas veces me

62 alegra mucho y me acuerdo cuando estoy triste o algo así, en ese momento de que en la

63 vida siempre hay cosas bien bonitas, cosas pequeñas. (3)

64 A: ¿Cuál de los temas que se trataban en el Grupo de Apoyo Existencial de todos los que

65 se hablaban, cual recuerdas tu así que dijeras “uyy!, en esto si cambió como mi forma de

66 pensar”?

67 P: Pues en lo que yo te decía, en cambiar las cosas. Que uno puede ver las cosas como

68 uno quiera. Lo que decía de las gafas que uno se ponga del color que uno quiera, si

69 quiere usar rosas o negras, y que sí, que uno puede ver las cosas como una bendición, o  
70 como una cosa mala, de todo, de ver como uno quiera, que puede ser todo muy bonito o  
71 muy feo, que uno se encarga de verlo, eso fue lo que a mí mas me quedó.(4)

72 A: ¿Tu en lo que decía la gente, o en los cuentos y en lo que me acabas de decir, eso de  
73 poder ver las cosas chiquitas, hizo que te quedara más fácil captarle el sentido a tu vida  
74 o a ciertos momentos de tu vida?

75 P: Sí.

76 A: ¿Como por ejemplo?

77 P: Pues por ejemplo lo que te he dicho todo este rato, que eso, de ósea, a mí me gustaba  
78 cuando hablaba la otra gente era porque uno podía pensar algo y ver otros puntos de  
79 vista también de eso. No, es que eso lo va nutriendo a uno, y es bueno digamos acá,  
80 porque hay días en que la semana fue fea, entonces uno al entra ahí como que se acuerda  
81 otra vez de todo. Pues yo no tengo muy buena memoria, yo creo que lo que mas se me  
82 quedó fue lo que dije ahorita, pero, pero así..., venir un día y que uno no este bien, eso,  
83 eso es una bendición, se acuerda uno de todo, y al energía que se maneja ahí, es muy  
84 buena.(5)

85 A: ¿Tú a quién le recomendarías que viniera a la Red?

86 P: Uyy, a todo el mundo, yo a todo el mundo le digo que venga. Sino que como es un  
87 viernes, entonces a la gente le da pereza, pero mas que todo cuando una persona está  
88 como muy oscura, que se ve como muy negra, que quiere ver todo feo, eso le ayuda  
89 mucho, muchísimo, mucho. (6)

90 A: Ya en lo que fue tu tratamiento, en lo de la adicción, ¿qué hizo la Red, para qué te  
91 sirvió en eso?

92 P: Como aquí trabajan la logoterapia, cierto?, entonces bueno, uno veía la logoterapia y  
93 todo, pero ahí era como recordarle los sentido a uno, los sentidos de vida, porque ...,  
94 encontrarlos en cosas, en todo momento y cambiar, es que yo creo que eso es lo que más  
95 se me quedó, eso, lo de cambiar las cosas y de ver las cosas pequeñas, eso le recuerda a  
96 uno y le ayuda a identificar cuales son las cosas que a uno realmente lo llenan y le  
97 ayudan a vivir, a encontrar la felicidad en todo lado. (7)

98 A: Hoy en día en que momentos aplicas eso, o cómo lo aplicas?

99 P: Lo que aprendí?

100 A: Sí.

101 P: Pues no, pues como casi siempre..., pues yo ahora mantengo más maravillado con el  
102 mundo. Ósea, si ya alguien dice de una flor, yo veo una flor..., ya veo las nubes y  
103 quedo feliz, porque es muy lindo, me pasa mucho, mucho con los niños chiquitos, pues  
104 yo veo por ejemplo un niño reírse o jugar y yo soy muy feliz, ósea, me llena eso, a mi  
105 eso me llena mucho. (8) Y además todo lo que uno aprende también le ayuda a uno  
106 mucho para decírselo a otras personas que no están bien, entonces uno como que se  
107 acuerda de lo que decían allá, y uno “no mire que tal cosa”, entonces uno se emociona y  
108 todo, y la energía, yo me imagino que uno da una energía muy bacána hablando de eso.  
109 Uno le habla de todo lo positivo que tiene la vida, le ayuda mucho, eso le ayuda mucho  
110 también a uno para hablarle a la gente también de cosas buenas y darle la buena energía.

111 (9)

112 A: ¿Alguna vez fuiste a alguna de esas misiones existenciales, donde el hermano  
113 Murley...?

114 P: Sí.

115 A: ¿Y qué te dejó eso?

116 P: Pues lo que pasa es que yo siempre he estado en esas cosas..., pues, ósea, yo antes de  
117 entrar pues yo ya estaba igual en la pastoral, a mi me sacaron de allá fue por mi  
118 problema de adicción, de la pastoral, pero yo siempre estuve ahí, y eso era así, eran  
119 lugares muuuy pobres, y ayudar ancianos, ir a jugar con ellos. Sino que uno... “bueno  
120 si,” pero eso se lo recuerda, le hace ver que: “mire que usted no tiene que quejarse de  
121 nada, usted lo tiene todo”. Eso hablamos ayer con unas señoras, que viven en la  
122 Candelaria, “que si les iba bien?, no que para comer y dormir”; y que mas necesita uno,  
123 para comer y dormir, y uno se complica mucho, uno ve a esas personas y ve que son  
124 felices, y bailan y cantan y se sientan a contarle a uno cosas. Como que darse cuenta que  
125 uno tiene todo, eso le ayuda a uno también. (10)

126 A: Si pasados los años te sientas a recordar lo que has hecho en tu vida, y ahí entre los  
127 capítulos aparece el Grupo de Apoyo Existencial cómo crees que lo recordarías?

128 P: Uichh, como..., es que no se como explicarlo, yo sé, pero no se como.... Digamos el  
129 Grupo de Apoyo Existencial y otro espacio que es todo católico, que también es todos  
130 viernes, yo iba los viernes..., y se manejan cosas muy fuertes, muy bonitas, que se  
131 mueve como todo eso, eso como positivo en el ambiente y que lo renuevan a uno, eso...,  
132 como algo renovador, como si uno saliera con ganas de vivir, eso!. Siempre que  
133 recuerdo el Grupo de Apoyo Existencial y esto otro que te digo, es salir renovado, es  
134 salir muy feliz con la vida. (11)

135 A: ¿Tú crees que si en el tratamiento no hubiera estado incluida el Grupo de Apoyo  
136 Existencial hubiera sido igual?

137 P: No.

138 A: ¿Por qué?

139 P: Porque digamos acá trabajan mucho la logoterapia, cierto?, entonces esa es la teoría,  
140 ósea si muy lindo, pero sinceramente yo me quedaba dormido en muchos grupos de  
141 logoterapia, yo dormía mucho ahí, pero en el Grupo de Apoyo Existencial, es que como  
142 que todo el mundo tiene esa disposición de querer escuchar cosas bonitas porque saben  
143 que ahí se van a escuchar cosas que lo van a ayudar a uno mucho. Además que aquí es  
144 muy pesado, le tocan a uno cosas horribles, y es como recordarle a uno bien las cosas.  
145 ósea, yo no se, yo no creo que sería lo mismo, porque es muy especial ese espacio, ósea,  
146 yo si esperaba mucho el Grupo de Apoyo Existencial. (12)

