



1.1.ANEXO N°1

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA “JUAN MISAEL SARACHO”

FACULTAD DE HUMANIDADES

CARRERA DE PSICOLOGÍA



Guía de Pautas: Entrevistas en Profundidad a Esposas de Alcohólicos en rehabilitación que asisten a AL-ANON

Buenos días/tardes. Mi nombre es..... y estamos realizando un estudio sobre El Estado Afectivo-Emocional y el Nivel de Resiliencia en esposas de los alcohólicos en rehabilitación que asisten a AL-ANON.

La idea es poder conocer cómo se siente con respecto a la enfermedad del alcoholismo de su esposo y como esta enfermedad le afecta a su familia, como el grupo AL-ANON le apoya con esta enfermedad de su esposo y como se siente .

En este sentido, siéntase libre de compartir sus ideas en este espacio. Aquí no hay respuestas correctas o incorrectas, lo que importa es justamente su opinión sincera.

Cabe aclarar que la información es sólo para nuestro trabajo, sus respuestas serán unidas a otras opiniones de manera anónima y en ningún momento se identificará qué dijo cada participante.

Para agilizar la toma de la información, resulta de mucha utilidad grabar la conversación. Tomar notas a mano demora mucho tiempo y se pueden perder cuestiones importantes. ¿Existe algún inconveniente en que grabemos la conversación? El uso de la grabación es sólo a los fines de análisis.

¡Desde ya muchas gracias por su tiempo!

1.- Datos Personales:

- Nombre:
- Edad:
- Lugar y fecha de nacimiento:
- Edad del esposo:
- Estudios cursados:
- Número de hijos:
- Años de matrimonio:
- Tiempo de consumo de alcohol del esposo:

2.-Informacion sobre su comienzo de noviazgo y matrimonio con la enfermedad del alcoholismo del esposo:



1. ¿Cómo era su relación con su pareja antes del matrimonio?
2. ¿En esa época, cómo lo describiría a su esposo durante el noviazgo?
3. ¿Tenía algún problema con el alcohol en esa época?
4. ¿En qué ocasiones tomaba su esposo? ¿Cuál era su explicación con su excesivo consumo de alcohol?
5. ¿Cuándo su esposo llegaba ebrio a su casa cómo se sentía en ese momento?
6. ¿Por qué no acudió a la separación? ¿Y cómo se imaginaba estar a su lado en el futuro con sus hijos?

3.- Información sobre la relación familiar:

7. ¿Cómo es la relación de su esposo con usted? ¿Y cuándo se encontraba ebrio?
8. ¿Cómo es la relación de su esposo con sus hijos? ¿Y cuándo se encontraba ebrio?
9. ¿Cómo es la relación de usted con sus hijos?
10. ¿Cómo le apoyaban sus hijos cuando su esposo llegaba ebrio?
11. ¿Actualmente existe un apoyo por parte de sus hijos? ¿Cómo se siente y cuál es el hijo que más le apoya?

4.- Información sobre el grupo AL-ANON:

12. ¿Cuándo se dio cuenta que necesitaba ayuda para enfrentar el problema de su esposo?
13. ¿Cuándo se dio cuenta que usted también necesitaba ayuda?
14. ¿Quién le habló del grupo de apoyo AL-ANON? ¿Cómo se sintió al saber del grupo?
15. ¿Desde qué tiempo asiste al grupo?
16. ¿Cómo se siente al ser miembro de AL-ANON?
17. ¿Cómo es su relación con sus hijos desde que asiste al grupo?
18. Ellos forman parte de grupo AL-ANON ¿porque?

5.- Información sobre las relaciones sociales:



19. ¿Cuáles son los amigos que mas frecuenta?
20. ¿Asiste a eventos junto con su esposo? ¿Qué opinan sus amigos con respecto al alcoholismo de su esposo?
21. ¿Qué actividades usted realiza? ¿Cómo se siente al realizarla?
22. ¿Usted tiene amigos con quienes se apoya con respecto a la enfermedad de su esposo? ¿Cómo se siente?
23. ¿Con cuál de sus amigos realiza alguna actividad? ¿Y cuál es esa actividad?

¡MUCHISIMAS GRACIAS!



1.2.ANEXO N° 2

Inventario de personalidad

Instrucciones

En este cuadernillo hay una serie de preguntas que exploran actitudes e intereses. No hay respuestas buenas ni malas porque cada quien tiene el derecho de poseer sus propios puntos de vista. Para que podamos obtener la mayor cantidad de información de sus resultados, usted deberá responder exacta y sinceramente.

En la parte superior de la hoja de respuestas, escriba su nombre y sus demás datos que se le piden.

Primero conteste las preguntas de ensayo que están en esta página. Si tiene algún problema con ellas, por favor dígalos. En este cuadernillo usted solo va a leer las preguntas; todas sus contestaciones en la hoja respuestas, asegurándose de que el número que tienen ambas sea el mismo.

Hay tres respuestas posibles para cada pregunta

Lea los siguientes ejemplos y pongan sus contestaciones en la parte superior de la hoja de respuestas donde dice “ejemplos”

- si su respuesta es (a), ponga una cruz dentro del cuadernillo de la izquierda.
- si su respuesta es (b), ponga una cruz dentro del cuadernillo del centro.
- y si su respuesta es (c), ponga la marca dentro del cuadernillo de a derecha.

Ejemplos

1. me gusta ver juegos entre equipos deportivos

(a) si (b) en ocasiones (c) no

2. prefiero la gente que es:



- (a) reservada (b) término medio o medias (c) hace amigos rápidamente

3. el dinero no trae la felicidad

- (a) si (cierto) (b) a medias (c) no (falso)

4. mujer es a “niña” como gato es a “gatito”

- (a) gatito (b) perro (c) niño

En este último ejemplo hay una respuesta correcta: gatito. en el cuadernillo hay unas cuantas preguntas como estas.

La letra (b) indica por lo general, que usted esta dudando acerca de lo que se le plantea

Si algo no está claro, pregunte ahora.

1. tengo las instrucciones de la prueba bien grabadas en la mente

- (a) si (b) a medias (c) no

2. estoy listo para contestar cada pregunta tan sinceramente como sea posible

- (a) si (b) en dudas (c) no

3. sería muy bueno que las vacaciones fueran más largas y todos tuvieran que tomarlas

- (a) de acuerdo (b) quien sabe (c) en desacuerdo

4. yo puedo encontrar energía suficiente para enfrentarme a mis dificultades

- (a) siempre (b) por lo general (c) rara vez

5. en santos y cumpleaños

- (a) me gustaría comprar regalos personales (b) quien sabe

- (c) siento que comprar regalos es un poco fastidioso

6. al inventar algo útil, preferiría:



- (a) perfeccionar lo en el laboratorio (b) en duda (c) vendérselo a la gente
7. preferiría trabajar en una empresa...
- (a) hablando con los clientes (b) en duda
- (c) llevando las cuenta y el archivo
8. si el sueldo fuera igual, preferiría ser:
- (a) abogado (b) quien sabe (c) piloto o navegante
9. preferiría la vida de:
- (a) artista (b) quien sabe (c) administrador de un club social
10. ¿Cuál de las siguientes palabras no es la misma clase que las otras?
- (a) amplio (b) zig-zag (c) regular
11. “pala” es a “trabajo” como “cuchillo” es a:
- (a) afilado (b) cortar (c) pelar
12. “cansado” es a “trabajo” como “orgullo” es a:
- (a) descanso (b) éxito (c) ejercicio
13. ¿Cuál de estas tres palabras es diferente de las otras?
- (a) vela (b) luna (c) luz eléctrica
14. “sorpresa” es a “extraño” como “miedo” es a:
- (a) saliente (b) ansioso (c) terrible
15. ¿Cuál de estas fracciones es distinta de las otras dos?
- (a) $3/7$ (b) $3/9$ (c) $3/11$
16. “tamaño” es a longitud como “deshonesto” es a:
- (a) prisión (b) pecado (c) robo
17. “AB” es a “de” como “SR” es a:
- (a) qp (b) pq (c) tu
18. “mejor es a peor” como “más lento ” es a:



- (a) raído (b) optimo (c) más veloz
19. ¿Cuál es la que debe ir al final de esta lista? xooxxxooxxxx
- (a) xox (b) ooxxxx (c) oxx
20. ¿Cuál de las siguientes palabras no es la misma clase que las otras?
- (a) cualquiera (b) algo (c) más
21. “llama” es a “calor ” como “rosa” es a:
- (a) espina (b) pétalo rojo (c) perfume
22. me doy cuenta que mi interés por las gentes y por las diversiones tienen a cambiar bastante rápido
- (a) si (b) a medias (c) no
23. “pronto” es a “nunca” como “cerca” es a:
- (a) ninguna parte (b) lejos (c) siguiente
24. tengo un buen sentido de orientación, cuando estoy en un lugar extraño (descubro con facilidad donde está el Norte, el Sur, etc.)
- (a) si (b) en duda (c) no
25. me gusta ser:
- (a) un guardabosques (b) quien sabe (c) maestro de primaria y secundaria
26. me pongo un poco nervioso con los animales salvajes, aun cuando están encerrados en jaulas macizas
- (a) si (b) indeciso (c) no
27. a veces no puedo dormir porque tengo una idea rondando en la mente
- (a) cierto (b) dudoso (c) falso
28. con las mismas horas de trabajo e idéntica paga, preferiría la vida de:
- (a) un carpintero o un cocinero (b) quien sabe
- (c) mozo de un restaurante
29. En mi vida personal, casi siempre alcanzo las metas que me propongo
- (a) cierto (b) dudoso (c) falso
30. Yo admiro a mi padre en todos los aspectos importantes



- (a) si (b) en duda (c) no
31. No sé porque, pero algunas gentes como que me ignoran o me evitan
(a) cierto (b) en duda (c) falso
32. La gente me trata menos razonable de lo que merecen mis buenas intenciones
(a) a menudo (b) en ocasiones (c) nunca
33. Cuando la gente no es razonable.....
(a) me quedo callado (b) a medias (c) los desprecio
34. Si alguien habla en voz alta cuando estoy escuchando música.....
(a) me concentro en la música y así no me molesta (b) a medias
(c) me echa a perder mi gusto y me molesto
35. Cuando llega la hora de algo que yo había planeado o anticipado, a veces siento ganas de no ir
(a) cierto (b) a medias (c) falso
36. Podría gustarme la vida de un veterinario ocupado en las enfermedades y cirugía de los animales
(a) si (b) quien sabe (c) no
37. Tengo sueños tan reales que turban mi dormir
(a) a menudo (b) en ocasiones (c) casi nunca
38. Pienso que soy mejor cuando demuestro:
(a) serenidad en los retos que se me hacen dentro del grupo
(b) quien sabe (c) mi tolerancia para con los deseos de otra gente
39. Evito criticar a la gente y a sus ideas
(a) si (b) a veces (c) no
40. Les hago observaciones sarcásticas a las personas porque creo que se lo merecen
(a) por lo general (b) a veces (c) no
41. Cuando digo a alguien deliberadamente una mentira, tengo que bajar la vista porque me avergonzaría mirarle a los ojos



- (a) cierto (b) en duda (c) falso
42. No estoy a gusto cuando trabajo en un proyecto que requiere acciones rápidas que afecten a los demás
- (a) cierto (b) a medias (c) falso
43. Poseo algunas características por las cuales me siento superior a la mayoría de la gente
- (a) si (b) en duda (c) no
44. Si es útil para otros, a mi no me importaría aceptar un trabajo donde me ensucie, aunque algunas personas lo consideren inferior
- (a) cierto (b) no sé (c) no
45. Me molesta que se digan palabras groseras aun cuando no hayan mujeres delante
- (a) si (b) a medias (c) no
46. Creo que lo que me describe mejor es:
- (a) educado y tranquilo (b) a medias (c) enérgico
47. En ocasiones les digo a personas conocidas, cosas que me parecen importantes aunque ellas no me pregunten
- (a) si (b) en duda (c) no
48. Aunque las posibilidades de que algo tenga éxito estén completamente en contra, sigo pensando aceptar el riesgo
- (a) si (b) en duda (c) no
49. Me agrada saber bien lo que el grupo tiene que hacer para que así yo sea el que mande
- (a) si (b) en duda (c) no
50. Me consideran una persona muy entusiasta
- (a) si (b) a medias (c) no
51. Me gusta un trabajo que tengan novedades, cambios, viajes aunque presente ciertos peligros
- (a) si (b) en duda (c) no



52. Prefiero la música clásica a las tonadas populares
(a) cierto (b) en duda (c) falso
53. La mayoría de la gente que conozco me considera como un conversador agradable
(a) si (b) quien sabe (c) no
54. Me gustaría asistir a espectáculos, o ir a divertirme
(a) más de una vez por semana (más de lo normal)
(b) una vez por semana (lo normal)
(c) menos de una vez por semana (menos de lo normal)
55. Decididamente tengo menos amigos que la mayoría de la gente
(a) si (b) quien sabe (c) no
56. Me disgustaría estar en un sitio donde no hubiera mucha gente con quien conversar
(a) si (b) en duda (c) falso
57. Asisto a eventos sociales solo cuando tengo que hacerlo, pero el resto del tiempo me alejo de ellos
(a) si (b) en duda (c) no
58. Ser precavido y esperar poco es mejor que ser optimista y esperar siempre el éxito
(a) cierto (b) en duda (c) falso
59. Yo paso mucho tiempo libre hablando con amigos de los eventos sociales con los cuales nos divertimos en el pasado
(a) si (b) en duda (c) no
60. Me agrada hacer cosas temerarias y atrevidas nada mas por gusto
(a) si (b) en duda (c) no
61. Hablando con personas que conozco, prefiero:
(a) conversar sobre cosas impersonales (b) a medias
(c) charlar acerca de la gente y de sus sentimientos



62. Me llama la atención pasar la tarde con un pasatiempo tranquilo que en una fiesta animada
- (a) cierto (b) quien sabe (c) falso
63. Soy una persona bastante estricta que insiste siempre en hacer las cosas tan correctamente como sea posible
- (a) cierto (b) en duda (c) falso
64. Me gustan los trabajos que requieren habilidades exactas, concienzudos
- (a) si (b) a medias (c) no
65. Si mirara pelear a los niños de mi vecino
- (a) los dejaría solucionar sus problemas (b) no se (c) razonaría con ellos
66. Mucha gente común y corriente se sorprendería si conociera mis opiniones personales íntimas
- (a) si (b) en duda (c) no
67. Preferiría vestirme sencilla correctamente y no con un estilo personal llamativo
- (a) cierto (b) dudoso (c) falso
68. La gente algunas-veces me dice descuidado, sin embargo ellos piensan que soy una persona agradable
- (a) si (b) en duda (c) no
69. Cuando pienso en las dificultades de mi trabajo....
- (a) trato de plantearlas anticipadamente (b) a medias
- (c) supongo que podré manejarlas cuando se presenten
70. Creo que podemos confiar en la policía no maltrata a los inocentes
- (a) si (b) en duda (c) no
71. Cierro los ojos ante consejos bien intencionados de otras personas, aunque no debería hacerlo
- (a) en ocasiones (b) casi nunca (c) nunca



72. Al decidir cualquier cosa, siempre algo hincapié en las reglas básicas de lo bueno y lo malo
(a) si (b) en duda (c) no
73. Soy el tipo de gente con energía, de los que se mantienen ocupados
(a) si (b) en duda (c) no
74. Estoy seguro de que no hubo preguntas que haya omitido o que las haya contestado impropriamente
(a) si (b) en duda (c) no
75. En los eventos sociales
(a) me integro rápidamente (b) a medias
(c) prefiero estar tranquilo a distancia
76. Me siento un poco turbado si de repente me convierto en el foco de atención de un grupo de gente
(a) si (b) a medias (c) no
77. Me da gusto reunirme con grupos grandes, por ejemplo en una fiesta, en una junta, etc.
(a) si (b) a medias (c) no
78. Tengo la tendencia a quedarme callado en presencia de personas superiores (da más edad, experiencia, jerarquía o puesto)
(a) si (b) en duda (c) no
79. Se me hace difícil hablar o recitar frente a un grupo grande
(a) si (b) en duda (c) no
80. Mi timidez siempre se interpone cuando quiero entablar conversación con un desconocido (a) del sexo opuesto que me atraiga
(a) si (b) a medias (c) no
81. Prefería un trabajo con:
(a) un sueldo fijo y seguro (b) en duda