147 A: Ahorita me dijiste que uno escucha cosas muy bonitas, recuerdas algo que te haya  
148 quedado marcado?

149 P: Pues me acuerdo mucho de una que dijo un niño que dice que para ser feliz la base,  
150 era la tranquilidad, y yo nunca lo había visto así; ósea que pues que como estar feliz era  
151 ver las cosas lindas, ósea que era estar tranquilo, y eso a mí se me quedó mucho. (13) Lo  
152 de las gafas, también se me quedó tranquilo, tranquilo, se me quedó gravado el..., la  
153 lluvia, qué le alegaba a Dios y que no se que y que dejó de llover y se le murió todo;  
154 ósea, que uno puede ver las cosas como una bendición. Yo creo que eso es todo lo que  
155 más..., yo siempre me acuerdo de eso todavía, a cada momento. (14)

156 A: Si tu le pudieras cambiar algo a el Grupo de Apoyo Existencial o agregar, qué le  
157 harías?

158 P: No se. Porque yo pensé igual el horario, no?, pero es muy bueno porque es el final de  
159 la semana y uno está cansado, está cargado, y es el momento preciso, ósea, para seguir  
160 bien. Entonces no se, no yo creo que así está muy bien, si. (15)

161 A: Las otras cosas que tiene el Grupo de Apoyo Existencial, digamos anexas, como el  
162 himno, la ronda de manos, la ronda de abrazos, la oración de la serenidad, el ambiente  
163 en el que se realiza, qué significado tenía para ti esas otras cosas?

164 P: Eeee, pues siempre que uno oye el himno es muy bacano, el himno..., hacen la ronda  
165 de manos, el himno y el grito “vuelva que esto funciona”, si, es muy bacano, todo el  
166 mundo esta tan feliz que como que bota toda la energía en ese momento, y los  
167 abrazos..., delicioso, porque uno acá abraza mucha gente, en serio, y como que todo el  
168 mundo quiere dar esa energía que tiene, como que quiere dar todo ese cariño y eso  
169 también..., eso se siente..., por eso yo creo que el ambiente es tan rico, yo digo que hay  
170 como una nube de cosas positivas, porque todo el mundo está como bien, como feliz en  
171 ese momento. (16) Y todo, el hecho de que sea a oscuras, la vela..., lo hace meditar a  
172 uno más, y que no se distraiga; ósea mucho lo distrae a uno la vela pero está pensando, y  
173 no como fijarse en las otras personas sino como que habla, y siempre que habla y usted  
174 ni siquiera le ve bien la cara y bien, no importa, eso ayuda mucho pa’que. Y el hecho  
175 también de que no se de controversia ni nada, eso me pareció muy bacano, que cada cual  
176 puede decir lo que quiera, si le gustó bien y si no también, pues es para..., es lo que él  
177 piensa, eso también me parece muy bueno. (17)

178 A: A el Grupo de Apoyo Existencial viene gente, mucha gente, gente de acá, gente de  
179 afuera, que te hacia sentir llegar un día y ver gente nueva, de pronto no volverlas a  
180 ver...?

181 P: A mi no me incomoda. Pues es que igual a mí me gusta mucho hablar con gente así,  
182 que no conozco. Pues y era bacano, ósea que la gente venía acá muy tímidas y uno esta  
183 acá en familia, entonces como que uno les daba un abrazo y la gente como que se  
184 alegraba. Era rico porque uno aportaba a esa felicidad que deja el Grupo de Apoyo

185 Existencial como que..., además a uno interno aquí ver a alguien es muy rico, ósea, no  
186 importa quien sea y si, dejarles ese a ellos también es muy bacano. Además escucha uno  
187 voces que sabe que no va a volver a escuchar, opiniones que son muy de ese momento y  
188 ya, también eso ayuda a vivir el momento, que esta persona está acá y mañana no. (18)

189 A: ¿Eso de vivir el momento siempre lo aplicas en tu vida?

190 P: ¿De vivir el momento?, no. No, se hace difícil porque yo vivo mucho en el futuro,  
191 pero pues obviamente uno vive las cosas que pasan ya, ahora, eso es como por  
192 momentos, no?, si, como a ratos. Pues ayer mi día todo fue, en el momento, pero hay  
193 momentos que uno necesita del futuro... mucho. (19)

194 A: Tu forma vida de vivir la vida como me dijiste ahorita, cambió, o podrías decirme  
195 que cambió o varió en algo a partir del Grupo?

196 P: Aja, claro, mucho. Porque es que es todo un conjunto, no?. Pero es como una fábula,  
197 ósea que todo acá es como si fuera bueno, la narración de la fábula todo el tiempo, todo  
198 el tiempo; y en el Grupo de Apoyo Existencial están las moralejas de todo lo que uno  
199 aprende. Entonces si, es una construcción de todo, la unión de la narración que es todo  
200 lo que uno vive acá, y ahí en el grupo se resume todo. Pero pues obviamente uno tiene  
201 que pasar por lo otro para llegar a leer la moraleja y entenderla. Claro, yo me acuerdo  
202 muchísimo cuando hablamos usted y yo, y yo ahí todo triste y me acuerdo de eso y me  
203 pongo feliz, yo me..., muchas veces cuando no es muy grande la tristeza me pongo muy  
204 feliz, me acuerdo mucho de lo que decían acá, mucho..., de el Grupo de Apoyo  
205 Existencial de las frases, uno se acuerda y dice “que va, no es malo, no estamos mal”,  
206 “hay que vivir el momento, si es está mal vívalo, pero siga adelante”. (20)

207 A: Entre los objetivos del Grupo de Apoyo Existencial que se plantean en la teoría dice  
208 que el Grupo de Apoyo Existencial ayuda a que la persona se aleje de, como que se aleje

209 de sus problemas, se aleje de sus síntomas, y pueda ir como más aya de sí mismo y  
210 como dirigirse más hacia la otras personas, tu crees que si sirve el Grupo de Apoyo  
211 Existencial para eso?

212 P: Sí

213 A: Cómo hace eso?

214 P: Cómo hace eso?, yo no se si es la disposición que uno ya tiene. Pero la primera vez  
215 yo decía: “pero yo que hago acá?”, no se escucha a la gente sino decir puras cosas  
216 bonitas y uyy cómo así?. Es como descubrir algo..., es que uno sabe que muchas cosas  
217 están ahí pero jmm, es como ver, es como descubrir eso, igual uno aquí esta  
218 descubriendo puras cosas, como ver ese mundo así, pues. Y yo creo que ya es como  
219 con la disposición con la que uno viene, también a decir: “bueno, voy a escuchar cosas  
220 que me van a ayudar a sentir bien, que van a hacerme quitar esto”, por lo menos decir  
221 “bueno ahora viene un momento de tranquilidad donde uno esta cayado, si uno está mal  
222 puede ponerse a pensar bien, nadie le va a decir a uno nada, nadie se va a meter con lo  
223 que usted piensa”, si?, (21) es mucho al disposición y la misma reflexión que el Grupo  
224 de Apoyo Existencial plantea, porque no es solo venir sino que uno se queda pensando;  
225 pues por algo es que uno opina, no?.porque hay como el espacio que uno piensa la frase,  
226 como que la interiorice, entonces por eso le ayuda a uno a cambiar muchas cosas. (22)

227 A: De esas cosas diferentes a las que ya me has dicho, como ver las cosas chiquitas;  
228 como que otras cambiaste en tu forma de ver o de vivir?

229 P: Yo no me acuerdo, jajaja. Es que a mí se me quedaron fue mucho eso, pero aparte,  
230 cosas que uno puede sacar del Grupo de Apoyo Existencial el escuchar, escuchar las  
231 opiniones, eso ayuda mucho también uyy no, eso ayuda muchísimo en la vida, escuchar  
232 a los demás, yo creo que con la única persona con la que medio me cuesta ahorita y ya

233 no tanto es con mi mamá, porque antes era horrible, pero ahora uno como que dice  
234 “bueno, ella opina eso”, y respetar eso, y pues uno da también su punto de vista, no se lo  
235 estoy imponiendo, eso ayuda muchísimo y eso es pero fundamental en la vida, igual es  
236 como una construcción, con las orientaciones y eso aprende uno a escuchar mucho. (23)

237 A: Y como de qué te sirve saber escuchar?

238 P: Pa’ crecer, aprender, tener paciencia. Uyyyy no, sabes que yo..., uno a veces,  
239 también yo pensaba que uno puede tener muchos prejuicios en la cabeza, yo tengo  
240 muchos prejuicios..., pero uno escuchar que las personas le pueden dejar a uno cosas  
241 muy buenas, ni importa si a usted le cae bien, si le cae mal, si ni siquiera lo conoce, las  
242 personas a usted le dejan cosas muy positivas, y el escuchar a una persona..., bueno,  
243 pues yo siempre he hecho eso, pero escuchar personas que a usted de pronto hasta le  
244 caen mal, con el que no pude de pronto..., escucharlo, le ayuda mucho a ver que esa  
245 persona también le puede enseñar, a pesar de las diferencias que puedan tener y todo,  
246 eso ayuda mucho. (24)

247 A: Qué te han enseñado personas que tu no esperabas de pronto que te enseñaran dentro  
248 del Grupo?

249 P: Mi mamá, con las cosas de la Biblia. Uyyyy, es que no me acuerdo como fue, pero  
250 yo ese día quedé muy impresionado..., es que está memoria de pollo. Digamos a mi  
251 muchas veces me pasó con mi mamá, y yo decía “uich, mi mamá diciendo esas cosas?!,  
252 no”, o mi papá, si?, mi familia..., imagínese, en cosas tan cercanas como su familia, que  
253 están ahí todo el tiempo y no se da uno cuenta de las cosas positivas que le pueden dar.  
254 Digamos, muchas veces mi mamá va a empezar a “que venga le leo no se que”, pues a  
255 mi también me da mamera, pero voy contra, ósea mi voluntad, me siento y termino

256 aprendiendo cosas bacánas de ella que pues bien. Y eso, uich, de personas que uno tiene  
257 al lado y uno no se da cuenta que pueden pues ayudarle tanto. (25)

258 A: Eso hizo que tu relación con tu familia cambiara en algo?

259 P: Pues digamos que si, digamos en eso por ejemplo, ahí si fue mucho del Grupo de  
260 Apoyo Existencial, porque..., de escucharla, por que es que a ella le gusta mucho leerle  
261 a uno lo que ella lee de la Biblia, “la Biblia, la Biblia”, entonces ahorita yo digo “bueno,  
262 escuchémosla”, pues a ver, y siempre deja cosas buenas, a veces ella se pone a hablar y  
263 pues, “bueno escuchémosla”, también le ayuda a uno. Y entonces también es una  
264 construcción de todo pero eso ayuda mucho, de ahí..., porque ahí fue que me  
265 impresionó, y no, de resto...

266 A: Cuando dices que eso ayuda mucho, ayuda a qué?

267 P: Pues me refiere que es...,pues como no es solo ahí que se trabaja, pero, es lo que de  
268 verdad, como que uno sienta todo, todo, todo, como la síntesis de la semana, en el  
269 proceso, de lo que uno pueda aprender, ahí está, por eso digo que ayuda, ósea como más  
270 que la otras..., no mentiras no mas..., si, no , más en algunas cosas, que el resto. (26)

271 A: Como devolviéndome un poquito, me has dicho varias veces que de pronto cuando  
272 estás triste te acuerdas de el Grupo de Apoyo Existencial como qué son esa cosas que  
273 más recuerdas, o porqué crees que recuerdas el grupo?

274 P: Por lo..., porque en momento así, ósea que yo también estaba muy triste acá, el estar  
275 ahí me hizo abrir los ojos; por eso es que uno recuerda tanto eso. A veces yo estaba  
276 muy triste también acá mismo y entrar ahí me ponía feliz, me llenaba de sentido.  
277 Bueno, igual a mi lo que mas se me quedo es lo que ya todo el rato he dicho, pues si yo  
278 creo que por eso es que uno lo recuerda, porque en ese momento le ayudo y en todo  
279 momento le va a ayudar igual porque es bueno también estar mal. (27)

280 A: Si no hubieras conocido el Grupo de Apoyo Existencial y llegaran esos momentos de  
281 estar mal, qué crees que harías, sin poder recordar el Grupo de Apoyo Existencial cuál  
282 sería entonces la solución?

283 P: Es que yo no se porque a uno la gente le dice muchas cosas bonitas y que mire; le  
284 pueden a uno hasta decir lo que en el Grupo de Apoyo Existencial le dicen a uno, pero  
285 yo creo que..., pues yo no se, dicen que nosotros los adictos somos como muy tercicos,  
286 uno sabe, sí eso quema, pero hasta que no se quema uno no cree; pero el hecho de uno  
287 vivirlo, ya estando mal y escuchar esas cosas positivas, o bien sea porque usted decía “si  
288 abramos los oídos a esto”, o porque le tocaba, usted abría los ojos y le pasaba a usted, en  
289 ese momento usted decidía tomar esas cosas y cambiar como estaba. En cambio es  
290 distinto si una persona a uno le dice, porque..., es que yo no se como explicarlo, porque  
291 a uno le pueden decir cosas muy bonitas y todo, pero no es como la misma disposición,  
292 no es como la misma energía, no es como el espacio tan especial.... Pues yo creo que  
293 igual uno cambia esas cosas, porque la logoterapia y eso, y yo hago citas con un  
294 terapeuta y él me ayuda también mucho en eso, pero es que es mas como un desarrollo  
295 ahí, es que yo no me explico bien, no se como explicar bien ese pedazo. (28)

296 A: Si yo te dijera que me hicieras un paralelo de tus momentos de tristeza antes y  
297 después del grupo...

298 P: Uyyy no!

299 A: ...Cómo sería eso?

300 P: ¿Ósea, cómo estaba antes de entrar a el Grupo de Apoyo Existencial y cómo salía  
301 después, cuando estaba triste?

302 A: No.

303 P: ¿Cómo vivía mis momentos de tristeza?

304 A: Aja, antes de conocer el Grupo de Apoyo Existencial y después

305 P: No, totalmente distintos.

306 A: ¿Cómo eran?

307 P: Yo soy muy depresivo, muy; ósea yo mas o menos me podía quedar un mes viendo  
308 todo negro, y digamos mi amiga, es muy “toodo es hermoso”, y ella me decía: “y las  
309 cosas” y yo “si, muy lindo” y yo le decía, “si, usted lo pude ver así porque usted no  
310 tiene esto, así que..y ya”, y no le hacia caso. Es que eso es lo que yo me refiero con el  
311 Grupo de Apoyo Existencial lo que pasa es que no se como explicarlo, porque te digo,  
312 uno haya también esta escuchando a las personas y todo, pero es que es como distinto.  
313 Ósea ella era mi mejor amiga, y ahorita ella me lo dice y yo la escucho mas, no se si  
314 exactamente a raíz de el Grupo de Apoyo Existencial o a raíz de todo lo que uno hace...,  
315 pero eso si ayuda mucho. Bueno, igual uno estaba muy depresivo y se quedaba ahí, y  
316 todo era feo, feo, feo, entonces es acordarse de esas cosas ahorita, de esas cosas que  
317 escucho ahí, y cambiar las cosas; yo ya no duro triste mas de un día, eso es mucho, no ha  
318 vuelto a pasar eso, por que, y así entre más triste esta uno..., digo, me pasa muchísimo  
319 con los niños, yo veo un niño y ya, se me arregla el día, ósea, como que lo ayuda a uno a  
320 volverse mas sensible, mas..., como que acordarse de esos momentos, sí.... (29)

321 A: Entre otros de los aportes que aparecen en la teoría que el Grupo de Apoyo  
322 Existencial hace, dice que la persona puede como todos esos determinismos con los que  
323 la persona viene, puede llegar en algún punto a modificar, tu crees que a ti te ayudo en  
324 eso?