(c) un sueldo elevado que dependiera de mi capacidad para demostrar constantemente que lo merezco

82. Tengo tantas amistades del sexo opuesto como el mío

(a) si (b) quien sabe (c) no

83. Aun cuando se trate de un juego importante, me interesa más divertirme que ganarlo

(a) siempre (b) por lo general (c) en ocasiones

84. Me considero una persona muy sociable con la que es fácil llevarse bien

(a) si (b) a medias (c) no

85. En el trato social:

(a) demuestro mis emociones como quiero (b) a medias

(c) me las guardo

86. Me disgusta un poco que mi grupo me observe cuando estoy trabajando

(a) si (b) en duda (c) no

87. Soy el tipo de personas con energía, de los que se mantienen ocupados

(a) si (b) a medias (c) no

88. Yo preferiría ser:

(a) ingeniero constructor (b) quien sabe (c) profesor de ciencias sociales

89. Yo pasaría una tarde libre....

(a) con un buen libro (b) en duda

(c) trabajando con mis amigos en algún pasatiempo

90. En el colegio prefiero (o preferí):

(a) la música (b) en duda

(c) el trabajo manual y los talleres y artesanía

91. Preferiría vivir en una población que fuera:



(a) indiferente, pero llena de prosperidad y progreso

(b) no sé

(c) artística pero relativamente pobre

92. Prefiero ser:

(a) una narración de batalla militares o políticas

(b) quien sabe

(c) una novela sentimental o imaginativa

93. Preferiría ser

(a) orientador vocacional de muchacho que tratan de encontrar sus carreras

(b) en duda

(c) gerente en el aspecto técnico de una fabrica

94. Me gusta la música:

(a) aguda, ligera y viva (b) en duda (c) emotiva sentimental

95. En los chistes y trato de hacer que mi risa sea más moderada que la de la mayoría de la gente

(a) cierto (b) en duda (c) falso

96. Casi siempre mi cuarto está arreglado, con un lugar para cada cosa y cada cosa en su lugar

(a) si (b) en duda (c) no

97. En el colegio me gusta (o gustaba) mas

(a) lengua y literatura (b) quien sabe (c) aritmética y matemáticas

98. Por lo general puedo tolerar a la gente vanidosa, aun cuando fanfarronee y se crea la gran cosa

(a) si (b) a medias (c) no

99. Creo que la mayoría de la gente está un poco “chiflada”, aunque no les guste admitirlo

(a) si (b) quien sabe (c) no

100. Si cometo una falta de educación puedo olvidarla pronto

(a) si (b) quien sabe (c) no



101. Cuando leo algún artículo tendencioso o injusto en una revista, tiendo mas a olvidarlo que a sentir agrado en volver a leerlo.
(a) cierto (b) en duda (c) no
102. Cuando la gente mandona, trata de empujarme a hacer algo, yo hago justamente lo opuesto a lo que ellos quieren.
(a) si (b) en duda (c) no
103. Mucha gente mejoraría si recibiese mas alabanzas y menos criticas
(a) cierto (b) dudoso (c) falso
104. Si estoy completamente seguro de que una persona es injusta o se porta de un modo egoísta, se lo digo, aunque me traiga problemas
(a) si (b) en duda (c) no
105. Algunas personas critican mi sentido de responsabilidad
(a) si (b) en duda (c) no
106. Admiro mas la belleza de un cuento de hadas, que la de un revolver bien hecho
(a) si (b) en duda (c) no
107. A veces me causa problemas el que la gente hable mal de mí a mis espaldas, sin tener razón
(a) si (b) en duda (c) no
108. Yo preferiría que la persona con la que casara fuera socialmente admirada, más bien que dotada para el arte o la literatura
(a) cierto (b) en duda (c) falso
109. A veces siento un desagrado irracional por alguna persona
(a) pero es tan ligero que puedo ocultarlo fácilmente
(b) a medias
(c) es tan claro que tiendo a expresarlo
110. Me agrada un amigo (de mi sexo) que:



- (a) piense seriamente sus actitudes frente a la vida
(b) a medias
(c) sea eficiente y practico en sus intereses
111. “Si la primera no resulto, prueba una y otra vez”. Este es un refrán completamente olvidado en el mundo moderno
(a) si (b) quien sabe (c) no
112. Tiendo a olvidar muchas cosas triviales y sin importancia, como nombres de calles, tiendas, etc.
(a) si (b) quien sabe (c) no
113. Cuando discuto de arte, religión o política, rara vez me acaloro hasta perder la cortesía y los buenos modales.
(a) cierto (b) en duda (c) falso
114. Si alguien se enoja conmigo:
(a) trataría de calmarlo (b) quien sabe (c) me irritaría
115. Me gustaría ser reportero de teatro, ópera, concierto, etc.
(a) si (b) en duda (c) no
116. Me perturba que me alaben o me digan cumplidos.
(a) si (b) en duda (c) no
117. Oír diferentes opiniones del bien y del mal....
(a) siempre interesa (b) no se puede evitar
(c) perjudicaría a la mayoría de la gente
118. Siempre me interesan los asuntos de mecánica, como por ejemplo los coches y los aviones.
(a) si (b) a medias (c) no
119. Hablar con la gente común y corriente....
(a) a menudo es interesante e importante
(b) a medias
(c) me molesta porque dicen tonterías y cosas superficiales
120. Me gusta...



- (a) tener un círculo de amigos íntimos aunque sean exigentes
(b) en duda
(c) sentirme libre de ataduras y cosas superficiales
121. En una situación que puede volverse peligrosa creo que hay que hacer nada y gritar aunque vaya en contra de las buenas maneras.
(a) si (b) en duda (c) no
122. Yo soy siempre sugestionable a las: influencias de la propaganda con las cosas que leo.
(a) a menudo (b) a veces (c) nunca
123. Siento una necesidad de emprender actividades físicas rudas de vez en cuando.
(a) si (b) quien sabe (c) no
124. Preferiría juntarme con gente bien educada a juntarme con individuos toscos y rebeldes.
(a) si (b) a medias (c) no
125. Se me considera una persona fácilmente influenciable cuando recurren a mis sentimientos.
(a) si (b) quien sabe (c) no
126. Yo tomo mi alimento con gusto, no siempre tan cuidadoso y apropiadamente como algunas partes
(a) cierto (b) en duda (c) falso
127. Me gustaría que se formara un movimiento para.
(a) que la gente coma mas vegetales y así evitar el asesinato de tantos animales
(b) no sé
(c) fabricar mejores venenos para matar a los animales que echan a perder las cosechas (conejos, ardillas y algunos pájaros)
128. Me parece que es más importante para el mundo actual resolver.
(a) las dificultades políticas (b) en duda (c) el problema moral



129. Me gustaría enfrentarme a los problemas que otras personas han dejado enredados
(a) si (b) en duda (c) no
130. Pienso que es más sensato mantener poderosas a las fuerzas armadas del país, que depender de la buena voluntad internacional.
(a) si (b) quien sabe (c) no
131. Me despierto por las noches y tengo dificultades para volverme a dormir porque estoy intranquilo.
(a) a menudo (b) a veces (c) nunca
132. No me siento culpable si me regañan por algo que no hice.
(a) cierto (b) en duda (c) falso
133. Respecto a intereses intelectuales, mis padres están (o estuvieron):
(a) un poquito debajo del promedio
(b) en el promedio
(c) sobre el promedio
134. Cuando el jefe o el maestro me llama:
(a) veo una oportunidad para hablar de cosas que me interesan
(b) en duda
(c) temo que algo haya salido mal
135. En las dificultades diarias por lo general no pierdo las esperanzas.
(a) si (b) en duda (c) no
136. A veces la gente me advierte que demuestro mi excitación con voces y ademanes demasiado evidentes.
(a) si (b) en duda (c) no
137. Si mis conocidos me hacen ver que les caigo mal y me tratan mal:
(a) me importa poco (b) a medias (c) tiendo a ponerme triste
138. Los tipos diferentes que dicen “lo mejor de la vida es gratis”, por lo general no han trabajado para conseguir mucho.
(a) cierto (b) en duda (c) falso



139. En ocasiones tengo un vago sentimientos de peligro o un repentino temor sin que exista motivo suficiente
- (a) si (b) en duda (c) no
140. De chico le tenía miedo a la oscuridad
- (a) a menudo (b) a veces (c) nunca
141. Me consideran acertadamente como una persona trabajadora y de poco éxito
- (a) si (b) en duda (c) no
142. Si la gente abusa de mi amistad, no me resiento y lo olvido pronto
- (a) cierto (b) en duda (c) falso
143. La gente me considera una persona estable, sin perturbaciones, incommovible ante las altas y bajas de la vida.
- (a) si (b) en duda (c) no
144. Me consideran una persona liberal, que busca nuevos caminos, más que una persona práctica que sigue caminos conocidos.
- (a) cierto (b) dudoso (c) falso
145. Me fastidia que la gente piense que soy demasiado diferente o muy poco convencional
- (a) mucho (b) algo (c) nada
146. Cuando estoy triste siento una fuerte necesidad de recurrir a alguien
- (a) si (b) en duda (c) no
147. Me confundo en ocasiones de la posición de la derecha y de la izquierda cuando me veo en el espejo.
- (a) cierto (b) dudoso (c) falso
148. Como todo joven, si mi opinión es distinta a la de mis padres por lo general.
- (a) la mantengo (b) a medias (c) acepto la autoridad de mis padres
149. Dado que no siempre es posible que las cosas se hagan por métodos razonables y lógicos, a veces es necesario usar la fuerza.



- (a) cierto (b) a medias (c) falso
150. En una tarde libre, me gustaría....
- (a) ver una película de aventuras históricas
- (b) quien sabe
- (c) leer un cuento de ciencia ficción o un ensayo sobre “el futuro de la ciencia”
151. Pienso que difundir el control de la natalidad es esencial para resolver los problemas de la paz y la economía mundial.
- (a) si (b) quien sabe (c) no
152. Pienso que la sociedad debería dejar que la razón la encamine hacia nuevas costumbres y hacer a un lado los viejos hábitos.
- (a) si (b) en duda (c) no
153. Mis puntos de vista cambian de un modo incierto porque le tengo más fe a mis sentimientos que a mi razonamiento lógico.
- (a) cierto (b) hasta cierto punto (c) falso
154. Si se trata de hacer algo preferiría trabajar....
- (a) en una organización (b) no sé (c) por mi propia cuenta
155. De adolescente, participe en los deportes escolares:
- (a) de vez en cuando (b) bastante (c) con frecuencia
156. Preferiría casarme con alguien capaz de:
- (a) mantener a la familia interesada en sus propias actividades
- (b) en duda
- (c) hacer que la familia tome parte en la vida del vecindario
157. Preferiría gozar de la vida con calma a mi manera, más que ser admirado por mis éxitos.
- (a) cierto (b) quien sabe (c) falso
158. Como soy (o fui) quinceañero(a), me intereso (o me interese) por el sexo opuesto.



- (a) mucho (b) lo mismo que los demás (c) menos que los demás
159. Me gusta tomar parte activa en asuntos sociales, comités, etc.
- (a) si (b) en duda (c) no
160. Siento una necesidad de emprender actividades físicas rudas de vez en cuando.
- (a) si (b) en duda (c) no
161. Siento una necesidad de emprender actividades físicas rudas en vez en cuando.
- (a) si (b) quien sabe (c) falso
162. Me gusta hacer planes yo solo, sin que nadie me interrumpa para aconsejarme.
- (a) si (b) en duda (c) no
163. Yo aprendo mejor:
- (a) leyendo un libro bien escrito (b) a medias
- (c) interviniendo en un grupo de intervención
164. Me sorprende a mi mismo contando cosas sin ningún objeto en especial...
- (a) a menudo (b) en ocasiones (c) nunca
165. Cuando estoy conversando, me gusta....
- (a) tal y como se me ocurren (b) a medias
- (c) ordenar primero mis pensamientos
166. Preferiría detenerme en la calle a mirar a un artista pintando que a escuchar a quienes discuten:
- (a) si (b) quien sabe (c) no
167. Puedo trabajar con cuidado en la mayor parte de las cosas sin que me perturbe el ruido que la gente hace a mí alrededor.
- (a) si (b) en duda (c) no



168. La idea de que las enfermedades provienen tanto de causa mentales como físicas es muy exagerada.
- (a) si (b) quien sabe (c) no
169. Me gusta hacer las cosas a mi modo en vez de obrar de acuerdo con las reglas aprobadas.
- (a) cierto (b) en duda (c) falso
170. A veces dejo que mis acciones se vean influenciadas por mis celos.
- (a) si (b) en duda (c) no
171. Estoy convencido de que el “patrón podrá tener la razón, pero tiene el derecho por ser el patrón”.
- (a) si (b) en duda (c) no
172. Tengo ratos en los que me es fácil evitar un sentimiento de autocompasión.
- (a) a menudo (b) en ocasiones (c) nunca
173. Me gusta esperar hasta estar seguro de lo que estoy decidiendo es correcto, antes de presentar mis opiniones.
- (a) siempre (b) por lo general (c) sólo si es conveniente
174. Nunca siento la necesidad de hacer garabatos, ni estarme moviendo mientras estoy sentando con otras personas.
- (a) cierto (b) en duda (c) falso
175. A veces me entra un estado de tensión y confusión cuando pienso en los sucesos del día.
- (a) si (b) a medias (c) no
176. A veces dudo que la gente con la que estoy hablando se interese verdaderamente en lo que estoy diciendo.
- (a) si (b) a medias (c) no
177. Se me hace que últimamente, una o dos veces me han echado la culpa más de lo que realmente merecía.



- (a) si (b) quien sabe (c) no
178. Soy capaz de expresar mis sentimientos bajo estricto control.
- (a) si (b) quien sabe (c) no
179. Si me pidieran que trabajara en una obra de caridad:
- (a) aceptaría (b) quien sabe (c) respondería
180. A veces me irritan demasiado pequeñas contrariedades.
- (a) si (b) en duda (c) no
181. Muy rara vez suelto exclamaciones molestas que pueden herir los sentimientos de la gente.
- (a) cierto (b) en duda (c) falso
182. A menudo me enojo demasiado rápido con la gente.
- (a) si (b) en duda (c) no
183. Cuando algo me trastorna de verdad, por lo general me calmo muy rápido.
- (a) si (b) a medias (c) no
184. Cuando pienso que se me viene un trabajo difícil, tiendo a sudar o a temblar.
- (a) por lo general (b) en ocasiones (c) nunca



1.3.ANEXOS N° 3

CUESTIONARIO DE ROJAS PARA VALORAR LA ANSIEDAD

Nombre:

Edad:

Sexo:

Estado civil:

N° de hijos:

Profesión o centro de estudio:

Instrucciones: conteste a las siguientes preguntas en relación con los síntomas que haya notado durante los últimos tres meses.

Ponga un asterisco situado en la columna SI cuando haya notado este síntoma; valore el grado de su intensidad de 1 a 4 (1: Intensidad ligera; 2: Intensidad mediana; 3: Intensidad alta; 4: Intensidad grave, la más intensa).

Si no siente dichos síntomas, ponga un asterisco en la columna NO.