325 P: Claro, además si no ayuda a modificarlos, por lo menos..., pues a mi no me modifíco  
326 que uno diga Ya!, pero a plantearse, a decir: “por qué si yo puedo ver esto así, por qué  
327 voy a seguir, ósea cerrándome a ver esto así tan feo?”, como a dudar de esas cosas que

328 uno tiene, si?, determinismos, como que uno amargándose la vida por unas bobadas y  
329 sabiendo que puedo hacer esto. (30)

330 A: ¿Como por ejemplo? Pues de algo que tu hayas dicho algún día: “yo para qué me  
331 amargo la vida si puedo tal cosa...”.

332 P: Sí, lo de, lo de qué?... , que después de la... y uno lo había escuchado mucho, es que  
333 yo no se eso que tiene, eee, ....que después de..., cómo es que es?, que “entre mas  
334 oscura está la noche, es por que mas cerca está el amanecer”, algo así. Claro!, es de ver  
335 esos momentos difíciles, porque pues detrás de que muy lindo, muy todo, pero  
336 obviamente los momentos difíciles están, va a venir la luz. Como uno dice, bueno si, en  
337 esos momentos quiero acodarme de eso; digamos a mi se me hace..., a mi me pasa  
338 muchísimo y se me hace bacano estando en el grupo que digamos, pues yo hablo mucho  
339 con Dios y yo le pido muchas cosas, ahorita es como pidiéndole: “hay Dios que no se  
340 me olvide nunca que si ahorita estoy mal después eso va a ser para un bien, y que me  
341 ayude, que me de fuerzas a vivir eso porque se que después todo va a estar bien”,  
342 entonces empieza uno ya como a meterse, como que ya mete eso en la vida de uno, de  
343 todo lo que escuchaba y todo, querer aplicarlo para la vida de uno para poder vivir  
344 mejor, porque definitivamente uno quiere vivir mejor. (31)

345 A: ¿Tú podrías decir que hoy en día vives mejor, entre comillas, gracias al Grupo de  
346 Apoyo Existencial

347 P: Claro.

348 A: ¿Cómo vives ahora que antes no vivías, o cómo vivías antes que ahora lo cambiaste y  
349 lo vives de ésta forma?

350 P: Antes..., la tristeza, ósea, si?, eso de..., que todo es feo, todo es oscuro, todo eso lo  
351 cambia..., le da luz a eso, a esos momentos. (32)

352 A: ¿Tú crees que el Grupo de Apoyo Existencial ayuda para seguir manteniéndose en  
353 sobriedad?

354 P: Sí.

355 A: ¿Cómo?

356 P: Pues recordándole a uno los sentidos. Además que lo que dicen ahí..., digamos  
357 bueno uno ya está lleno como de sentidos, pues obviamente también que se nublan y no  
358 se que, digamos si usted esta triste un día y viene al grupo, además de escuchar las cosas  
359 positivas le ayudan a usted a acordarse de todo lo bonito que usted a creado, ósea para  
360 usted, ósea que ha permitido que eso haga parte de su vida y que le ayude, entonces uno  
361 recuerda tosas esas cosas cuando esta ahí, a partir de que digan algo, se queda uno  
362 pensando uno en la vida de uno, y se da cuenta que tiene olvidado tal cosa, o que uno si  
363 sabe que esto pero se le ha ido como quedando atrás el hecho de que mirar las cosas, o  
364 ver a las personas, fascinarse como por el mundo, creo eso. (33)

365 A: ¿Tú ahora vives fascinado con el mundo?

366 P: Sí.

367 A: Cómo ves tu el mundo ahora?

368 P: Más lindo todavía, ósea muy bonito, muy increíble. A veces me asombro de que yo,  
369 valga la redundancia, me asombre tanto del mundo. Que yo digo “Huyy esos  
370 humanos”, eeee, increíble, yo digo, son increíbles, la forma, todo, y el cielo y los  
371 colores, no se..., los niños, todo eso. (34)

372 A: ¿Si yo te pidiera que me dijeras un sinónimo de Grupo De Apoyo Existencial, cuál  
373 sería ese sinónimo?

374 P: Recordar.

375 A: ¿Recordar?

- 376 P: Si, recordar, recordar todo lo bonito. Si, recuerda todo lo bonito que le puede ayudar  
377 a uno a estar bien. (35) A: ¿Qué otras cosa me quisieras contar acerca de el Grupo de  
378 Apoyo Existencial o que mas recuerdas en este momento del grupo?
- 379 P: No ya, todo, eso es todo, no mas,
- 380 A: Bueno, pues muchísimas gracias por tu tiempo, por tu información y que sigas  
381 viniendo a el Grupo de Apoyo Existencial
- 382 P: Jajá jajá, bueno.
- 383 A: Y qué te vaya bien en tu viaje, lástima que no puedas darme otra entrevista.
- 384 P: Si, pero pues igual yo no veo la necesidad, yo ya te dije todo, yo ya no me acuerdo de  
385 nada mas. Y ya pues si..., ya dije todo.

## Entrevista de Pilotaje Segmentada y Categorizada

*Categorías Anticipatorias*Categoría No. 1  
Libertad de la Voluntad

1. A: Si no hubieras conocido el Grupo de Apoyo Existencial y llegaran esos momentos de estar mal, qué crees que harías, sin poder recordar el Grupo de Apoyo Existencial cuál sería entonces la solución? P: Es que yo no se porque a uno la gente le dice muchas cosas bonitas y que mire; le pueden a uno hasta decir lo que en el Grupo de Apoyo Existencial le dicen a uno, pero yo creo que..., pues yo no se, dicen que nosotros los adictos somos como muy tercos, uno sabe, sí eso quema, pero hasta que no se quema uno no cree; pero el hecho de uno vivirlo, ya estando mal y escuchar esas cosas positivas, o bien sea porque usted decía “si abramos los oídos a esto”, o porque le tocaba, usted abría los ojos y le pasaba a usted, en ese momento usted decidía tomar esas cosas y cambiar como estaba. En cambio es distinto si una persona a uno le dice, porque..., es que yo no se como explicarlo, porque a uno le pueden decir cosas muy bonitas y todo, pero no es como la misma disposición, no es como la misma energía, no es como el espacio tan especial.... Pues yo creo que igual uno cambia esas cosas, porque la logoterapia y eso, y yo hago citas con un terapeuta y él me ayuda también mucho en eso, pero es que es mas como un desarrollo ahí, es que yo no me explico bien, no se como explicar bien ese pedazo. (28)
2. A: Si yo te dijera que me hicieras un paralelo de tus momentos de tristeza antes y después del grupo... P: Uyyy no! A: ...Cómo sería eso? P: ¿Ósea, cómo estaba antes de entrar a el Grupo de Apoyo Existencial y cómo salía después, cuando estaba triste? A: No. P: ¿Cómo vivía mis momentos de tristeza? A: Aja, antes de conocer

el Grupo de Apoyo Existencial y después. P: No, totalmente distintos. A: ¿Cómo eran? P: Yo soy muy depresiva, muy; ósea yo mas o menos me podía quedar un mes viendo todo negro, y digamos mi amiga, es muy “toodo es hermoso”, y ella me decía: “y las cosas” y yo “sí, muy lindo” y yo le decía, “sí, usted lo pude ver así porque usted no tiene esto, así que..y ya”, y no le hacia caso. Es que eso es lo que yo me refiero con el Grupo de Apoyo Existencial lo que pasa es que no se como explicarlo, porque te digo, uno haya también esta escuchando a las personas y todo, pero es que es como distinto. Ósea ella era mi mejor amiga, y ahorita ella me lo dice y yo la escucho mas, no se si exactamente a raíz de el Grupo de Apoyo Existencial o a raíz de todo lo que uno hace..., pero eso si ayuda mucho. Bueno, igual uno estaba muy depresivo y se quedaba ahí, y todo era feo, feo, feo, entonces es acordarse de esas cosas ahorita, de esas cosas que escucho ahí, y cambiar las cosas; yo ya no duro triste mas de un día, eso es mucho, no ha vuelto a pasar eso, por que, y así entre más triste esta uno..., digo, me pasa muchísimo con los niños, yo veo un niño y ya, se me arregla el día, ósea, como que lo ayuda a uno a volverse mas sensible, mas..., como que acordarse de esos momentos, sí.... (29)

3. A: Entre otros de los aportes que aparecen en la teoría que el Grupo de Apoyo Existencial hace, dice que la persona puede como todos esos determinismos con los que la persona viene, puede llegar en algún punto a modificar, tu crees que a ti te ayudo en eso? P: Claro, además si no ayuda a modificarlos, por lo menos..., pues a mi no me modifico que uno diga Ya!, pero a plantearse, a decir:”por qué si yo puedo ver esto así, por qué voy a seguir, ósea cerrándome a ver esto así tan feo?”, como a dudar de esas cosas que uno tiene, si?, determinismos, como que uno amargándose la

vida por unas bobadas y sabiendo que puedo hacer esto. (30)

Categoría No. 2  
Voluntad de Sentido

1. A: ¿Cómo me describirías tú el Grupo de Apoyo Existencial? P: Como acordarse de lo que a uno se le olvida, de las cosas pequeñas de la vida. A: Como de qué cosas te has acordado tú en el Grupo de Apoyo Existencial P: Pues a veces yo me acuerdo mucho..., yo creo que es de lo que mas me acuerdo de el Grupo de Apoyo Existencial y es que..., la forma en que uno ve las cosas, que uno puede cambiar lo que uno quiera, cosas muy sencillas. (2)
2. Pues y que..., la alegría esta en cosas muy chiquiticas, como un niño chiquito reírse, a mí eso muchas veces me alegra mucho y me acuerdo cuando estoy triste o algo así, en ese momento de que en la vida siempre hay cosas bien bonitas, cosas pequeñas. (3)
3. A: ¿Cuál de los temas que se trataban en el Grupo de Apoyo Existencial de todos los que se hablaban, cual recuerdas tu así que dijeras “uyy!, en esto si cambió como mi forma de pensar”? P: Pues en lo que yo te decía, en cambiar las cosas. Que uno puede ver las cosas como uno quiera. Lo que decía de las gafas que uno se ponga del color que uno quiera, si quiere usar rosas o negras, y que sí, que uno puede ver las cosas como una bendición, o como una cosa mala, de todo, de ver como uno quiera, que puede ser todo muy bonito o muy feo, que uno se encarga de verlo, eso fue lo que a mí mas me quedó.(4)
4. A: ¿Tu en lo que decía la gente, o en los cuentos y en lo que me acabas de decir, eso de poder ver las cosas chiquitas, hizo que te quedara más fácil captarle el sentido a

tu vida o a ciertos momentos de tu vida? P: Sí. A: ¿Como por ejemplo? P: Pues por ejemplo lo que te he dicho todo este rato, que eso, de ósea, a mi me gustaba cuando hablaba la otra gente era porque uno podía pensar algo y ver otros puntos de vista también de eso. No, es que eso lo va nutriendo a uno, y es bueno digamos acá, porque hay días en que la semana fue fea, entonces uno al entra ahí como que se acuerda otra vez de todo. Pues yo no tengo muy buena memoria, yo creo que lo que mas se me quedó fue lo que dije ahorita, pero, pero así..., venir un día y que uno no este bien, eso, eso es una bendición, se acuerda uno de todo, y al energía que se maneja ahí, es muy buena.(5)

5. A: ¿Tú a quién le recomendarías que viniera a la Red? P: Uyy, a todo el mundo, yo a todo el mundo le digo que venga. Sino que como es un viernes, entonces a la gente le da pereza, pero mas que todo cuando una persona está como muy oscura, que se ve como muy negra, que quiere ver todo feo, eso le ayuda mucho, muchísimo, mucho. (6)

6. A: Ya en lo que fue tu tratamiento, en lo de la adicción, ¿qué hizo la Red, para qué te sirvió en eso? P: Como aquí trabajan la logoterapia, cierto?, entonces bueno, uno veía la logoterapia y todo, pero ahí era como recordarle los sentido a uno, los sentidos de vida, porque ..., encontrarlos en cosas, en todo momento y cambiar, es que yo creo que eso es lo que más se me quedó, eso, lo de cambiar las cosas y de ver las cosas pequeñas, eso le recuerda a uno y le ayuda a identificar cuales son las cosas que a uno realmente lo llenan y le ayudan a vivir, a encontrar la felicidad en todo lado. (7)

7. A: ¿Alguna vez fuiste a alguna de esas misiones existenciales, donde el hermano

Murley...? P: Sí. A: ¿Y qué te dejó eso? P: Pues lo que pasa es que yo siempre he estado en esas cosas..., pues, ósea, yo antes de entrar pues yo ya estaba igual en la pastoral, a mi me sacaron de allá fue por mi problema de adicción, de la pastoral, pero yo siempre estuve ahí, y eso era así, eran lugares muuuy pobres, y ayudar ancianos, ir a jugar con ellos. Sino que uno... “bueno si,” pero eso se lo recuerda, le hace ver que: “mire que usted no tiene que quejarse de nada, usted lo tiene todo”. Eso hablamos ayer con unas señoras, que viven en la Candelaria, “que si les iba bien?, no que para comer y dormir”; y que mas necesita uno, para comer y dormir, y uno se complica mucho, uno ve a esas personas y ve que son felices, y bailan y cantan y se sientan a contarle a uno cosas. Como que darse cuenta que uno tiene todo, eso le ayuda a uno también. (10)

8. A: Si pasados los años te sientas a recordar lo que has hecho en tu vida, y ahí entre los capítulos aparece el Grupo de Apoyo Existencial cómo crees que lo recordarías?