SÍNTOMAS FÍSICOS

N°	PREGUNTAS	SI	NO	INTENSIDAD
1	Tiene palpitaciones o taquicardias (le late a veces rápido el corazón)			
2	se ruboriza o se pone pálido			
3	le tiemplan las manos, pies, piernas o el cuerpo en general			
4	suda mucho			
5	se le seca la boca			
6	tiene tics (guiños o contracturas musculares automáticas)			
7	nota falta de aire, dificultad para respirar, opresión en la zona del pecho			
8	tiene gases			
9	orina con mucha frecuencia o de forma imperiosa			
10	tiene náuseas o vómitos			
11	tiene diarreas, descomposiciones intestinales			
12	se le nota como un nudo en el estomago o en la garganta, le cuesta tragar			
13	tiene vértigos, sensaciones de inestabilidad de que puede caerse, desmayo			



14	le cuesta quedarse dormido por las noches			
15	tiene pesadillas			
16	tiene sueño durante el día y se queda dormido sin darse cuenta			
17	pasa temporadas sin apetito, sin querer comer casi nada			
18	tiene ratos en que como excesivamente o cosas extrañas, incluso si apetito			
19	ha notado un menor interés por la sexualidad			
20	ha notado un mayor interés por la sexualidad			

SÍNTOMAS PSÍQUICOS

Nº	PREGUNTAS	SI	NO	INTENSIDAD
1	se nota inquieto, nervioso, desasosegado			
2	se siente como amenazado, incluso sin saber por qué			
3	tiene la sensación de estar luchando continuamente sin saber contra qué			
4	tiene ganas de huir, de marcharse a otro lugar, de viajar a un sitio lejano			
5	tiene fobias (temores exagerados a algún objeto o situaciones)			
6	tiene miedos difusos, es decir, sin saber bien a qué			
7	a veces queda preso de terrores o tiene ataques de pánico			
8	se nota muy inseguro de si mismo			
9	a veces se siente inferior a los demás			
10	nota una cierta sensación de vacío interior			
11	Se nota distinto, como si estuviese perdiendo su propia identidad			
12	Esta triste, meditabundo, melancólico			
13	Teme perder el auto control y hacer daño a otras personas			
14	Teme no controlarse y llegar a suicidarse			
15	Está asustado o le da mucho miedo la muerte			
16	Está asustado pensando que se está volviendo o que se puede volver loco			
17	Tiene la sensación de que ocurrirá alguna desgracia, como un presentimiento			
18	Se nota muy cansado, sin interés ni ganas de hacer nada			



19	Le cuesta mucho tomar una decisión			
20	Es una persona recelosa o desconfiada			

SÍNTOMAS DE CONDUCTA

Nº	PREGUNTAS	SI	NO	INTENSIDAD
1	está siempre alerta, como vigilando o en guardia			
2	está irritable, excitable, responde exageradamente a los estímulos externos			
3	rinde menos en sus actividades habituales			
4	le resulta difícil o penoso realizar sus actividades habituales			
5	se mueve de un lado para el otro, como agitado, sin motivo			
6	cambia mucho de postura, por ejemplo cuando está sentado			
7	gesticula mucho			
8	le ha cambiado la voz o ha notado altibajos en sus tonos			
9	se nota más torpe en sus movimientos, más rígido			
10	tiene más tensa la mandíbula			
11	tartamudea o cecea			
12	se muerde las uñas o los padrastrós, se chupa el dedo o se los frota			
13	juega mucho con objetos, necesita tener algo entre las manos (bolígrafos, etc.)			
14	a veces se queda bloqueado sin saber qué hacer o decir			
15	le cuesta mucho o no está dispuesto a realizar una actividad intensa			
16	muchas veces tiene la frente fruncida			
17	tiene los parpados contraídos o las cejas arqueadas hacia abajo			
18	tiene expresión de perplejidad, desagrado, displacer o preocupación			
19	le dicen que está inexpresivo, como con la cara congelada			
20	le irritan mucho los ruidos intensos o inesperados			



SÍNTOMAS INTELECTUALES

N°	PREGUNTAS	SI	NO	INTENSIDAD
1	le inquieta el futuro, lo ve todo negro, difícil, de forma pesimista			
2	piensa que tiene mala suerte y siempre la tendrá			
3	cree que no sirve para nada, que no sabe hacer nada correctamente			
4	los demás dicen que no es justo en sus juicios y apreciaciones			
5	Se concentra mal, con dificultad			
6	nota como si le faltase la memoria, le cuesta recordar cosas recientes			
7	le cuesta recordar cosas que cree saber, haber aprendido hace tiempo			
8	está muy despistado			
9	tiene ideas o pensamientos de los que no se puede librar			
10	le da muchas vueltas a las cosas			
11	todo le afecta negativamente, cualquier detalle o noticia			
12	utiliza términos externos: inútil, imposible, nunca, jamás, siempre, seguro, etc.			
13	hace juicios de valor sobre los demás rígidos e intolerantes: inútil, odioso, etc.			
14	se acuerda más de lo negativo que de lo positivo			
15	le cuesta pensar, nota un cierto bloqueo intelectual			
16	un pequeño detalle que sale mal le sirve para decir que todo es caótico			
17	piensa que su vida no ha merecido la pena, que todo han sido injusticias o dolor			
18	pensar en algo angustiosos le conduce a pensamientos más angustiosos todavía			
19	piensa en lo que haría en una situación difícil y cree que no podría superarla			
20	cree que su única solución es un cambio realmente profundo que es inútil			



SÍNTOMAS ASERTIVOS

N°	PREGUNTAS	SI	NO	INTENSIDAD
1	A veces no sabe que decir ante ciertas personas			
2	le cuesta mucho iniciar una conversación			
3	Le resulta difícil presentarse a sí mismo en una reunión social			
4	le cuesta mucho decir “no” o mostrarse en desacuerdo con algo			
5	intenta agradar a todo el mundo y siempre sigue la corriente general			
6	le resulta muy difícil hablar de temas generales o intrascendentes			
7	se comporta con mucha rigidez, sin naturalidad, en las reuniones sociales			
8	le resulta muy difícil hablar en público, formular y responder preguntas			
9	prefiere claramente la soledad antes que estar con desconocidos			
10	se nota muy pasivo o bloqueado en reuniones sociales			
11	le cuesta expresar a los demás sus verdaderas opiniones y sentimientos			
12	intenta dar en público una imagen de sí mismo distinta a la real			
13	está muy pendiente de que los demás puedan opinar de usted			
14	se siente a menudo avergonzado ante los demás			
15	prefiere pasar totalmente desapercibido en las reuniones sociales			
16	le resulta complicado terminar una conversación difícil o comprometida			
17	tiene o utiliza poco el sentido del humor ante situaciones de cierta tensión			
18	está muy pendiente de lo que hace en presencia de personas de poca confianza			
19	prefiere no discutir ni quejarse a pesar de estar seguro de llevar razón			
20	se avergüenza o incomoda por cosas que hacen los demás (vergüenza ajena)			



1.4. ANEXO N° 4

INVENTARIO DE DEPRESION DE BECK BDI-II

Nombre: Estado Civil:..... Edad..... Sexo.....

Ocupación:..... Educación: Fecha.....

Instrucciones: este cuestionario consta con 21 grupos de enunciados. Por favor, lea cada uno de ellos cuidadosamente. Luego elija uno de cada grupo, el que mejor describa el modo como se ha sentido las últimas dos semanas, incluyendo el día de hoy. Marque con un círculo el número correspondiente al enunciado elegido. Si varios enunciados de un mismo grupo le parecen igualmente apropiados, marque el número más alto. Verifique que no haya elegido más de uno por grupo, incluyendo el ítem 16 (Cambio en los Hábitos de Sueño) y el ítem 18 (Cambios en el apetito).

<p>1. Tristeza</p> <p>0 no me siento triste.</p> <p>1 me siento triste gran parte del tiempo.</p> <p>2 estoy triste todo el tiempo.</p> <p>3 estoy tan triste o soy tan infeliz que no puedo soportarlo.</p> <p>2. Pesimismo</p> <p>0 no estoy desalentado respecto a mi futuro.</p> <p>1 me siento más desalentado respecto de mi futuro que lo que solía estarlo.</p> <p>2 no espero que la cosas funcionen para mi</p> <p>3 siento que no hay esperanza para</p>	<p>6. sentimientos de castigo</p> <p>0 no siento que estoy siendo castigado.</p> <p>1 siento que tal vez pueda ser castigado.</p> <p>2 espero ser castigado.</p> <p>3 siento que estoy siendo castigado.</p> <p>7. disconformidad con uno mismo</p> <p>0 siento acerca de mi lo mismo que siempre.</p> <p>1 he perdido la confianza en mí mismo.</p> <p>2 estoy decepcionado conmigo mismo.</p> <p>3 no me gusto a mí mismo.</p>
---	--



<p>mi futuro y que solo puede empeorar.</p> <p>3. fracaso</p> <p>0 no me siento como un fracasado. 1 he fracasado más de lo que hubiera debido. 2 cuando miro hacia atrás veo muchos fracasos. 3 siento que como persona soy un fracaso total.</p> <p>4. pérdida de placer</p> <p>0 obtengo tanto placer como siempre por las cosas de las que disfruto. 1 no disfruto tanto de las cosas como solía hacerlo. 2 obtengo muy poco placer de las cosas que sabía disfrutar. 3 no puedo obtener ningún placer de las cosas de las que solía disfrutar.</p> <p>5. sentimientos de culpa</p> <p>0 no me siento particularmente culpable. 1 me siento culpable respecto de varias cosas que he hecho o que debería haber hecho. 2 me siento bastante culpable la mayor parte del tiempo. 3 me siento culpable todo el tiempo.</p>	<p>8. autocrítica</p> <p>0 no me critico ni me culpo más de lo habitual. 1 estoy más crítico conmigo mismo de lo que solía estarlo. 2 me critico a mi mismo por todos mis errores. 3 me culpo a mi mismo por todo lo malo que sucede.</p> <p>9. pensamientos o deseos suicidas</p> <p>0 no tengo ningún pensamiento de matarme. 1 he tenido pensamientos de matarme, pero no lo haría. 2 querría matarme. 3 Me mataría si tuviera la oportunidad de hacerlo.</p> <p>10. llanto</p> <p>0 no lloro más de lo que solía hacerlo. 1 lloro más de lo que solía hacerlo. 2 lloro por cualquier pequeñez. 3 siento ganas de llorar pero no puedo.</p>
--	---

_____ Subtotall



<p>11. Agitación</p> <p>0 no estoy más inquieto o tenso que lo habitual.</p> <p>1 me siento más inquieto o tenso que lo habitual.</p> <p>2 estoy tan inquieto o agitado que me es difícil quedarme quieto.</p> <p>3 estoy tan inquieto o agitado que tengo que estar siempre en movimiento o haciendo algo.</p> <p>12. Pérdida de Interés</p> <p>0 no he perdido el interés en otras actividades o personas.</p> <p>1 estoy menos interesado que antes en otras personas o cosas.</p> <p>2 he perdido casi todo el interés en otras personas o cosas.</p> <p>3 me es difícil interesarme por algo</p> <p>13. Indecisión</p> <p>0 tomo mis decisiones tan bien como siempre.</p> <p>1 me resulta más difícil que de costumbre tomar decisiones.</p> <p>2 encuentro mucha más dificultad que antes para tomar decisiones.</p> <p>3 tengo problemas para tomar cualquier decisión.</p> <p>14. Desvalorización</p> <p>0 no siento que yo no sea valioso.</p> <p>1 no me considero a mi mismo tan valioso y útil como solía</p>	<p>17. Irritabilidad</p> <p>0 no estoy más irritable que lo habitual.</p> <p>1 estoy más irritable que lo habitual.</p> <p>2 estoy mucho más irritable que lo habitual.</p> <p>3 estoy irritable todo el tiempo.</p> <p>18. Cambios en el Apetito</p> <p>0 no he experimentado ningún cambio en mi apetito.</p> <p>1a mi apetito es un poco habitual que lo normal.</p> <p>1b mi apetito es un poco mayor que lo habitual.</p> <p>2 a mi apetito es mucho menor que antes.</p> <p>2b mi apetito es mucho mayor que lo habitual.</p> <p>3 a no tengo apetito en lo absoluto.</p> <p>3b quiero comer todo el tiempo.</p> <p>19. Dificultad de Concentración</p> <p>0 puedo concentrarme tan bien como siempre.</p> <p>1 no puedo concentrarme tan bien como habitualmente.</p> <p>2 me es difícil mantener la mente en algo por mucho tiempo.</p> <p>3 encuentro que no puedo concentrarme en nada.</p>
--	--



<p>considerarme.</p> <p>2 me siento menos valioso cuando me comparo con otros.</p> <p>3 siento que no valgo nada.</p> <p>15. Pérdida de Energía</p> <p>0 tengo tanta energía como siempre.</p> <p>1 tengo menos energía que la que solía tener.</p> <p>2 no tengo suficiente energía para hacer demasiado.</p> <p>3 no tengo energía suficiente para hacer nada.</p> <p>16. Cambios en los Hábitos de Sueño</p> <p>0 no he experimentado ningún cambio en mis hábitos de sueño.</p> <p>1 a duermo un poco más de lo habitual.</p> <p>1 b duermo un poco menos que lo habitual.</p> <p>2 a duermo mucho más que de lo habitual.</p> <p>2b duermo mucho menos que de lo habitual.</p> <p>3 a duermo la mayor parte del día.</p> <p>3b me despierto 1-2 horas más temprano y no puedo volver a dormir.</p>	<p>20. Cansancio o Fatiga</p> <p>0 no estoy más cansado o fatigado que lo habitual.</p> <p>1 me fatigo o me canso más fácilmente que lo habitual.</p> <p>2 estoy demasiado fatigado o cansado para hacer muchas de las cosas que solía hacer.</p> <p>3 estoy demasiado fatigado o cansado para hacer la mayoría de las cosas que solía hacer.</p> <p>21. Pérdida de Interés en el Sexo</p> <p>0 no he notado ningún cambio reciente en mi interés por el sexo.</p> <p>1 estoy menos interesado en el sexo de lo que solía estarlo.</p> <p>2 ahora estoy mucho menos interesado en el sexo.</p> <p>3 he perdido completamente el interés en el sexo.</p>
---	---

_____ Subtotal 2

_____ Subtotal 1

Total _____



1.5.ANEXO 5

ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBERG (RSE)

(Rosenberg, 1965; Atienza, Balaguer, & Moreno, 2000)

Por favor, lee las frases que figuran a continuación y señala el nivel de acuerdo o desacuerdo que tienes con cada una de ellas, marcando con un aspa la alternativa elegida.

		Muy en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
1	Me siento una persona tan valiosa como las otras.	1	2	3	4
2	Generalmente me inclino a pensar que soy un fracaso.	1	2	3	4
3	Creo que tengo algunas cualidades buenas.	1	2	3	4
4	Soy capaz de hacer las cosas tan bien como los demás.	1	2	3	4
5	Creo que no tengo mucho de lo que estar orgullosa (o).	1	2	3	4
6	Tengo una actitud positiva hacia mi misma (o).	1	2	3	4
7	En general me siento satisfecha (o) conmigo misma (o).	1	2	3	4
8	Me gustaría tener más respeto por mí misma (o).	1	2	3	4
9	Realmente me siento inútil en algunas ocasiones.	1	2	3	4
10	A veces pienso que no sirvo para nada.	1	2	3	4



1.6. ANEXO 6

ESCALA DE RESILIENCIA SV-RES

(Saavedra y Villalta, 2007)

Evalúe el grado en que estas afirmaciones la describen. Marque con una **X** su respuesta, conteste todas las afirmaciones, no hay respuestas buenas ni malas.

YO SOY – YO ESTOY

	Muy de acuerdo	De acuerdo	Ni acuerdo Ni desacuerdo	En desacuerdo	Muy en desacuerdo
1. Soy una mujer con esperanza					
2. Una mujer con buena autoestima.					
3. Optimista respecto al futuro.					
4. Segura de mis valores y principios.					
5. Creciendo como persona.					
6. Rodeada de personas que me ayudan en mis problemas personales.					
7. En contacto con personas que me quieren.					



8. Segura de mí mismo.					
9. Segura de mis proyectos y metas.					
10. Segura en el lugar en que yo vivo.					
11. Una persona que ha aprendido a salir adelante.					
12. Un modelo a seguir positivo para las personas que me rodean.					
13. En un lugar bien integrado para trabajar.					
14. Satisfecha con mis relaciones de amistad.					
15. Satisfecha con mis relaciones afectivas.					
16. Una mujer práctica.					
17. Una mujer con metas en su vida.					



18. Enfrento mis problemas.					
19. Estoy consciente de mi sentido de vida.					
20. Buscando soluciones a mis problemas.					