P: Uichh, como..., es que no se como explicarlo, yo sé, pero no se como.... Digamos el Grupo de Apoyo Existencial y otro espacio que es todo católico, que también es todos viernes, yo iba los viernes..., y se manejan cosas muy fuertes, muy bonitas, que se mueve como todo eso, eso como positivo en el ambiente y que lo renuevan a uno, eso..., como algo renovador, como si uno saliera con ganas de vivir, eso!. Siempre que recuerdo el Grupo de Apoyo Existencial y esto otro que te digo, es salir renovado, es salir muy feliz con la vida. (11)

9. A: Ahorita me dijiste que uno escucha cosas muy bonitas, recuerdas algo que te haya quedado marcado? P: Pues me acuerdo mucho de una que dijo un niño que dice que para ser feliz la base, era la tranquilidad, y yo nunca lo había visto así; ósea que pues

que como estar feliz era ver las cosas lindas, ósea que era estar tranquilo, y eso a mí se me quedó mucho. (13)

10. Lo de las gafas, también se me quedó tranquilo, tranquilo, se me quedó gravado el..., la lluvia, qué le alegaba a Dios y que no se que y que dejó de llover y se le murió todo; ósea, que uno puede ver las cosas como una bendición. Yo creo que eso es todo lo que más..., yo siempre me acuerdo de eso todavía, a cada momento. (14)

11. A: Tu forma vida de vivir la vida como me dijiste ahorita, cambió, o podrías decirme que cambió o varió en algo a partir del Grupo? P: Aja, claro, mucho. Porque es que es todo un conjunto, no?. Pero es como una fábula, ósea que todo acá es como si fuera bueno, la narración de la fábula todo el tiempo, todo el tiempo; y en el Grupo de Apoyo Existencial están las moralejas de todo lo que uno aprende. Entonces si, es una construcción de todo, la unión de la narración que es todo lo que uno vive acá, y ahí en el grupo se resume todo. Pero pues obviamente uno tiene que pasar por lo otro para llegar a leer la moraleja y entenderla. Claro, yo me acuerdo muchísimo cuando hablamos usted y yo, y yo ahí todo triste y me acuerdo de eso y me pongo feliz, yo me..., muchas veces cuando no es muy grande la tristeza me pongo muy feliz, me acuerdo mucho de lo que decían acá, mucho..., de el Grupo de Apoyo Existencial de las frases, uno se acuerda y dice “que va, no es malo, no estamos mal”, “hay que vivir el momento, si es está mal vívalo, pero siga adelante”. (20)

12. A: Entre los objetivos del Grupo de Apoyo Existencial que se plantean en la teoría dice que el Grupo de Apoyo Existencial ayuda a que la persona se aleje de, como que se aleje de sus problemas, se aleje de sus síntomas, y pueda ir como más aya de sí mismo y como dirigirse más hacia la otras personas, tu crees que si sirve el Grupo

de Apoyo Existencial para eso? P: Sí A: Cómo hace eso? P: Cómo hace eso?, yo no se si es la disposición que uno ya tiene. Pero la primera vez yo decía: “pero yo que hago acá?”, no se escucha a la gente sino decir puras cosas bonitas y uyy cómo así?. Es como descubrir algo.., es que uno sabe que muchas cosas están ahí pero jmm, es como ver, es como descubrir eso, igual uno aquí esta descubriendo puras cosas, como ver ese mundo así, pues. Y yo creo que ya es como con la disposición con la que uno viene, también a decir: “bueno, voy a escuchar cosas que me van a ayudar a sentir bien, que van a hacerme quitar esto”, por lo menos decir “bueno ahora viene un momento de tranquilidad donde uno esta cayado, si uno está mal puede ponerse a pensar bien, nadie le va a decir a uno nada, nadie se va a meter con lo que usted piensa”, si?, (21)

13. A: De esas cosas diferentes a las que ya me has dicho, como ver las cosas chiquitas; como que otras cambiaste en tu forma de ver o de vivir? P: Yo no me acuerdo, jajaja. Es que a mí se me quedaron fue mucho eso, pero aparte, cosas que uno puede sacar del Grupo de Apoyo Existencial el escuchar, escuchar las opiniones, eso ayuda mucho también uyy no, eso ayuda muchísimo en la vida, escuchar a los demás, yo creo que con la única persona con la que medio me cuesta ahorita y ya no tanto es con mi mamá, porque antes era horrible, pero ahora uno como que dice “bueno, ella opina eso”, y respetar eso, y pues uno da también su punto de vista, no se lo estoy imponiendo, eso ayuda muchísimo y eso es pero fundamental en la vida, igual es como una construcción, con las orientaciones y eso aprende uno a escuchar mucho. (23)

14. A: Si yo te dijera que me hicieras un paralelo de tus momentos de tristeza antes y

después del grupo... P: Uyyy no! A: ...Cómo sería eso? P: ¿Ósea, cómo estaba antes de entrar a el Grupo de Apoyo Existencial y cómo salía después, cuando estaba triste? A: No. P: ¿Cómo vivía mis momentos de tristeza? A: Aja, antes de conocer el Grupo de Apoyo Existencial y después. P: No, totalmente distintos. A: ¿Cómo eran? P: Yo soy muy depresiva, muy; ósea yo mas o menos me podía quedar un mes viendo todo negro, y digamos mi amiga, es muy “todo es hermoso”, y ella me decía: “y las cosas” y yo “sí, muy lindo” y yo le decía, “sí, usted lo pude ver así porque usted no tiene esto, así que..y ya”, y no le hacia caso. Es que eso es lo que yo me refiero con el Grupo de Apoyo Existencial lo que pasa es que no se como explicarlo, porque te digo, uno haya también esta escuchando a las personas y todo, pero es que es como distinto. Ósea ella era mi mejor amiga, y ahorita ella me lo dice y yo la escucho mas, no se si exactamente a raíz de el Grupo de Apoyo Existencial o a raíz de todo lo que uno hace..., pero eso si ayuda mucho. Bueno, igual uno estaba muy depresivo y se quedaba ahí, y todo era feo, feo, feo, entonces es acordarse de esas cosas ahorita, de esas cosas que escucho ahí, y cambiar las cosas; yo ya no duro triste mas de un día, eso es mucho, no ha vuelto a pasar eso, por que, y así entre más triste esta uno..., digo, me pasa muchísimo con los niños, yo veo un niño y ya, se me arregla el día, ósea, como que lo ayuda a uno a volverse mas sensible, mas..., como que acordarse de esos momentos, sí.... (29)

15. A: ¿Como por ejemplo? Pues de algo que tu hayas dicho algún día: “yo para qué me amargo la vida si puedo tal cosa...”. P: Sí, lo de, lo de qué?..., que después de la... y uno lo había escuchado mucho, es que yo no se eso que tiene, eee, ...que después de..., cómo es que es?, que “entre mas oscura está la noche, es por que mas cerca

está el amanecer”, algo así. Claro!, es de ver esos momentos difíciles, porque pues detrás de que muy lindo, muy todo, pero obviamente los momentos difíciles están, va a venir la luz. Como uno dice, bueno si, en esos momentos quiero acodarme de eso; digamos a mi se me hace..., a mi me pasa muchísimo y se me hace bacano estando en el grupo que digamos, pues yo hablo mucho con Dios y yo le pido muchas cosas, ahorita es como pidiéndole:”hay Dios que no se me olvide nunca que si ahorita estoy mal después eso va a ser para un bien, y que me ayude, que me de fuerzas a vivir eso porque se que después todo va a estar bien”, entonces empieza uno ya como a meterse, como que ya mete eso en la vida de uno, de todo lo que escuchaba y todo, querer aplicarlo para la vida de uno para poder vivir mejor, porque definitivamente uno quiere vivir mejor. (31)

16. A: ¿Tú podrías decir que hoy en día vives mejor, entre comillas, gracias al Grupo de Apoyo Existencial. P: Claro. A: ¿Cómo vives ahora que antes no vivías, o cómo vivías antes que ahora lo cambiaste y lo vives de ésta forma? P: Antes.., la tristeza, ósea, si?, eso de..., que todo es feo, todo es oscuro, todo eso lo cambia..., le da luz a eso, a esos momentos. (32)