YO TENGO

	Muy de acuerdo	De acuerdo	Ni acuerdo, Ni desacuerdo	En desacuerdo	Muy en desacuerdo
21. Confianza en mis relaciones interpersonales.					
22. Una familia con buena estructura.					
23. Relaciones afectivas.					
24. Fortaleza interior.					
25. Una vida con sentido.					
26. Acceso a los servicios públicos.					
27. Personas que					



me apoyan.					
28. A quien dirigirme si tengo algún problema.					
29. Personas que impulsan mi autonomía e iniciativa.					
30. Satisfacción con lo que he logrado en la vida.					
31. Personas que me han orientado y aconsejado.					
32. Personas que me ayudan a evitar peligros o problemas.					
33. Personas en quien puedo confiar.					
34. Personas que han confiado sus problemas.					
35. Personas que me han acompañado y apoyado cuando he tenido problemas.					



36. Metas a corto plazo.					
37. Objetos claros.					
38. Personas con quien puedo enfrentar mis problemas.					
39. Proyectos a futuro.					
40. Problemas que se cómo solucionarlos.					

YO PUEDO

	Muy de acuerdo	De acuerdo	Ni acuerdo, Ni desacuerdo	En desacuerdo	Muy en desacuerdo
41. Hablar de mis emociones.					
42. Expresar afecto a las demás personas.					
43. Confiar en las demás personas.					
44. Superar las dificultades que se me presenten					



durante mi vida.					
45. Desarrollar relaciones afectivas.					
46. Solucionar problemas de manera afectiva.					
47. Dar mi opinión.					
48. Buscar ayuda cuando la necesito.					
49. Apoyar a los demás que tienen problemas.					
50. Responsabilizarme de mis actos.					
51. Ser creativa.					
52. Comunicarme adecuadamente.					
53. Aprender de mis buenas decisiones y de mis errores.					
54. Colaborar con otros para mejorar la vida en donde vivo.					
55. Tomar decisiones.					
56. Crear estrategias para solucionar mis					



problemas.					
57. Fijarme metas realistas.					
58. Esforzarme por lograr mis objetivos.					
59. Asumir riesgos en mi vida.					
60. Proyectarme al futuro.					



1.7. ANEXO N° 7

MATRIZ DE LA ENTREVISTA

S. Ind.		Sujeto 1	Sujeto 2	Sujeto 3	Sujeto 4	Sujeto 5	Sujeto 6	Sujeto 7	Sujeto 8	Sujeto 9	Sujeto 10
I N F O R M A C I O N D E P A R T E J A	1 P.	Un hombre atento, cariñoso o un caballero.	Andamos un poco tiempo.	Bien no más	Bien	Buena	Tranquila	Buena	Bien	Bien	Buena
	2 P.	Buena gente, amable y soñador	Un buen hombre	Era bien	Muy atento	Celoso	Tranquilo, atento, social	Bueno y malo	Normal	Normal	Trabajador
	3 P.	Si pero no mucho	No pero tal vez si	SI	Lo normal	Si	Si	No	No	Lo normal	Lo normal
	4 P.	En fiestas, bodas.	En eventos .	Con sus compañeros, partidos.	Por todo	Fiestas, bodas	Fines de semana	Fiestas, matrimonio	Los fines de semana	Fiestas partidos	Fiestas, amigos
	5 P.	Mal impotente por no saber qué hacer.	Mal frustrada.	Mal	Triste	Mal	Enojada	Mal	No lo quería ver	Enojada	Furiosa
	6 P.	Seguí por mis hijos	Mis hijos.	Mis hijos	Mis hijos	Mis hijos	sentimientos, por unión familiar	Sin el no podía seguir, por mis hijos	Mis hijas	Me acostumbra a él	Por mis hijos
R E L A C I O N	7 P.	Ahora está bien.	Buena	Cariñosamente	Muy bien	Buena no mas	Mas o menos	Esta mejor	Nos llevamos bien no mas	Nos llevamos bien	Es bien
		Antes todo era pleito	No nos soportábamos.	Renegaba	Era difícil	Antes no era buena	Se portaba muy terco y caprich	Mal	Antes discutíamos	Antes no muy bien	No lo aguanta ba



FAMILIAR	8 P.	Es buena	Buena	Quiere a sus hijos Gritaba	A veces discute n	Esta mejor	Es muy buena	Bien	Buena	No tengo hijos	Bien
		Los quiere mucho	Sentía que los quería.		Mal era peor	Se gritaba n	No tiene acercamiento	Insopor table	Buena		No le importa ba
	9 P.	Es bueno trato de estar a su lado	Es Buena.	Bien	Buena	Bien	Es muy buena	Bien	Muy buena las quiero	No tengo hijos	Bien
	10 P.	Son niños prefería que no se metan en asuntos de gente mayor	Eran pequeños.	Eran pequeños	Me abrazaban.	No hacían mucho	Muy pequeña	Mi hija mayor	No pequeños	No tengo hijos	Eran pequeños
	11 P.	Si mis hijos. Más mi hija.	Si mis hijos	Si Hija	Mis hijos Hija	Si Hijo menor	Es pequeña a trato de que no se dé cuenta	Si Hija mayor	No pequeños	No tengo hijos	No verlos me impulsa seguir
SOBRE EL GRUPO AL AÑO	12 P.	Cuando mis hijos lloraban bastante	Se estaba dañando como familia.	Veía a sus amigos morir	Cuando llego al hospital	Hace mucho	Hace mucho	Mis hijos sufrían mucho	Afectaba mucho	Cuando perdí a mi hijo	Llego al hospital
	13 P.	Por mis hijos, por el bien de mi familia.	Mis amigas. yo también importo	Me informaron del grupo.	Mis hijos	Por mis hijos y por mi	Estando casada	Por sus hijos	Estaba saliendo mal	Deje de poner atención a mis actividades	Mis amigas me hablaban
	14 P.	Me hablo una paciente	Mi amiga.	Amigo de mi esposo de AA.	Los del AA	Mi amiga	AA	En la colmena	Hermana	AA	Su padrino de AA de mi esposo
	15 P.	9 años.	4 meses.	9 años	1 año	2 años	6 meses	3 años	8 meses	9 meses	10 meses
	16	Content	Mejor	Muy	Mejor	Content	Más	Feliz	Mucho	Bien	Me



N	P.	a.		bien		a	tranquila		mejor		alivia
	17 P.	Es muy buena	Es mejor.	Buena	Esta mejor	Buena	Buena	Feliz, contenta	Es bueno	No tiene hijos	Feliz
	18 P.	No.	No	No	A veces	No	No	Rara vez	No	No tiene hijos	No son pequeños
R E L A C I O N E S S O C I A L E S.	19 P.	Amigas, mi grupo AL-ANON	Amiga.	Amigos, Hermana y mi hija	Mi grupo	Amigas del trabajo	Amiga	Más con mis hija	Trabajo, salgo con mis amigas	Mi Cuma	Las de mi trabajo
	20 P.	Si Eventos del Colegio	Evito	Si está bien lleva años sin tomar.	No	No Evito	Rara vez pero no a eventos con alcohol.	Evitar	Evitar	No mucho	No
	21 P.	Mesa directiva del colegio de mis hijos. Trabajo Coordinadora	Trabajo, a veces voy a otros lugares, AL-ANON	Vendo en mi tienda. Viajo.	Cursos de cocina del barrio	No muchas Trabajo, AL-ANON	Trabajo, salir con amigas y con AL-ANON	Clases de costura	Salir con mis amigas, trabajo	Clases de violín, trabajo, AL-ANON	Trabajo, voy a AL-ANON
	22 P.	Si mis amigas, AL-ANON	Amiga	Mi esposo ya no toma, AL-ANON	AL-ANON madrina	Mi amiga	Mi mamá	Mi hija Madrina	Mi Amiga	Si mi Cuma, madrina	Mi Cuma
23 P.	Paseos; Kermes actividades del colegio	A veces salimos con su familia	Salgo con mis hijas viajamos.	No	No	5 amigas algunas veces vamos a cenar.	No	Paseos los fines de semana	Exposiciones, paseos.	No	

Ind. (Indicadores); S. (Sujetos); P. (Pregunta)



1.8. ANEXO N° 8

MATRIZ DE DATOS INVENTARIO DE PERSONALIDAD 16 PF

MATRIZ DE DATOS																	
Inventario de Personalidad 16 PF																	
N° S.	Edad	A	B	C	E	F	G	H	I	L	M	N	O	Q1	Q2	Q3	Q4
1	42	2	3	6	9	6	7	1	6	2	5	5	5	6	4	4	4
2	37	4	5	9	7	8	1	3	5	2	6	5	5	6	4	4	9
3	53	3	3	5	7	8	1	7	4	2	7	5	5	6	4	4	9
4	29	3	1	3	6	3	3	5	8	5	8	6	9	6	7	6	9
5	40	5	7	3	8	9	1	2	7	2	9	5	6	6	5	1	7
6	32	4	6	2	6	7	3	1	4	4	5	7	5	6	5	2	8
7	36	2	6	1	7	7	1	4	4	6	7	7	6	8	6	4	9
8	32	3	4	1	6	9	1	1	6	2	5	6	4	6	4	4	9
9	30	2	3	2	3	3	4	4	5	2	7	6	8	6	6	4	8
10	33	5	8	1	5	7	3	2	6	2	3	8	7	5	6	6	7



1.9. ANEXO N° 9

MATRIZ DE DATOS DE CUESTIONARIO DE ROJAS PARA VALORAR LA ANSIEDAD, EL INVENTARIO DE DEPRESIÓN DE BECK

MATRIZ DE DATOS							
CUESTIONARIO PARA VALORAR LA ANSIEDAD DE ROJAS							BDI-II
N° S	S. Físicos	S. Psicológicos	S. Conductuales	S. Intelectuales	S. Asertivos	Total Ansiedad	Depresión
1	12	33	14	31	39	26	18
2	29	33	39	28	24	31	14
3	24	29	42	32	31	32	18
4	30	29	39	30	33	32	19
5	34	34	29	28	29	31	29
6	28	30	26	34	40	32	29
7	27	29	36	35	29	31	14
8	36	37	39	22	26	32	17
9	36	29	32	29	28	31	17
10	28	28	27	35	33	30	12

1.10. ANEXO N°10

MATRIZ DE DATOS DE LA ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBERG

MATRIZ DE LA ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBERG (RSE)													
(Rosenberg, 1965; Atienza, Balaguer, & Moreno, 2000)													
N° S	Edad	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Total	Nivel
1	42	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	26	A. Media
2	37	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	29	A. Media
3	53	2	2	1	2	3	2	4	3	2	3	24	A. Baja
4	29	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	29	A. Media
5	40	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	28	A. Media
6	32	2	3	2	2	4	2	3	3	3	2	26	A. Media
7	36	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	26	A. Media
8	32	3	3	2	2	4	2	3	4	2	2	27	A. Media
9	30	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	26	A. Media
10	33	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	29	A. Media



1.11. ANEXO N°11

**MATRIZ DE DATOS DE LA ESCALA DE RESILIENCIA SV-RES
(SAAVEDRA Y VILLALTA 2007)**

Indicadores \ Sujetos	N°	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	E	42	37	53	29	40	32	36	32	30	33
1	5	4	4	2	3	4	4	4	5	4	
2	4	2	4	2	2	3	3	2	4	2	
3	2	4	3	3	2	4	4	3	5	4	
4	5	4	4	4	3	5	4	5	5	5	
5	5	4	4	3	3	3	4	4	5	4	
6	4	5	4	4	4	5	5	3	5	5	
7	4	5	4	4	4	5	5	5	5	4	
8	3	3	4	3	2	3	3	4	1	3	
9	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	
10	3	4	4	3	4	5	4	4	5	4	
11	4	4	4	4	5	3	5	4	5	4	
12	3	2	4	3	1	3	2	4	3	3	
13	4	3	4	3	4	3	2	3	5	4	
14	3	5	4	4	4	5	4	5	5	4	
15	1	3	4	3	2	5	4	4	4	4	
16	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	
17	3	4	4	4	2	3	4	5	4	4	
18	4	4	4	4	4	4	4	5	4	3	
19	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	
20	5	4	4	5	4	4	4	4	5	4	
21	3	4	4	3	4	4	3	4	5	4	
22	3	3	4	2	3	5	3	5	1	3	
23	4	4	4	3	3	5	4	4	4	3	
24	4	3	4	3	4	4	4	5	4	3	
25	3	3	4	4	3	5	4	5	4	4	
26	5	5	4	5	5	4	3	3	5	4	
27	5	4	4	4	5	5	5	4	5	4	
28	5	4	4	4	5	5	5	3	5	4	
29	5	4	4	4	5	5	5	3	5	4	
30	5	3	4	2	2	3	3	4	2	2	
31	5	4	4	4	3	5	5	4	5	4	
32	5	4	4	4	4	5	5	4	5	4	
33	5	4	4	4	5	5	5	3	4	4	
34	5	4	2	4	5	5	4	4	4	4	
35	5	4	4	5	5	5	5	5	5	4	
36	3	4	4	4	4	4	4	5	4	3	
37	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	
38	5	4	4	4	5	5	5	3	5	5	



39	4	4	4	4	4	4	3	4	5	4
40	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4
41	4	2	2	3	5	5	3	3	4	3
42	5	3	4	4	3	5	3	3	4	4
43	4	3	2	3	5	4	4	3	4	4
44	4	3	4	3	4	5	4	5	3	4
45	5	3	4	3	4	5	4	4	4	4
46	5	3	4	2	3	4	3	4	4	4
47	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3
48	5	4	4	4	5	4	5	5	4	4
49	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4
50	5	4	4	3	4	5	4	5	4	3
51	4	3	4	2	4	4	3	4	5	4
52	4	3	4	3	3	4	3	5	4	3
53	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4
54	5	3	4	2	2	4	4	4	4	4
55	3	3	4	3	3	5	4	5	3	3
56	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3
57	3	4	3	3	4	4	4	5	4	4
58	4	3	4	3	4	5	4	4	4	4
59	5	2	4	2	3	4	3	3	4	2
60	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4
Yo Soy.-Yo Estoy.	73	75	79	69	63	77	76	79	87	76
Yo Tengo.	85	75	77	73	81	91	81	80	85	75
Yo Puedo.	84	64	74	61	74	87	73	83	78	72
Total	81	71	77	68	73	85	77	81	83	74
N	Alt o	Modera do	Alto	Modera da	Modera da	Alt o	Alt o	Alt o	Alt o	Modera da



1.12 ANEXO N° 12

ENTREVISTAS DE LOS CASOS

1.12.1. CASO N° 1

Entrevistador: Buenas tardes permiso ¿cómo está?

L: Hola pasa no más siéntate como te dije espero que sea rápido estoy ocupada, es difícil esta enfermedad sabias que el alcohólico es considerado una enfermedad, es difícil el alcohólico no solo se hace daño así mismo sino afecta a toda la familia por eso el grupo AL-ANON es un grupo de apoyo para los familiares y amigos que tienen un alcohólico.

Entrevistador: ¿Cuántos años tiene usted?

L: Tengo 42 años.

Entrevistador: ¿Lugar y fecha de nacimiento?

L: Nací el 17 de enero no me acuerdo mi año de nacimiento espera un poco veré mi carnet ah! había sido en 1974 como soy tan despistada.

Entrevistador: No se preocupe eso pasa y dígame ¿Cuántos años lleva casada con su marido?

L: Debe ser 19 años, son muchos años que estoy casada por la ley, porque hubo un tiempo que vivíamos juntos antes de casarnos por civil.

Entrevistador: ¿Hasta qué cursos cursado?

L: Universitarios soy odontóloga estude en la Juan Misael Saracho también en ese tiempo, conocí a mi esposo el estudiaba en civil pero después se cambio a administración, es una persona muy soñadora.

Entrevistador: ¿Cuántos años tiene su esposo y cuántos hijos tienen?

L: El tiene 45 años es mi mayor con poco tiempo, tengo 4 hijos dos mujercitas y dos varones, Mi hija mayor y mi hijo están en la universidad, los otros están todavía en el colegio son buenos hijos me ayudan en la casa.



Entrevistador: ¿Cuánto tiempo consumió alcohol su esposo?

L: Hace tiempo no se decir cuánto solo sé que fue muchos años pero ya no toma asiste a AA. Mi papá también tomaba tal vez por eso lo vi tan normal que no se decir desde cuando tomaba.

Entrevistador: ¿Cómo era su papá con usted, cuando tomaba?

L: Mi papá era muy agresivo pero cuando el llegaba tomado prefería ir me a mi cuarto y dejar que se arreglen solo los dos y no le ponía importancia tal vez porque era adolescente, cuando eres hija no sientes que te afecte mucho que tu papá tome bueno eso yo sentí que no me importaba pero cuando eres esposa y tu marido llega borracho si te afecta demasiado.

Entrevistador: ¿Y su mamá que le decía a su papá cuando llegaba borracho?

L: Mi mamá siempre estaba molesta y cuando mi papá venía borracho yo prefería ir a mi cuarto porque sabía que discutirían como siempre y a mí no me importaba lo que pasaba mi mamá Aunque no siempre discutían mi mamá a veces no le decía nada, y así lo asimile ahora me doy cuenta que mi mamá necesitaba ayuda apoyo por parte de nosotros de sus hijos ahora me doy cuenta que el alcohol no solo afecta a el alcohólico sino a la familia no lo sientes así cuando eres hija yo lo sentí mas con mi marido.

Entrevistador: ¿Cómo esta su mamá ahora?

L: Esta bien ahora desde que mi papa murió eso ya son años de su muerte sabes rosario el murió por un accidente me afecto su muerte es difícil cuando es de repente lo bueno es que mi mamá está bien y le encanta estar con sus nietos con sus hijos de mi hermana son pequeños y mi mamá los cuida porque mi hermana trabaja.

Entrevistador: Y antes que se casara ¿Cómo era su relación con su pareja?

L: En ese tiempo era un hombre atento, cariñoso y sobre todo un caballero con migo tal vez eso fue lo que me enamoro de él.

Entrevistador: ¿En ese tiempo, como lo describiría a su esposo?



L: Buena gente, amable y sobre todo un soñador pensaba tener su empresa y ahora no tiene nada y se sumergió en el alcohol.

Entrevistador: ¿Tenía algún problema con el alcohol?

L: Sí pero no mucho cuando después me di cuenta que tomaba exageradamente ya estaba con el vivíamos tal vez lo vi normal como mi papá tomaba y lo veía habitual que el tomara y que no me afectaba porque era normal que tomar unas cuantas copas yo me decía si todos los hombres toman no me afectaba porque era normal pero empezó a afectarme a mí y a mis hijos porque ya no éramos una pareja normal sabes tenía que mantenerlo y eso no era bueno y él se enojaba conmigo y de paso con mis hijos eso no lo soportaba porque con migo sí podía pelear pero que culpa tenían mis hijos.

Entrevistador: ¿Usted se culpaba?

L: Si me culpaba por darles ese mal ejemplo a mis hijos ellos mismos me decían lo que pasaba solo yo tenía los ojos cerrados y yo misma me puse un alto y decidí cambiar por mi y mis hijos y el también trato de cambiar y hasta hora sigue luchando contra ese vicio es difícil, le entiendo si sigo con el es por mis hijos y el prometió cambiar siento que lo que viví en mi niñez y adolescencia fue normal ver a mi padre borracho que no me sentí tan afectada por eso que pensé que mis hijos tampoco lo sentían pero ellos también sufren.

Entrevistador: No es bueno que se siga culpando ¿y dígame cuando empezó a tomar más seguido?

L: No ya no me culpo no gano nada culpándome o buscando culpables, sabes el tomaba tanto dejo sus sueños por la culpa del trago empezó con un vinito aquí no le puse mucha importancia en su forma de beber lo deje pasar y cuando me di cuenta que cada vez venía borracho muy seguidamente tal vez fue mi culpa me lo repetía muchas veces, por no darme cuenta de lo que sucedía pero como te dije yo ya no me culpo porque sé que no es bueno yo solo me hago daño sabes el es un buen hombre cuando lo conocí era un soñador espero que no vuelva a caer en ese vicio de nuevo,



es difícil salir de ese vicio porque no te puedo negar que mi esposo sufrió recaídas, cuesta volver a empezar pero el ya un largo tiempo que no toma y eso me tiene contenta por mis hijos.

Entrevistador: Cuénteme ¿En qué ocasiones tomaba su esposo? y ¿Cuál era su explicación con su excesivo consumo de alcohol?

L: En fiestas, bodas sabemos que los chapacos sabemos tomar y eso es normal pero el tomaba mucho yo verlo así me avergonzaba me quería ir pero como hacer entender a un borracho es difícil y peor pedir que te explique porque consume te cuento que cuando mi hermana se caso fuimos yo pensé que la pasaríamos bien si solo iríamos un rato pero él empezó a tomar y no se quiso ir me quede hasta que se caiga de borracho y me lo lleve me sentí avergonzada por el papelón de él, así se metió a ese vicio y ahora le cuesta salir pero es paso a paso ya no toma.

Entrevistador: ¿Cuándo su esposo llegaba ebrio a su casa cómo se sentía en ese momento?

L: Mal impotente por no saber qué hacer, triste por mis hijos y como la gente me veía sé que no debería importarme por la gente pero en ese tiempo si me importaba ahora ya no le pongo mucho caso a lo que digan, solo me importa mi familia.

Entrevistador: ¿Por qué seguía a su lado?

L: Seguí por mis hijos ahora estamos porque él me quiere y está cambiando por sus hijos y lo más importante para los dos son nuestros hijos.

Entrevistador: ¿Cómo es la relación de su esposo con usted?

L: Ahora está bien antes todo era pleito yo le gritaba le reclamaba el me contestaba y así era todos los días que él se encontraba en la casa ya no era como antes pero ahora está mejor ya no hay tantos gritos por mi grupo AL-ANON que me cambio mi vida porque aprendí mucho a saber lidiar con el problema de mi esposo me siento apoyada.

Entrevistador: ¿Cómo es la relación de su esposo con sus hijos?



L: Es buena para que decir es buen padre los cuida mucho, los quiere mucho y por ellos está cambiando, es tan difícil luchar para que no vuelva a caer pero el también me enseña a confiar en el cuesta volver a tener confianza en alguien pero por mis hijos y el amor que nos tuvimos intento construir nuestra confianza y ya no me culpo sino sigo a delante se que él está haciendo todo para que nuestra familia este bien.

Entrevistador: ¿Y cuándo se encontraba ebrio?

L: Trataba que no escucharan los pleitos pero ellos nos escuchaban se ponían muy triste y se molestaban porque ellos mismos no aguantaban esa situación, en especial mi hija mayor me dijo como puedes aguantar que mi papá llegue así y lo peor son sus gritos no se tu pero yo ya no aguanto ver como mi papá se está destruyendo es un alcohólico y tu lo sigues socapando no es justo para nosotros mami el tiene que buscar ayuda eso me dijo cuando vi llorar a mis niños reunidos en su cuarto pensé que no se daban cuenta pero sí y lo note cuando cambiaron sus notas y yo le fui a reclamar y me dijo todo eso que no aguantaban me di cuenta que mi familia se estaba destruyendo.

Entrevistador: ¿Cómo es la relación de usted con sus hijos?

L: Es buena trato de estar a su lado hasta estoy en la mesa directiva de mi hijo para saber sus actividades de mis hijos y estar informada de todo lo que pase con mis hijos y ellos igual me cuentan eso me hace sentir feliz, mis hijos son la fuerza de seguir adelante y ellos me hacen ver que si puedo y no debo vencerme por mis miedos yo se que el alcoholismo de mi esposo fue y es una batalla para que no vuelva caer.

Entrevistador: ¿Cómo le apoyaban sus hijos cuando su esposo llegaba ebrio?

L: Son niños bueno eran muy pequeños y los mandaba a su cuarto prefería que no se metieran en asuntos de gente mayor.

Entrevistador: ¿Actualmente existe un apoyo por parte de sus hijos? ¿Cómo se siente y cuál es el hijo que más le apoya?

L: Si mis hijos me apoyan y saben a dónde voy me cuidan y mas mi hija que está a mi lado los adoro a mis cuatro hijos pero Marcela me ayuda también en casa y con sus



hermanos y me entiende es por ellos que no me dejo vencer porque me dan todo su apoyo es una niña muy adorable aunque ya está creciendo mucho y sé que ya no es niña pero para mí todos mis hijos son mis niñitos.

Entrevistador: ¿Cuándo se dio cuenta que necesitaba ayuda para enfrentar el problema de su esposo?

L: Cuando mis hijos lloraban bastante sus notas cambiaron me di cuenta que su vicio si nos estaba afectando tanto a él como a mi familia y no podía dejar que siga avanzando me puse un alto sabía que no podía dejar que mis hijos sufran y busque información en el internet me di cuenta que mi esposo necesitaba ayuda y le conté todo y él me dijo que no era alcohólico fue duro que él se diera cuenta para que busque ayuda, apoyo a mi esposo sé que es difícil hasta uno piensa que no se puede salir de esta enfermedad del alcoholismo porque cuantas veces recayó mi esposo un tiempo sobrio y después la recaída y es difícil a veces tenía ganas de tirarlo todo y que se vaya de la casa y rehacer mi vida con mis hijos pero me daba pena después tantos años a su lado y dejarlo así que se fregué tampoco yo lo quiero y no lo dejo sigo a su lado luchando juntos él cuando esta sobrio es una persona tranquilo, trabajador.

Entrevistador: ¿Cuándo se dio cuenta que usted también necesitaba ayuda?

L: Por mis hijos también me informe por el internet el busco ayuda y está tratando de cambiar eso espero que cambie para el bien de nuestra familia, sé que para el nuestros hijos son lo más importante por ellos hago todo él piensa lo mismo.

Entrevistador: ¿Quién le hablo del grupo AL-ANON? ¿Cómo se sintió al saber del grupo?

L: Me hablo una paciente fue una coincidencia porque me comento que iba a un grupo donde lo apoyan a uno sobre el problema del alcoholismo de su esposo gracias a Dios porque fue el que me coloco a esa paciente cuando fue a mi consultorio y me hablo de su esposo que era alcohólico ella asistía a un grupo de apoyo a familiares, amigos de persona que sufre alcoholismo y sin darse cuenta ella me ayudo mucho, yo



sabía que en otros países habían esos grupos pero no pensé que en Tarija existía pero no puedo negar que dude mucho y tanto pensar me anime asistir a su reunión, al principio me sentí incomoda al hablar del problema que padecía mi marido pero ahora estoy feliz de asistir me cambio por completo.

Entrevistador: ¿Desde qué tiempo asiste al grupo?

L: Hace 9 años perdón son 8 años cuando decidí ir sentí el apoyo de mis hijos bueno cuando hago alguna actividad mis hijos me alientan y apoyan para realizarlo como cuando entre a formar parte del grupo me apoyaron y cuando realizo otras actividades como cuando decidí tomar un taller mi hija me apoyo y cuido de sus hermanos mi esposo también mostro interés en mis decisiones, ahora soy coordinadora del grupo me gusta serlo salgo de la rutina y trato de ayudar a las personas que asisten al grupo de informarles todo lo que necesitan saber.

Entrevistador: ¿Cómo se siente al ser miembro de AL-ANON?

L: Contenta porque tratamos de inculcar que todo empieza por uno mismo y buscar soluciones no encerrarnos en los problemas fui yo quien busco primero apoyo pero me siento feliz que mi esposo también busco ayuda tardo pero ya lleva mucho tiempo sin beber alcohol pero sé que es difícil para él, el grupo AL-ANON me cambio me ayudo haber diferente la enfermedad de mi esposo y con sus concejos lo ayude y me ayude a mi misma para que no busque culpables sino soluciones.

Entrevistador: ¿Cómo es su relación con sus hijos desde qué asiste al grupo?

L: Es muy buena los quiero un montón y me apoyan tengo dos ya en la universidad los demás en el colegio.

Entrevistador: Ellos forman parte del grupo AL-ANON ¿Por qué?

L: No están ocupados, al menos para hijos que tienen un padre o madre que es alcohólico es otro grupo que todavía no se ha abierto bueno se cerró existía pero ahora ya no porque no había muchos que asistían.

Entrevistador: ¿Cuáles son los amigos que mas frecuenta?



L: Mis amigas después de mi grupo que también llegaron a ser mis amigas también asistía un señor muy buena gente pero se fue a Santa Cruz.

Entrevistador: ¿Asiste a eventos junto con su esposo? ¿Qué opinan sus amigos con respecto al alcoholismo de su esposo?

L: Si pero más a eventos del colegio de mis hijos mis amigos no me dicen nada pero yo se que saben y lo que piensan pero ahora no me dicen ya nada pero desde que estoy en el grupo aprendí a no poner atención a los demás personas costoso dejar de ir a eventos que antes íbamos como bodas o fiestas, se que para él es muy difícil cada día porque hay mucha tentación y peor en una fiesta a veces aceptamos en ir pero nos retiramos temprano porque no quiero que recaiga de nuevo.

Entrevistador: ¿Qué actividades realiza? ¿Cómo se siente al realizarlas?

L: Estoy en la mesa directiva del colegio de mis hijos y trabajo y soy coordinadora del grupo AL-ANON me gusta estar ocupada pero haciendo cosas que me gustan hacer.

Entrevistador: ¿Cuál es su trabajo?

L: Soy odontóloga acabe mi carrera después de tener a mi hija tarde cuesta salir de una carrera cuando tienes una hija yo tarde pero salí gracias a mi mamá que me apoyo cuando salí busque trabajo después me case por civil con mi marido.

Entrevistador: ¿Trabaja todo el día?

L: No todo el día solo en la mañana y en la tarde son pocas hora me encanta mi profesión pero a veces me estresa es porque me exijo demasiado y quiero que todo salga perfecto es que todo tiene que hacerse bien mas en mi trabajo para que vuelvan también para que me recomienden con otras personas si realizo bien la curación el paciente quedara satisfecho y volverá otra vez, hay que estar concentrada porque si no puedes causar un daño al paciente.

Entrevistador: ¿Y lo mismo se exige en su casa?



L: Cuando una idea se me mete en la cabeza lo tengo que realizar si o si o sino todo el tiempo tengo esa idea en mi mente y cuando mis hijos me dicen déjalo mami si no sale no sale pero yo me pongo a realizar una receta ni para que me tiene que salir como dice en el recetario creo que soy muy terca, me recuerdo que eso me decían con el problema de mi esposo luce mucho para que mi familia este bien busque ayuda y lo logre aunque sé que cada día es difícil para mi esposo aun así seguimos luchando recuerdo que mis amigas, mis hermanos me decían que soy muy terca una sonsa con un hombre que en vez que me ayudar en la casa solo sabe tomar pero yo seguía con él no lo puedo negar a veces deseaba dejarlo irme con mis hijos pero no lo hice fue muy difícil pero aprendí a no dejarme vencer por los problemas.

Entrevistador: ¿Cómo se siente al realizar tantas actividades?

L: Es muy cansador no lo puedo negar a veces me despierto temprano y no puedo volver a dormir y empiezo hacer en la casa antes de ir a mi trabajo y en ese tiempo pienso que abría pasado si me hubiera divorciado como estaría ahora él y yo pero prefiero dejar de pensar eso porque mi familia ahora está bien y mis hijos están bien y eso es lo que realmente importa mis hijos su felicidad también la mía y cuando mi familia está unida se que todo saldrá bien, sé que mi esposo pone toda su parte para seguir adelante se esfuerza, eso me motiva mas para dejar esos pensamientos que me afectan pensar positivamente es mejor no hundirse, pero no te puedo negar que a veces tengo ganas de viajar lejos y no volver un buen tiempo eso pienso cuando estoy muy enojada pero después veo a mis hijos y al hablar con ellos se me pasa esa sensación y sé que no debo huir y buscar una solución a los problemas después estoy de nuevo mejor, lo importante es tranquilizarse eso es mejor, mis hijos son mi pilar son todo para mí seguí preguntando ya debe ser tarde.

Entrevistador: Si pero no se preocupe ¿Usted tiene amigos con quienes se apoya con respecto a la enfermedad de su esposo? ¿Cómo se siente?