17. A: ¿Tú crees que el Grupo de Apoyo Existencial ayuda para seguir manteniéndose en sobriedad? P: Sí. A: ¿Cómo? P: Pues recordándole a uno los sentidos. Además que lo que dicen ahí..., digamos bueno uno ya está lleno como de sentidos, pues obviamente también que se nublan y no se que, digamos si usted esta triste un día y viene al grupo, además de escuchar las cosas positivas le ayudan a usted a acordarse de todo lo bonito que usted a creado, ósea para usted, ósea que ha permitido que eso haga parte de su vida y que le ayude, entonces uno recuerda tosas esas cosas cuando

esta ahí, a partir de que digan algo, se queda uno pensando uno en la vida de uno, y se da cuenta que tiene olvidado tal cosa, o que uno si sabe que esto pero se le ha ido como quedando atrás el hecho de que mirar las cosas, o ver a las personas, fascinarse como por el mundo, creo eso. (33)

18. A: ¿Tú ahora vives fascinado con el mundo? P: Sí. A: Cómo ves tu el mundo ahora?

P: Más lindo todavía, ósea muy bonito, muy increíble. A veces me asombro de que yo, valga la redundancia, me asombre tanto del mundo. Que yo digo “Huyy esos humanos”, eeee, increíble, yo digo, son increíbles, la forma, todo, y el cielo y los colores, no se..., los niños, todo eso. (34)

19. A: ¿Si yo te pidiera que me dijeras un sinónimo de Grupo De Apoyo Existencial,

cuál sería ese sinónimo? P: Recordar. A: ¿Recordar? P: Si, recordar, recordar todo lo bonito. Si, recuerda todo lo bonito que le puede ayudar a uno a estar bien. (35)

Categoría No. 3  
Sentido de Vida

1. A: Hoy en día en que momentos aplicas eso, o cómo lo aplicas? P: Lo que aprendí?

A: Sí. P: Pues no, pues como casi siempre..., pues yo ahorita mantengo más maravillado con el mundo. Ósea, si ya alguien dice de una flor, yo veo una flor..., ya veo las nubes y quedo feliz, porque es muy lindo, me pasa mucho, mucho con los niños chiquitos, pues yo veo por ejemplo un niño reírse o jugar y yo soy muy feliz, ósea, me llena eso, a mi eso me llena mucho. (8)

2. Y además todo lo que uno aprende también le ayuda a uno mucho para decírselo a

otras personas que no están bien, entonces uno como que se acuerda de lo que decían allá, y uno “no mire que tal cosa”, entonces uno se emociona y todo, y la energía, yo

me imagino que uno da una energía muy bacána hablando de eso. Uno le habla de todo lo positivo que tiene la vida, le ayuda mucho, eso le ayuda mucho también a uno para hablarle a la gente también de cosas buenas y darle la buena energía. (9)

3. A: ¿Tú crees que si en el tratamiento no hubiera estado incluida el Grupo de Apoyo Existencial hubiera sido igual? P: No. A: ¿Por qué? P: Porque digamos acá trabajan mucho la logoterapia, cierto?, entonces esa es la teoría, ósea si muy lindo, pero sinceramente yo me quedaba dormida en muchos grupos de logoterapia, yo dormía mucho ahí, pero en el Grupo de Apoyo Existencial, es que como que todo el mundo tiene esa disposición de querer escuchar cosas bonitas porque saben que ahí se van a escuchar cosas que lo van a ayudar a uno mucho. Además que aquí es muy pesado, le tocan a uno cosas horribles, y es como recordarle a uno bien las cosas. ósea, yo no se, yo no creo que sería lo mismo, porque es muy especial ese espacio, ósea, yo si esperaba mucho el Grupo de Apoyo Existencial. (12)

4. A: Las otras cosas que tiene el Grupo de Apoyo Existencial, digamos anexas, como el himno, la ronda de manos, la ronda de abrazos, la oración de la serenidad, el ambiente en el que se realiza, qué significado tenía para ti esas otras cosas? P: Eeee, pues siempre que uno oye el himno es muy bacano, el himno..., hacen la ronda de manos, el himno y el grito “vuelva que esto funciona”, si, es muy bacano, todo el mundo esta tan feliz que como que bota toda la energía en ese momento, y los abrazos..., delicioso, porque uno acá abraza mucha gente, en serio, y como que todo el mundo quiere dar esa energía que tiene, como que quiere dar todo ese cariño y eso también..., eso se siente..., por eso yo creo que el ambiente es tan rico, yo digo que hay como una nube de cosas positivas, porque todo el mundo está como bien, como

feliz en ese momento. (16)

5. A: A el Grupo de Apoyo Existencial viene gente, mucha gente, gente de acá, gente de afuera, que te hacia sentir llegar un día y ver gente nueva, de pronto no volverlas a ver...? P: A mi no me incomoda. Pues es que igual a mí me gusta mucho hablar con gente así, que no conozco. Pues y era bacano, ósea que la gente venía acá muy tímidas y uno esta acá en familia, entonces como que uno les daba un abrazo y la gente como que se alegraba. Era rico porque uno aportaba a esa felicidad que deja el Grupo de Apoyo Existencial como que..., además a uno interno aquí ver a alguien es muy rico, ósea, no importa quien sea y si, dejarles ese a ellos también es muy bacano. Además escucha uno voces que sabe que no va a volver a escuchar, opiniones que son muy de ese momento y ya, también eso ayuda a vivir el momento, que esta persona está acá y mañana no. (18)
6. A: Y como de qué te sirve saber escuchar? P: Pa' crecer, aprender, tener paciencia. Uyyyyy no, sabes que yo..., uno a veces, también yo pensaba que uno puede tener muchos prejuicios en la cabeza, yo tengo muchos prejuicios..., pero uno escuchar que las personas le pueden dejar a uno cosas muy buenas, ni importa si a usted le cae bien, si le cae mal, si ni siquiera lo conoce, las personas a usted le dejan cosas muy positivas, y el escuchar a una persona..., bueno, pues yo siempre he hecho eso, pero escuchar personas que a usted de pronto hasta le caen mal, con el que no pude de pronto..., escucharlo, le ayuda mucho a ver que esa persona también le puede enseñar, a pesar de las diferencias que puedan tener y todo, eso ayuda mucho. (24)
7. A: Qué te han enseñado personas que tu no esperabas de pronto que te enseñaran dentro del Grupo? P: Mi mamá, con las cosas de la Biblia. Uyyyyy, es que no me

acuerdo como fue, pero yo ese día quedé muy impresionado..., es que está memoria de pollo. Digamos a mi muchas veces me pasó con mi mamá, y yo decía “uich, mi mamá diciendo esas cosas?!, no”, o mi papá, si?, mi familia..., imagínese, en cosas tan cercanas como su familia, que están ahí todo el tiempo y no se da uno cuenta de las cosas positivas que le pueden dar. Digamos, muchas veces mi mamá va a empezar a “que venga le leo no se que”, pues a mi también me da mamera, pero voy contra, ósea mi voluntad, me siento y termino aprendiendo cosas bacánas de ella que pues bien. Y eso, uich, de personas que uno tiene al lado y uno no se da cuenta que pueden pues ayudarle tanto. (25)