L: Si con mis amigas que son muy pocas que me apoyan aunque no me lo dicen mucho pero sé lo que piensan de mi esposo y ahora no me juzgan por la enfermedad del alcoholismo de mi esposo también me siento apoyada por el grupo de AL-ANON



que me cambio mi perspectiva de mi vida que también llegaron a formar un lazo de amistad con migo, sobre todo mi familia me gusta estar con mi familia y daría todo por ellos son mi pilar en mi vida ellos me hacen sentir que no debo dejar de luchar y por eso la vida me da mucho

Entrevistador: ¿Con cuál de sus amigos realiza alguna actividad? ¿Y cuál es esa actividad?

L: Si salimos a veces a San Jacinto a San Andrés a pasear o les invito a los kermes o actividades del colegio de mis hijos, con mis hijos salgo donde mayormente ellos deciden por que soy muy fácil de convencer con mis hijos me cuesta decir no algunas cosas que me piden mis hijos pero cuando tengo que ponerme fuerte lo hago pero se que mis hijos son todo para mi trato de estar juntos realizar actividades para distraernos con eso me siento muy contenta después de estresarme en la semana me siento feliz contenta cuando hago algo con mi familia, eso es toda la entrevista parece que nos pasamos de hora

1.12.2. CASO N° 2

Entrevistador: Buenas noches ¿cómo está usted?

N: Bien no más es que es una semana muy ajetreada.

Entrevistador: ¿Cuál es su nombre? ¿Cuántos años tiene?

N: Mi nombre ya lo conoces, tengo 37 años

Entrevistador: ¿Cuál es su fecha de nacimiento?

N: Nací el 25 de mayo de 1979 recién paso mis cumpleaños.

Entrevistador: Estudios cursados.

N: Salí de la universidad soy profesional estudie enfermería.

Entrevistador: ¿Cuántos años tiene su esposo?

N: Tiene 38 si 38 años porque me lleva con un año por eso me acuerdo de su edad.

Entrevistador: ¿Cuántos años lleva de casada?



N: Ya son muchos años debe ser 8 años usted se refiere de lo civil si ya son 8 años porque antes de casarme por el civil conviví con él, con eso mas son muchos años que estoy a su lado.

Entrevistador: ¿Cuántos hijos tienen?

N: Tengo 3 hijos son pequeños todavía.

Entrevistador: ¿Cuánto tiempo tiene su esposo consumiendo alcohol en exceso?

N: Mucho tiempo serán 8 años y más porque yo no me daba cuenta.

Entrevistador: ¿Cómo lo conoció?

N: En una fiesta del matrimonio de mi hermana Nora él era amigo de un conocido de mi hermana me pareció un hombre muy divertido.

Entrevistador: ¿Cómo era la relación de novios?

N: Fue rápido, lo conocí andamos un poco tiempo y me embarqué de primer hijo, conviví con él después me case, espere que salga primero me apoyo él para que salga.

Entrevistador: ¿Qué ocupación tiene su esposo?

N: Él es transportista y se reunían mucho para tomar, compartir con sus amigos ellos siempre comparten, ahora se burlan de él pero yo le digo que es mejor que no les haga caso al menos ya entendió, se dio cuenta de su problema con el alcohol fue quien busco ayuda primero eso me hace sentir bien.

Entrevistador: ¿En el tiempo que usted salía con el cómo lo describiría a su esposo?

N: Un buen hombre porque me ayudaba y ambos estudiábamos yo trabajaba y estudiaba cuando lo conocí el también estudiaba, trabajaba a la vez como yo pero yo salí me faltaba muy poco para salir, cuando nació mi hijo ya estaba haciendo los papeles para salir, me puse viva me acomode en un hospital, pero él lo dejo porque estábamos ya viviendo, el prefirió trabajar con su papá de transportista porque se gana nomas decía él, luego cayó en el problema del alcohol y eso es malo destruye todo están difícil salir de ese vicio y cuesta salir adelante pero se logra.



Entrevistador: ¿Tenía algún problema con el alcohol?

N: No pero tal vez así lo quería ver yo porque de casada me di cuenta que tomaba mucho, es feo ver como se hunden por ese vicio y cuesta verlo tomando todos los días, su cambio de bueno a malo, caprichoso, agresivo, con todos como tuviéramos culpa de lo que le pasa.

Entrevistador: ¿Su esposo asiste a AA?

N: Si está asistiendo pero es difícil como no está mucho tiempo le cuesta porque ya recayó pero eso me dijeron que va ser costoso para él dejar de beber esta un tiempo sin beber y de nuevo cae en el alcohol así estamos por lo menos esta todavía sin beber todavía hay que vigilarlo es difícil tengo que confiar en él cuesta pero tengo que pensar que todo saldrá bien.

Entrevistador: ¿En qué ocasiones tomaba su esposo? ¿Cuál era su explicación con su excesivo consumo de alcohol?

N: En eventos de la universidad después cada vez con sus amigos del trabajo cuando dejo de ir a la universidad la pasaba mas compartiendo con sus amigos del trabajo, todo era pretexto para tomar y así se fue metiendo al vicio le pedía una explicación él me decía que éramos jóvenes porque no tomar y solo son unas cuantas copas que yo exageraba como siempre.

Entrevistador: ¿Cuándo su esposo llegaba ebrio a su casa cómo se sentía en ese momento?

N: Mal frustrada por todo mis bebes eran pequeños, me daba rabia y luego nos gritábamos le reclamaba peleábamos eso era lo malo porque mis hijos veían esos problemas se que no es bueno para ellos que le estamos afectando, me daba ganas de dejarlo pero a donde iría es difícil encontrar un lugar de un día al otro, pero ya estoy mejor, se que está cambiando.

Entrevistador: ¿Por qué seguía a su lado?



N: Por mis hijos ya tengo tres con él como dejar a mis hijos sin su papá son pequeños mi hijo tiene 9 el otro 7 y el ultimito tiene 5 añitos como negar que estén con su papá son varoncitos los tres necesitan a su papá para que les guie también pensaba que dirían la gente me case a mi me enseñaron que no es bueno el divorcio pero ahora cambie ese pensamiento yo se que hacia mal pero lo bueno es que el ya está en tratamiento y espero estar mejor en el futuro.

Entrevistador: ¿Cómo es la relación de su esposo con usted?

N: Mi relación es buena no más el está mejor cuando no toma como decidió salir de ese vicio se dio cuenta que porque yo le decía pero él no quería entender su respuesta siempre era yo no soy un alcohólico como puedes pensar eso de mi si solo tomo cuando yo quiero y si quiero lo puedo dejar le hable tanto que me canse de esperar, antes no nos soportábamos pero ahora estamos mejor espero que cada día sea mejor, por mi parte estoy tranquila.

Entrevistador: ¿Y cuándo se encontraba ebrio?

N: Que te digo era más difícil no lo soportaba me enojaba de todo por su culpa el me hacia enojar siempre estaba enojada con todos pero ahora trato de tranquilizarme se que él está tratando de salir de ese vicio, tengo que comprenderlo porque no es fácil con empeño lo lograremos.

Entrevistador: ¿Cómo es la relación de su esposo con sus hijos? ¿Y cuándo se encontraba ebrio?

N: Es buena él los quiere son sus hijos pero antes sentía que no los quería porque tomaba y no le importaba que lo vean así, recuerdo que mis hijos solo lo veían tomado lloraban, él se enfadaba, gritaba que no sabía callar a mi hijo me daba ganas de dejarlo todo luego se iba a seguir tomando que ejemplo les daba pero ahora está mejor les pone ahora está tratando de entenderlos ir a jugar con ellos por lo menos les pone atención ya no escucho esos gritos por parte del eso es muy importante está cambiando por ellos.

Entrevistador: ¿Cómo es la relación de usted con sus hijos?



N: Es buena trato de estar con ellos a pesar que trabajo busco tiempo para estar a su lado y de hablar con ellos ayudarlos en sus tareas, estoy pensando sacar vacaciones para estar a su lado porque está llegando su cumpleaños de uno de mis hijos el del medio y quiero estar con él.

Entrevistador: ¿Quién cuida a sus hijos cuando usted trabaja?

N: Esta casa es de mis suegros aquí vivimos, cuando yo trabajo ellos están con mi suegra ella no están mala les cuida bueno yo también coopero en la casa porque vivo aquí espero comprar mi casa para eso falta mucho.

Entrevistador: ¿Cómo le apoyaban sus hijos cuando su esposo llegaba ebrio?

N: Eran pequeños y prefería no hablar de eso con ellos porque pensaba que no entenderían trataba que no se vean así pero sé que ellos sufrían mucho por esa situación.

Entrevistador: ¿Actualmente existe un apoyo por parte de sus hijos? ¿Cómo se siente y cuál es el hijo que más le apoya?

N: Mis hijos me apoyan a mí y tratamos de salir adelante porque eso es importante, el más grandecito me ayuda porque sabe lo que está pasando su papá, él dice que nunca tomara alcohol porque es malo, mis hijos son lo único bueno que tengo también quiero a mi esposo desearía que todo salga bien que él ya no volviera a caer en el alcohol lo único que me queda es ser fuerte para seguir adelante por mis hijos.

Entrevistador: ¿Cuándo se dio cuenta que necesitaba ayuda para enfrentar el problema de su esposo?

N: Cuando me dijeron que mis hijos pueden terminar así, me hablo mi amiga yo le contaba todo lo que pasaba con mi esposo ella me decía que debería buscar ayuda, cuando un día en el hospital entro como siempre entran accidentes vi un niño pequeño como la edad de mi hijo menor estaba rota su cabecita por culpa de su papá que estaba borracho le golpeo me identifique con el caso, me dolió le dije a su mamá que lo dejara era una jovencita que no debería soportar esos tratos que lo haga por su hijo ella lloraba yo empecé a llorar junto con ella me di cuenta cómo puedo aconsejar



a otros y yo sigo con él no busco una solución para mi familia más que hablaba con mi amiga me hizo entender que mis hijos merecían algo mejor sabes señorita es difícil aceptar que tu también estas ayudando a que la situación siga así no es bueno el también busco ayuda espero que ese vicio se quede en el pasado y no sé si ya nos daño como familia lo que sé es que ahora es apoyarnos mutuamente para que nuestra familia este mejor.

Entrevistador: ¿Cómo se dio cuenta su esposo que necesitaba ayuda?

N: Él se dio cuenta solo porque ya no trabajaba porque tomado no puede conducir, como es transportista lo despidieron el dueño le dijo que tenía un problema con el alcohol aun así a él no le importaba hasta cuando estaba borracho lo asaltaron pero aun así no entendía yo le hablaba pero para el siempre fui un exagerada que nadie le entendía y cuando tanto tomar se perdió una semana lo buscamos apareció mal todo un trapo su mamá lo grito él se sentía mal empezó a cambiar porque me conto que vivió cosas que prefería olvidar y que necesitaba ayuda desde entonces está cambiando el ingreso a AA, ahí nos explicaron desde entonces asiste a AA.

Entrevistador: ¿Cuándo se dio cuenta que usted también necesitaba ayuda?

N: Yo me di cuenta también por medio de mis amigas que me apoyan, me cuidan yo sé que también yo soy muy importante yo también importo, en el grupo AL-ANON, estoy aprendiendo muchas cosas como valorarme mas no hundirme sino que paso a paso podre ayudar a mi familia porque tener un miembro alcohólico en tu familia no es fácil manejarlo sola necesito que alguien me aconseje por eso acudo a mi amiga ella me ayuda a decidir algunas situaciones que no puedo controlarlo.

Entrevistador: ¿Quién le hablo del grupo de apoyo AL-ANON? ¿Cómo se sintió al saber del grupo?

N: Mi amiga ella me hablo de ese grupo y que me iba ayudar me animo a asistir lo hice me gusta estar ahí, compartir a veces sus experiencias de las demás personas me ayudan a poder manejar algunas situaciones que estoy pasando.

Entrevistador: ¿Desde qué tiempo asiste al grupo?



N: Hace muy poco serán unos 4 meses ó menos o más el tiempo pasa rápido cuando uno se da cuenta ya pasaron tantos meses pero me ayuda mucho me siento más aliviada al asistir al grupo.

Entrevistador: ¿Cómo se siente al ser miembro de AL-ANON?

N: Mejor es un grupo donde me enseñan nuevas cosas y avanzo cada vez más las quiero un montón llegué a tenerles afecto a unas cuantas especialmente a mi madrina que me ayuda ya cuando tengo un problema, al principio me sentí avergonzada pero ahora tengo más confianza en hablar con ellas tal vez se deba a que ellas pasaron lo mismo o peor que yo siento que me entienden y no me juzgan.

Entrevistador: ¿Cómo es su relación con sus hijos desde que asiste al grupo?

N: Es mejor ha mejorado mucho trato de tranquilizarme mi madrina me enseñó si estoy enfadada por motivos externos como por mi trabajo, por la situación de mi esposo no debo desquitarme con mis hijos que no tienen la culpa de nada ser mas paciente con ellos escucharlos, trato de hacer eso, me siento más contenta porque seguir enojada no me lleva a nada me hago daño mi vesícula empieza a doler prefiero evitar renegar para estar más tranquila se que estando feliz me hace mejor para mí y mi familia

Entrevistador: ¿Cuáles son los amigos que mas frecuentan?

N: Mis amigas pero más me llevo con mi amiga también es enfermera me aconseja, me apoya mucho con el problema de mi esposo se volvió más que una amiga es como mi hermana es mi Cuma somos comadres yo le hice comadre hace mucho tiempo eso nos unió mas.

Entrevistador: ¿Asiste a eventos junto con su esposo? ¿Qué opinan sus amigos con respecto al alcoholismo de su esposo?

N: Trato de evitar, si salgo voy sola pero no a eventos a otros sitios con mi amiga no me juzga solo me pone pensamientos positivos que debo apoyarlo a que salga adelante por mi familia.



Entrevistador: ¿Qué actividades usted realiza? ¿Cómo se siente al realizarla?

N: Trabajo y a veces voy a otro sitio con mis amigas pero no siempre, tengo que ir a mi casa con mis hijos no puedo descuidarlos, igual voy a mi grupo AL-ANON son solo dos veces a la semana así que eso me tranquiliza.

Entrevistador: ¿Usted tiene amigos con quienes se apoya con respecto a la enfermedad de su esposo? ¿Cómo se siente?

N: Mi Cuma como le dije es como mi hermana porque siempre ha estado a mi lado y me apoya me siento feliz al tener a alguien que le importo me cuida y apoya.

Entrevistador: ¿Con cuál de sus amigos realiza alguna actividad? ¿Y cuál es esa actividad?

N: A veces salimos a pasear nos llevamos bien y bueno salir de la rutina eso me hace sentir mejor, porque la rutina te estresa peor en una clínica viene cada clase de gente, bueno salir es una parte muy agradable espero que a la próxima semana estar en vacaciones eso si me relajaría bastante.

1.12.3. CASO N° 3

Entrevistador: Buenos días ¿Cómo se encuentra hoy?

G: Buenos días estoy bien; la entrevista no nos llevara mucho tiempo, tengo que salir a comprar algunas cosas.

Entrevistador: ¿Cuántos años tiene? ¿Y en qué fecha nació?

G: Tengo 53 años soy chapaca naci el 10 de abril de 1963.

Entrevistador: ¿Cuántos años tiene su esposo?

G: Tiene 63 años.

Entrevistador: ¿Hasta qué curso ha estado?

G: Hasta básico, tuve que trabajar desde pequeña, mi papá no me dejo terminar el colegio, quería estudiar tras la muerte de mi mamá fue más difícil, mi papá era muy



machista y no nos hizo estudiar a mí ni a mis hermanas ninguna termino el colegio por eso quiero que mis hijas tengan su carrera, que no sufran lo que yo sufrí.

Entrevistador: ¿Cuántos hijos tiene usted?

G: Tengo 6 hijos dos varones, 4 mujercitas la mayoría de mis hijos son profesionales me faltan que salgan dos pero ya pronto fue difícil pero por mis hijos mi esposo y yo trabajamos mucho.

Entrevistador: ¿Cuántos años lleva de matrimonio?

G: Llevamos 36 años juntos.

Entrevistador: ¿Cuánto tiempo estuvo consumiendo bebidas alcohólicas su esposo?

G: El ya lleva años sin tomar, dejo ese vicio hace mucho tiempo, el comenzó a beber desde que antes que lo conociera el me conto que tomaba desde que era adolescente, pero él ya no toma.

Entrevistador: ¿Cómo era la relación de pareja antes que se casara?

G: Bien no más no pensaba que tomaba después cuando nos hemos vivido llegaba tomadito.

Entrevistador: ¿En ese tiempo, cómo lo describiría a su esposo?

G: Era bien cuando tomaba ya no era

Entrevistador: ¿Cómo me podía explicar mejor?

G: Se perdía su sentido se descontrolaba, discutía, peleamos, el decía que no se acordaba pedía disculpas “ya no voy a tomar”, ya no está tomando a cambiado como le dije señorita ya lleva años sin tomar.

Entrevistador: ¿Usted pensaba que tenía algún problema con el alcohol su esposo?

G: Si él lo acepto tenía su problemas con mujeres antes de conocerme todas le engañaron y por eso tomaba demasiado en fiestas antes que nos cesábamos sus amigos eran borrachos y ellos ya han muerto por estar borracheando el sea retirado ya no quería terminar como sus amigos.



Entrevistador: ¿En qué ocasiones tomaba su esposo? cuénteme.

G: Tomaba con sus compañeros del trabajo, partidos perdían algo o ganaban tomaban, él me decía que mis amigos me han llevado a cenar y de ahí compartimos unas cuantas copas vino la cerveza de eso comenzamos hasta no poder sus amigos lo llevaban tomaban con sus amigos del cuartel cuando se encontraban hasta no poder hemos tomado.

Entrevistador: ¿Cuándo su esposo llegaba ebrio a su casa cómo se sentía? le molestaba, se ponía triste, me podría explicar mejor.

G: Me sentía mal no me gustaba que esté llegando así mis hijos se asustaban y me enojaba mucho y mis hijos solo me veían era momentos que deseo olvidar.

Entrevistador: ¿Por qué seguía usted a su lado en ese tiempo?

G: Por mis hijos él trabajaba yo en la casa no más con mis hijos, él no quería que trabajara tenía que ocuparme a cuidar a mis hijos se enojaba si trataba de trabajar, me decía que no podía descuidar a los niños pero pasando tiempo cambio y antes que salieran mis hijos profesionales trabajamos juntos vendiendo.

Entrevistador: ¿Cómo es la relación de su esposo con usted? ¿Y cuándo se encontraba ebrio?

G: Cariñosamente se acercaba ahora estás diciendo como es el porqué el ya no toma.

Entrevistador: ¿Si como es él con usted como se llevan ahora?

G: Bien como toda pareja a veces nos peleamos pero eso siempre va ver en un matrimonio después el no toma cambió por nosotros, me siento yo confié que él no va volver a tomar porque ya son muchísimos años que no toma contenta nos llevamos bien.

Entrevistador: ¿Y cómo se comportaba él cuando estaba borracho?

G: Él no toma pero cuando tomaba era agresivo.

Entrevistador: ¿Hubo alguna violencia por parte de su esposo?



G: A veces si a veces no venía con buen humor cuando encontraba trabajo pero estaba tomado a veces no, no hay trabajo renegaba se enojaba por la situación que pasábamos sufrí mucho para que mis hijos salgan a delante, pero cuando dejo de tomar mejoro ayudamos a que mis hijos estudien trabajamos juntos como comerciantes ahora tenemos tiendita y lo que entra nos ayuda para nuestros gastos los demás con su trabajo se mantienen solos.

Entrevistador: ¿Cómo es la relación de su esposo con sus hijos?

G: Siempre estaba gritando renegando cuando no tenía trabajo pero desde que no tomo su relación con mis hijos cambio ahora está bien los quiere a sus hijos cuando estaba ebrio mis hijos se asustaban pero como le dije señorita él dejo deber hace años y todo cambio estamos bien cuidamos a nuestros nietos ayudo a mi hija a cuidarlos mientras está trabajando su esposo también trabaja, nos quedamos cuidando a nuestros nietos hay que ayudarles.

Entrevistador: ¿Cómo se lleva usted con sus hijos?

G: Bien si nos llevamos bien les apoyo y ellos a mí me apoyan yo sé que me quieren pero a veces me hacen renegar pero tratamos de seguir adelante saben que lo único que quiero es que salgan profesionales, estén mejor con un empleo.

Entrevistador: ¿Cómo le apoyaban sus hijos cuando su esposo llegaba ebrio?

G: Ellos eran pequeños y se asustaban mucho pero yo mantenía que sobre llevar esa situación que voy hacer me decía si le reclamo se pondrá peor a veces dejaba pasar, él solo se dio cuenta, cambio como le dije ya no toma hace años ha cambiado completamente a lo que era antes.

Entrevistador: ¿Actualmente existe un apoyo por parte de sus hijos?

G: Si ya estamos mejor él ya no toma hace mucho y mis hijos tienen pocos recuerdos sobre eso, mis hijos ya están grandes me apoyan me cooperan con los gastos de la casa sé que me quieren me ayudan a mí y a su papá cuando algo no entiendo ellos me explican, no me gusta pedir que me ayuden mucho porque a veces se molestan yo les doy un cariñito y me piden perdón y que debía a prender hacer sola pero después me



dicen que no me preocupe que están ellas para ayudarme eso me hace sentir mejor mis hijas me quieren lo sé pero me da rabia cuando no entiendo algo.

Entrevistador: Usted no tiene que sentirse mal sus hijas mismas le dicen que están ellas para ayudarla.

G: Si se mis hijas me quieren y me apoyan eso me hace sentir mejor, querer seguir adelante.

Entrevistador: ¿En el tiempo cuando su esposo estaba tomando como se dio cuenta que necesitaba ayuda?

G: Él cuando tomaba solito se dio cuenta que necesitaba ayuda me dijo que cuando él veía a sus amigos morir eso le cambió mucho la vida por eso decidió cambiar, lo logro no toma y trata de ser un buen padre ayuda en la casa estamos bien ahora.

Entrevistador: ¿Cuándo se dio cuenta que usted también necesitaba ayuda?

G: Cuando me hablaron del grupo me dijeron que me ayudarían porque también necesitaba porque yo también importo y todo empieza por uno mismo el cambio, de ahí asistí al grupo AL-ANON.

Entrevistador: ¿Quién le hablo del grupo de apoyo AL-ANON? ¿Cómo se sintió al saber del grupo?

G: Fue uno de sus amigo de mi esposo fui me ayudo mucho con el problema de mi esposo y sobre todo con migo misma me ayudaron a fortalecerme como mujer valorarme y respetarme uno empieza el cambio por uno mismo también aprendí por las situaciones que pasaron me enseñaron a saber lidiar las recaídas, tuve suerte que la fuerza de voluntad de mi esposo de salir del vicio fue más fuerte pero ahora estoy mejor.

Entrevistador: ¿Cuánto tiempo asistió al grupo?

G: Asisto hace mucho tiempo años ya deben ser hace meses que no voy seguido porque no tengo tiempo, solo voy una vez a la semana cuando nos conocimos lleve a alguien que estaba pasando por la misma situación que yo pase por eso nos vimos ahí



la estoy acompañando hasta que se sienta cómoda, conozco a las antiguas les hablo cuando les veo en la calle

Entrevistador: ¿Cómo se sentía al ser miembro de AL-ANON?

G: Muy bien me ayudaron mucho a valorarme como soy y espero que este grupo ayude a las demás personas porque te ayuda a ver la vida diferente que hay más cosas no es bueno ahogarse en los problemas.

Entrevistador: ¿Cómo es su relación con sus hijos desde qué asistió al grupo?

G: Me ayudaron demasiado con mis problemas y a confiar más en mí tratar de tranquilizarme para que no me dañe también a mis hijos cuando uno empieza a valorarse más cambia de actitud con las demás personas eso me pasó a mí cambie con mis hijos me mostré más cariñosa con ellos en vez de gritarles como lo hacía.

Entrevistador: ¿Cuáles son los amigos que mas frecuenta? esto quiere decir con quienes se lleva mejor platican, comparten juntos.

G: Amigos tengo pocos me llevo más con mis hermanas y mis hijas que son las que me ayudan a entender cosas que no entiendo.

Entrevistador: ¿Asiste a eventos con su esposo?

G: Si porque sé que él está mejor, estamos bien los dos pero a muchos eventos no vamos es que estamos más en la casa atendiendo la tienda, salir juntos a fiestas ya no estamos para ir si a bodas pero son muy raras ya no se casan como antes los tiempos han cambiado señorita.

Entrevistador: ¿Qué actividades usted realiza? como ser paseos algo que le haga sentirse mejor.

G: Aparte de estar en mi casa cuidando a mis nietos, vendo en mi tienda de barrio pero también atiende él mi esposo y mis hijos a veces viajo a visitar a mis hermanos mas a mi hermana para saber cómo esta como ahora estoy pensando en viajar esta semana porque me dijeron que está enferma, no hay quien la cuide me preocupó es



mi hermana, después otras veces que viajo me distraigo mucho con eso con mi familia mi esposo.

Entrevistador: ¿Cómo se encuentra su esposo?

G: Bien mi esposo hace tiempo que no toma esta mucho mejor, él trata también de hablar de hacer reflexionar con jóvenes que están tomando los trata de ayudar ya esta mayor también pero lo hace como le digo señorita él es una persona diferente.

Entrevistador: ¿Qué actividades realiza con su familia?

G: Salgo con mis hijas a veces viajamos me distraigo estamos bien ya todas bueno casi todos están saliendo de su carrera eso me sienta feliz por eso me tranquiliza y por eso estoy tranquila, ya es tardecito señorita ya estamos acabando.

Le contaría mas pero estoy apurada no pensé que tenía que salir sino le abría dicho otro día.

1.12.3. CASO N° 4

Entrevistador: Buenas tardes ¿Cómo se encuentra hoy?

J: Buenas tardes estoy bien siéntase cómoda.

Entrevistador: ¿Cuántos años tiene?

J: Tengo 29 años.

Entrevistador: ¿Cuál es su fecha de nacimiento?

J: El 5 de octubre de 1987.

Entrevistador: ¿Cuántos años tiene su esposo?

J: Tiene 36 años es mi mayor, lo conocí muy chica.

Entrevistador: ¿Cuánto tiempo llevan de casados?

J: Te refieres desde que vivimos muchos años pero de casados por el civil ya son 11 años me junto muy chica con él me quede en la secundaria no termine, me embaracé, tuve que vivir con él.



Entrevistador: ¿Cuántos hijos tienen?

J: Tengo tres hijos es muy cansador ser mamá uno piensa que es fácil pero es difícil ya no piensas en ti sino en ellos.

Entrevistador: ¿Sus padres aceptaron que se vaya vivir tan joven?

J: No lo aceptaron ellos me decían que era un vago, no me con venían o era para mí, se enojaron con migo yo tenía unos 15 cuando lo conocí me puse tan caprichosa con el que al final conseguí ir a vivirme con él pensaba que los demás no me querían no querían que sea feliz porque lo amaba, me escapaba por él cuando etas enamorada no entiendes lo que tratan decir las demás personas no te importa nada más que él, eso me pasó a mí, lo sigo queriendo pero es difícil criar hijos por fin entiendo a mis papás, lo importante son mis hijos.

Entrevistador: ¿Cuénteme cuanto tiempo tiene tomando su esposo?

J: Al principio tomaba lo normal pero pasando tiempo tomaba mucho como unos 9 años debe ser ahora está cambiando ya no toma asiste a AA.

Entrevistador: ¿Cómo era su relación con su pareja antes que te cases?

J: Cuando lo conocí éramos los dos jóvenes y nos queríamos mucho como yo estaba en el colegio el ya no estudiaba me enamore el me llevaba a fiestas y tomaba pero lo normal después tomo mucho.

Entrevistador: ¿En el tiempo que salían cómo era él con usted?

J: Era tierno, muy atento pero como toda una pareja uno cambia, en toda pareja siempre existen peleas pero cambia uno aguanta tantas cosas es por los hijos, además lo amo mucho él antes de tomar mucho él era muy bueno cuando empezábamos a vivir juntos no era tan malo y me trataba bien, esperábamos la llegada de nuestro hijo.

Entrevistador: ¿Tenía algún problema con él alcohol?

J: El tomaba lo normal mi papá también tomaba así y mi papá no es alcohólico yo lo veía normal pero cuando él empezó a no darme dinero, tomar días seguidos si venía a la casa me daba muy poco el dinero no es suficiente para los gastos ya todo ha subido



me sentía tan mal que la paraba gritando a mis hijos y me arrepentía por vivirme tan joven en vez de disfrutar mi vida ahora tenía que trabajar lavando ropa sufrí mucho yo y mis hijos pero gracias a Dios mi esposo cambio está en AA lo apoyan mucho yo igual pero para eso pasamos tantas cosas que a veces pienso porque Dios nos manda esas pruebas pero hay que salir adelante y más por mis hijos.

Entrevistador: ¿En qué ocasiones tomaba su esposo? ¿Cuál era su explicación?

J: Tomaba por todo si ganaba su equipo o perdía se iba a tomar con sus amigos o porque hay una boda por todo tomaba su excusa era es mi dinero después me pedía perdón me decía que me amaba, no quería separarse de mí, cuando le contaba a mi mamá me decía que me apoyaría si lo dejara porque era un vago y yo como sonsa seguía a su lado.

Entrevistador: ¿Cuándo su esposo llegaba ebrio a su casa cómo se sentía en ese momento?

J: No soportaba ver como se ponía cuando estaba borracho era muy agresivo, me sentía triste y lloraba mucho, mis me veían así, ellos lloraban con migo recordar me hace mucho daño pero lo estoy superando eso es lo que importa el ahora dejar de pensar en eso sino me lastimo yo sola.

Entrevistador: ¿Por qué usted seguía a su lado?

J: Porque lo amo, es el padre de mis hijos, si lo habría dejado como habría acabado él no lo podía dejar ahora estamos mejor, está saliendo de su problema a cambiado no toma trabaja mucho ya no falta dinero en la casa, es bueno estar así trato de volver a confiar en él .

Entrevistador: ¿Cómo es la relación de su esposo con usted?

J: Actualmente nos llevamos muy bien el me ayuda a cambiado con migo, mis hijos esta mejor que cuando tomaba esta mejor aunque desearía estar mucho más mejor pero estamos avanzando cada vez más.



Entrevistador: ¿Cómo es la relación de su esposo con sus hijos? ¿Y cuándo se encontraba borracho?

J: Antes estaba tan mal que les trataba pésimo a mis hijos más al mayorcito ambos se contestaban, él lo pegaba mucho pero ya ha cambiado, ahora no lo pega está tratando de conversar aunque a veces discuten pero no es como antes, porque ahora se llevan mejor, el cambio es paso a paso, mi familia muy pronto será normal, no lo puedo negar que a veces con esta situación de mis hijos con su papá me hace sentir mal me da ganas de llorar yo no pensaba que mi familia estaría así cuando pelean me da ganas de irme lejos pero al ver a mi hijita pequeña que no puedo mis hijos son lo importante, se que cambiaremos para estar bien todos.

Entrevistador: ¿Cómo es la relación de usted con sus hijos?

J: Ahora buena antes mis hijos me reprochaban por no dejarlo ahora entienden que debemos ayudarlo, que todos somos una familia mis hijos son buenos los quiero tanto quiero que estudien y no estén como en mi situación. Mis hijos me apoyan pero más mi segunda hija M. ella es tierna, me ayuda en casa mi hijo mayor también me ayuda pero me reprochaba por no dejarlo, ahora me comprenden cuando mi esposo llegaba borracho me salían a defender él era muy agresivo por culpa del alcohol me pegaba pero ahora cambio le importan sus hijos y yo por eso cambiamos todos sabes ahora estamos mejor, solo quiero que mis hijos no pasen lo mismo, estudien eso siempre les digo para que salgan adelante a veces me arrepiento de haber vivido desde chica no me importo que mi mamá no quería que estuviera con él pero me puse caprichosa me salí con la mía, mi mamá no quería que me viviera con él pero no le hice caso, tuvo que aceptar por mi embarazo, mis papás no me apoyaron y dejaron que me fuera con mi esposo es mi culpa cuando eres joven piensas que tu pareja te ama y que todo va ir bien no pensé que iba pasar todo lo que me pasó.