8. A: Como devolviéndome un poquito, me has dicho varias veces que de pronto cuando estás triste te acuerdas de el Grupo de Apoyo Existencial como qué son esa cosas que más recuerdas, o porqué crees que recuerdas el grupo? P: Por lo..., porque en momento así, ósea que yo también estaba muy triste acá, el estar ahí me hizo abrir los ojos; por eso es que uno recuerda tanto eso. A veces yo estaba muy triste también acá mismo y entrar ahí me ponía feliz, me llenaba de sentido. Bueno, igual a mi lo que mas se me quedo es lo que ya todo el rato he dicho, pues si yo creo que por eso es que uno lo recuerda, porque en ese momento le ayudo y en todo momento le va a ayudar igual porque es bueno también estar mal. (27)
9. A: ¿Como por ejemplo? Pues de algo que tu hayas dicho algún día: “yo para qué me amargo la vida si puedo tal cosa...”. P: Sí, lo de, lo de qué?... que después de la... y uno lo había escuchado mucho, es que yo no se eso que tiene, eee, ...que después de..., cómo es que es?, que “entre mas oscura está la noche, es por que mas cerca está el amanecer”, algo así. Claro!, es de ver esos momentos difíciles, porque pues

detrás de que muy lindo, muy todo, pero obviamente los momentos difíciles están, va a venir la luz. Como uno dice, bueno si, en esos momentos quiero acodarme de eso; digamos a mi se me hace..., a mi me pasa muchísimo y se me hace bacano estando en el grupo que digamos, pues yo hablo mucho con Dios y yo le pido muchas cosas, ahorita es como pidiéndole:”hay Dios que no se me olvide nunca que si ahorita estoy mal después eso va a ser para un bien, y que me ayude, que me de fuerzas a vivir eso porque se que después todo va a estar bien”, entonces empieza uno ya como a meterse, como que ya mete eso en la vida de uno, de todo lo que escuchaba y todo, querer aplicarlo para la vida de uno para poder vivir mejor, porque definitivamente uno quiere vivir mejor. (31)

*Categorías Emergentes*

Categoría No. 4  
Confrontación Existencial

1. ...es mucho la disposición y la misma reflexión que el Grupo de Apoyo Existencial plantea, porque no es solo venir sino que uno se queda pensando; pues por algo es que uno opina, no?, porque hay como el espacio que uno piensa la frase, como que la interiorice, entonces por eso le ayuda a uno a cambiar muchas cosas. (22)

Categoría No. 5  
Equilibrio Emocional

1. A: Entre los objetivos del Grupo de Apoyo Existencial que se plantean en la teoría dice que el Grupo de Apoyo Existencial ayuda a que la persona se aleje de, como que se aleje de sus problemas, se aleje de sus síntomas, y pueda ir como más aya de sí mismo y como dirigirse más hacia la otras personas, tu crees que si sirve el Grupo

de Apoyo Existencial para eso? P: Sí A: Cómo hace eso? P: Cómo hace eso?, yo no se si es la disposición que uno ya tiene. Pero la primera vez yo decía: “pero yo que hago acá?”, no se escucha a la gente sino decir puras cosas bonitas y uyy cómo así?. Es como descubrir algo.., es que uno sabe que muchas cosas están ahí pero jmm, es como ver, es como descubrir eso, igual uno aquí esta descubriendo puras cosas, como ver ese mundo así, pues. Y yo creo que ya es como con la disposición con la que uno viene, también a decir: “bueno, voy a escuchar cosas que me van a ayudar a sentir bien, que van a hacerme quitar esto”, por lo menos decir “bueno ahora viene un momento de tranquilidad donde uno esta cayado, si uno está mal puede ponerse a pensar bien, nadie le va a decir a uno nada, nadie se va a meter con lo que usted piensa”, si?, (21)

Categoría No. 6  
Confianza y Contención

1. A: Si tu le pudieras cambiar algo a el Grupo de Apoyo Existencial o agregar, qué le harías? P: No se. Porque yo pensé igual el horario, no?, pero es muy bueno porque es el final de la semana y uno está cansado, está cargado, y es el momento preciso, ósea, para seguir bien. Entonces no se, no yo creo que así está muy bien, si. (15)

### Resultados

A continuación se presentan los resultados obtenidos en la prueba piloto la cual se realizó antes de la aplicación final.

Se hizo el registro de los datos recogidos en la entrevista mediante la grabación para luego transcribirlo a un formato Word, en computadora. A continuación se numeraron

las líneas del texto, el cual fue segmentado en partes con significado que se convirtieron en las unidades de análisis que permitieron la comprensión del significado.

Por otro lado, teniendo en cuenta las tres categorías de tipo anticipatorio, siendo éstas Voluntad de Sentido, Sentido de Vida y Libertad de la Voluntad, la investigadora realizó la lectura de los textos y el insight, de donde surgieron categorías diferentes.

Las categorías encontradas fueron:

*Confrontación Existencial:* Se percibe el grupo, desde los comentarios de los asistentes, como un espacio que les permite lograr un mayor conocimiento de sí mismos y la posibilidad de expresión y conocimiento de su esencia personal.

*Equilibrio Emocional:* Comentarios relacionados con sentimientos de tranquilidad proporcionados al interior del grupo.

*Confianza y contención:* En esta categoría se ubican referencias hechas por los asistentes al grupo donde lo perciben como un espacio apto para expresar sentimientos y emociones que la persona viene acumulando en su interior, logrando así sentimientos de alivio y paz interior.

Igualmente se segmentó la entrevista, estableciendo códigos que permitieron ubicar en cada categoría los diferentes segmentos.

*Análisis de Resultados:* El análisis de las entrevista en profundidad realizada para el pilotaje permite identificar ciertos aportes del grupo los cuales son percibidos desde la experiencia del entrevistado.

Es así como en la primera categoría se encuentran comentarios relacionados con los aportes en cuanto al desbloqueo de la Libertad de la Voluntad en personas con problemas de adicción. En la segunda categoría se ubicaron todos los segmentos relacionados con la Voluntad de Sentido, allí se pueden encontrar comentarios acerca de

el encuentro con el sentido del sufrimiento opuesto a la victimización de las personas con problemas de adicción, comentarios relacionados con la autotrascendencia y la facilitación de encontrar motivos para ser feliz y superar sentimientos de tristeza. La tercera categoría se refiere al Sentido de Vida, en ella es fácil encontrar comentarios acerca de los valores de creación, de experiencia y de actitud que permiten la captación de sentido. En su mayoría se encuentran los que se refieren a los valores de experiencia y seguidos por los comentarios que hacen referencia a los valores de creación, siendo los valores de actitud los que se ubican en menor cantidad.

En cuanto a las categorías emergentes, el entrevistado habla acerca del Grupo de Apoyo Existencial como un espacio de encuentro consigo mismo, que les permite reflexionar e interiorizar los temas allí tratados. La siguiente categoría emergente, se refiere a comentarios hechos acerca de sentimientos de equilibrio emocional y tranquilidad proporcionados por el Grupo de Apoyo Existencial, especialmente por los temas tratados y por los comentarios que las demás personas asistentes hacen acerca de éstos. Por último, en la sexta categoría se ubicaron aquellos segmentos que hacían referencia a la descarga emocional que se puede lograr al interior del grupo, al encontrar un espacio para expresar y comunicar los sentimientos y pensamientos que han ido acumulando durante la semana.

*Observaciones:* Teniendo en cuenta que la persona que colaboro con el pilotaje desertó de la investigación, se prestara especial atención a ésta variable con los sujetos que harán parte de la aplicación final.

## Notas al pie

---

<sup>1</sup> Desde la logoterapia se entiende lo noético como aquello que es específicamente humano, que integra al hombre y que lo diferencia de la demás criaturas. Se refiere a su dimensión espiritual y trascendente.

<sup>2</sup> Esta sección ha sido tomada textualmente del libro de Martínez, E. (2002). Acción y Elección. Logoterapia: Logoterapia de grupo y una visión de las drogodependencias. Bogotá, Edit. C.A.A.; de la página 173 a la 198