Entrevistador: Sus papás ahora le apoyan.



J: Si más mi mamá me perdonaron por mi error por mi capricho me paso lo que me paso pero mis papás quieren a sus nietos y están bien voy a visitar a mis papás a veces los dejo con mi mamá pero no siempre.

Entrevistador: ¿Cómo le apoyaban sus hijos cuando su esposo llegaba borracho?

J: Me abrazaban es muy triste recordar esos momentos pero lo estoy superando y deseo salir adelante con mis hijos todo por ellos.

Entrevistador: ¿Actualmente existe un apoyo por parte de sus hijos? ¿Quién de sus hijos es el que más le apoya?

J: Por mis hijos si tengo apoyo más por mi hija M. que me apoya también apoya a su padre a veces mi acompañaban al grupo cuando no tenia con quien dejarlos.

Entrevistador: ¿Cuándo se dio cuenta que necesitaba ayuda para enfrentar el problema de su esposo?

J: Cuando mi esposo llegó al hospital por intoxicación alcohólica me asuste el mismo se dio cuenta que estaba mal, desde ahí el solito busco ayuda hablamos con los de AA le ayudo mucho más cuando tuvo su padrino quien lo aconsejaba.

Entrevistador: ¿Cuándo se dio cuenta que usted también necesitaba ayuda?

J: Cuando viví eso de que él se podía morir pensé que voy hacer sin él mis hijos me abrieron la mente me decían que yo podía estar sola que ellos me iban ayudar, pero me sentí tan mal con migo misma ahí supe que yo también necesitaba ayuda, que él solo no se habría hecho daño sino a todos en especial a mi no me sentía segura, no sé en qué momento deje de tener confianza en mí deje de pensar en mi solo pensaba en mi esposo o en mis hijos y yo donde quedo, mi hija M. me dijo que debería ser segura con migo misma, me llevo en lo más profundo de mi que decidí buscar ayuda.

Entrevistador: ¿Quién le hablo del grupo de apoyo AL-ANON? ¿Cómo se sintió al saber del grupo?

J: Los del grupo AA me aconsejaron a asistir al grupo AL-ANON que me ayudaría mucho que el grupo es más con familiares de un miembro alcohólico que se reunían



dos veces a la semana me costo en decidir ir pero cuando por fin decidí ir me sentí incomoda pero a medida que asistía me gusto aprendí y sigo aprendiendo.

Entrevistador: ¿Desde qué tiempo asiste al grupo?

J: Estoy ya 1 año es bueno me siento mejor y tranquiliza me ayuda mucho tanto conmigo misma se que todavía necesito mas aprender pero es paso a paso lo lograre cuando uno se llega de dejar de culparse se hace un bien sola comprendí que es mejor buscar soluciones, no hundirse por los problemas.

Entrevistador: ¿Cómo se siente ser miembro de AL-ANON?

J: Saber que no solo yo viví eso que puedo salir de este problema buscar soluciones se puede tener una vida mejor me ayuda mucho ya tengo mi madrina y espero yo también ser madrina ayudando a mis compañeras del grupo aprendí a valorarme a mi misma también se que me falta todavía para llegar a no sentirme culpable por haber tomado decisiones muy equivocadas se que debo de dejar esos pensamientos que me dañan de dejar de pensar así por mis hijos y por mí misma, gracias al grupo también aprendí a saber cómo controlar algunas situaciones que e pasado por las experiencias de las demás.

Entrevistador: ¿Cómo es su relación con sus hijos desde que asiste al grupo?

J: El grupo me ayudo tanto con mi esposo que como con mis hijos esta mejor trato de comprender intento comunicarme con ellos mis hijos me apoyan como yo los apoyo con lo que pueda trato de no estar enojada todo el tiempo de estar bien y relajada más con ellos y estamos mejor.

Entrevistador: Ellos forman parte de grupo AL-ANON ¿Por qué?

J: Algunas veces les llevo se sienten identificados con las historias que cuentan me dicen pasamos lo mismo mami que podemos hacer ves mami hay solución podemos salir adelante siento que ellos se sienten mejor.

Entrevistador: ¿Cuáles son los amigos que más frecuenta?



J: Tengo pocos pero son los que me apoyan es mi grupo AL-ANON ellos me ayudan me comprenden y estar con ellos me siento feliz sentir que tengo a alguien que me quiere.

Entrevistador: ¿Asiste a eventos con su esposo? ¿Qué opinan sus amigos con respecto al alcoholismo de su esposo?

J: Ya no asisto a fiestas hace muchos años no tengo tiempo para eso pero si asisto a kermes o paseamos y mis amigas del grupo AL-ANON me apoyan como mi familia me apoyan.

Entrevistador: ¿Qué actividades usted realiza? ¿Cómo se siente al realizarla?

J: Ahora estoy tratando de hacer cosas.

Entrevistador: ¿Qué cosas me puede explicar?

J: Si hay cursos en mi barrio pero no asisto porque ando ocupada espero darme un tiempo para ir a esos cursos, se reúnen en mi barrio para aprender actividades como cocinar y eso quiero hacer entrar a esos cursos me siento feliz al pensar que voy a ir quiero que comience los curso, mis hijos me apoyan como mi hija M. quien me dijo que son pocas horas, ella me dijo que me ayudarían a cuidar a su hermanita, mi esposo también me dice que valla que no hay problema.

Entrevistador: ¿Usted tiene amigos con quienes se apoya con respecto a la enfermedad de su esposo? ¿Cómo se siente?

J: Si mí grupo AL-ANON como mi madrina que me aconseja mucho me guía, se siento más relajada cuando converso con mi madrina que me enseña a no dejarme vencer por los problemas sino a buscar soluciones, también estoy cambiando para subir mi autoestima sé que estoy cambiando para el bien de mi y de mi familia.

1.12.5. CASO N° 5

Entrevistador: Buenas tardes ¿Cómo se encuentra hoy?

Luz: Buenas tardes, estoy cansada pero voy a contestar sus preguntas no se preocupe.



Entrevistador: ¿De qué trabaja?

Luz: Soy cocinera vendo en el campesino me fue bien hoy acabe todo, pero hay que preparar para mañana de algo tenemos que vivir es difícil pero ya me acostumbre.

Entrevistador: ¿Cuántos años tiene?

Luz: Tengo 40 años.

Entrevistador: ¿Cuál es su fecha de nacimiento?

Luz: Es el 5 de junio de 1976

Entrevistador: ¿Cuántos años lleva casada?

Luz: Años serán más de 20 años

Entrevistador: ¿Cuántos años tiene su marido?

Luz: 41 años.

Entrevistador: ¿Cuántos hijos tienen?

Luz: Dos hijos los dos son varoncitos.

Entrevistador: ¿Cuánto tiempo tiene de consumo de alcohol su esposo?

Luz: Como 10 años ó más pero ya no toma asiste a AA no todos los días va pero asiste.

Entrevistador: ¿Hasta qué curso estuvo?

Luz: Estudie hasta la secundaria luego trabaje un tiempo después me viví con mi esposo.

Entrevistador: ¿Cómo era su relación con su pareja antes de casarse?

Luz: Era buena pero siempre tomaba para mí era normal mi papá igual tomaba y mi mamá no le decía nada también por eso no me molestaba era normal que él sea así era celoso con migo no quería que me junte con chicos porque él decía que no se veía bien yo le hacía caso a todo

Entrevistador: ¿En ese tiempo como le describiría a su esposo?



Luz: Celoso pero lo hacía porque me amaba eso pensaba además es muy atento cuando no toma y es trabajador yo también trabajo de cocinera, cuesta pero está bien para los gastos de la casa, para dar a mis hijos que están estudiando pero no más el menorcito sigue soltero está estudiando no como mi hijo mayor que ya se ha levantado mujer pero trabaja de mecánico.

Entrevistador: ¿Tenía algún problema con él alcohol?

Luz: Si pero como le dije lo vi normal no le ponía atención a su problema, talvez porque una familia es lo importante dejarle no pues mis hijos necesitaban a su padre.

Entrevistador: ¿En qué ocasiones tomaba su esposo? ¿Cuál era su explicación?

Luz: En todas las ocasiones que se le presentaban.

Entrevistador: ¿Cómo cuales?

Luz: En fiestas, bodas en muchas más él tomaba como tomaba hasta quedarse en pedo ahora ha cambiado cuando le pedía explicaciones era muy pocas a veces pero para que preguntarle no me servía mucho se enojaba era peor se iba a tomar más donde se iría prefería no decirle nada.

Entrevistador: ¿Cuándo su esposo llegaba ebrio a su casa cómo se sentía en ese momento?

Luz: Mal que le puedo decir enojada a veces ya ni importancia le daba hacía mi comida, me iba a vender y cuando regresaba ya no estaba en la casa así que no pasaba nada lo malo es que descuide a mis hijos eso me duele pero están bien espero que salgan adelante.

Entrevistador: ¿Por qué usted seguía a su lado?

Luz: Por mis hijos no es bueno dejarlo así pero si pensé dejarlo y lo intente pero él me prometió cambiar volvía con él pero no cambiaba volvía a tomar pero ahora está cambiando de verdad está cumpliendo su promesa.

Entrevistador: ¿Cómo es la relación de su esposo con usted?



Luz: Ahora es buena no más por lo menos el también a veces me ayuda en la casa antes no lo hacía pero ahora esta cambiado eso me siente feliz.

Entrevistador: ¿Y cuándo estaba ebrio?

Luz: Prefiero no recordar pero era muy malo antes nos gritábamos después deje de hacerlo, entendí que no me servía nada peli ando con él por eso decidía dejarlo pero él me convencía y volvía con él.

Entrevistador: ¿Cómo es la relación de su esposo con sus hijos?

Luz: Esta mejor que antes porque como mis dos hijos son varones peor era se gritaban se insultaban ahora ya no es así están tratando de conversar mi hijo mayor está trabajando como mecánico, lo que no me gusta es que a veces toma yo le hablo espero que me haga caso.

Entrevistador: ¿Cómo es la relación de usted con sus hijos?

Luz: Estoy tratando que estemos bien todos yo adoro a mis hijos quiero que estén mejor por eso me sacrifico por ellos quiero verlos profesionales pero mi hijo mayor ya trabaja aunque no entro a la universidad pero mi hijo menor si él es mi esperanza quiero que este bien nada más pido.

Entrevistador: ¿Cómo le apoyaban sus hijos cuando su esposo llegaba ebrio?

Luz: No hacían mucho pero yo se que les dolía ver así a su padre yo trataba de no discutir con él porque empeorar las cosas.

Entrevistador: ¿Actualmente existe un apoyo por parte de sus hijos? ¿Quién es el que más le apoya?

Luz: Si mi hijos me apoyan más mi hijo menor es el que más me apoya me incentiva a seguir a delante él está estudiando civil cuesta pero yo le apoya porque él saldrá adelante con su profesión

Entrevistador: ¿Cuándo se dio cuenta que necesitaba ayuda para enfrentar el problema de su esposo?



Luz: Me di cuenta hace mucho por eso cada vez que lo dejaba el trataba de cambiar yo le apoyaba pero volvía a caer ahora está cambiando y espero que no vuelva a recaer espero que esta vez sea más fuerte su voluntad que el alcohol.

Entrevistador: ¿Cuándo se dio cuenta que usted también necesitaba ayuda?

Luz: Por mis hijos ellos no merecían esa vida trate de alejarme pero no lo conseguí y ahora lo apoyo pero yo también tengo mi grupo de apoyo que es AL-ANON tengo que quererme a mi misma yo también importo eso aprendí en el grupo AL-ANON

Entrevistador: ¿Quién le hablo del grupo AL-ANON?

Luz: Mi amiga ella también vende comida me hablo que tenía a su hermano en la colmena porque tomaba mucho que en el centro había un grupo AL-ANON que ayudaba a los familiares, amigos que tienen a un alcohólico en la familia, me intereso pero no me animaba ella me animo y hasta ahora sigo yendo.

Entrevistador: ¿Desde qué tiempo asiste al grupo?

Luz: Hace mucho tiempo como 1 ó 2 años será pero me ayuda mucho.

Entrevistador: ¿Cómo se siente al ser miembro de AL-ANON?

Luz: Me siento muy contenta hablamos en nuestras reuniones hacemos dinámicas conocí a maravillosas personas que me ayudan apoyan con el problema de mi marido pero no solo eso sino a valorarme a mi misma todo empieza por uno mismo es la frase que siempre decimos, si tú te amas los demás te amaran cuesta que esa frase me lo crea pero es paso a paso eso me dicen ellas y mi madrina pero mi madrina de AL-ANON es quien te aconseja te guía cuando sientas que tienes un problema que no puedes resolver.

Entrevistador: ¿Cómo es su relación con sus hijos desde qué asiste al grupo?

Luz: Es buena me apoyan me encanta ir aprendo buenas cosas nuevas doy gracias a tener un grupo donde no te juzgan sino de tratando de ayudarte para que no te hundas más.

Entrevistador: ¿Ellos forman parte del grupo AL-ANON?



Luz: No ellos están muy ocupados no tienen tiempo.

Entrevistador: ¿Cuáles son los amigos que más frecuenta?

Luz: Más hablo con las cocineras que están al mí alrededor, ah mi amiga que también es cocinera como yo; no tengo tantas amistades pero estoy feliz con las que tengo ah y mi grupo también está formando una parte muy importante en mi vida.

Entrevistador: ¿Asiste a eventos junto con su esposo?

Luz: No trato de evitar lo no quiero que caiga en la tentación, no lo llevo salimos si pero no a eventos donde exista alcohol es difícil esta enfermedad, más para los familiares pero también tengo que pensar en mí.

Entrevistador: ¿Qué actividades realiza como se siente al realizarla?

Luz: No muchas actividades realizo solo como trabajo todo el día charlo con mis amigas que igual cocinan, luego voy los miércoles y viernes al grupo me sugirieron a hacer otras cosas pero no hay tiempo, tengo que trabajar a veces pero muy pocas veces vamos a pasear pero no siempre.

Entrevistador: ¿Usted tiene amigos con quienes se apoya con respecto a la enfermedad de su esposo?

Luz: mi amiga que me hablo del grupo se llama I. es muy buena gente siempre conversamos es alegre y trabajadora es madre soltera cuida a sus tres hijos pero sigue adelante sin importar que solo ella es madre y padre para sus hijos es muy fuerte la quiero es buena amiga.

1.12.6. CASO N° 6

Entrevistador: Buenas noches ¿Cómo esta?

C: Buenas noches estoy bien no más vamos a empezar de una vez.

Entrevistador: ¿Cuántos años tiene? ¿Y su fecha de nacimiento?

C: Tengo 32 años nací el 17 de mayo de 1984 soy de Potosí pero crecí en Tarija.

Entrevistador: ¿Estudios cursados?



C: Soy Auditora salí de la universidad.

Entrevistador: ¿Cuántos años lleva de casada?

C: son 7 años

Entrevistador: ¿Cuántos años tiene su esposo?

C: Tiene 35 años.

Entrevistador: ¿Cuántos hijos tienen?

C: Tengo solo 1 es mi hija la adoro.

Entrevistador: ¿Cuánto tiempo tomo su esposo?

C: No se decir son 3 años o más.

Entrevistador: ¿Cómo era su relación con su pareja antes del matrimonio?

C: Considero que era relativamente tranquila nos llevábamos bien, no teníamos ningún problema como todas las demás parejas es normal pelear pero no peleábamos muy seguido.

Entrevistador: ¿En ese tiempo cómo lo describiría a su esposo?

C: Era tranquilo, atento, social, cada evento que íbamos estábamos bien nos divertíamos me encantaba su compañía, lo sigo amando uno cuando se casa piensa que es para toda la vida y eso pienso.

Entrevistador: ¿Tenía algún problema con el alcohol?

C: Si pero yo al principio pensé que era normal lo que tomaba pero medí cuenta que tomaba en exageradamente pensé que cambiaría cuando nos casáramos.

Entrevistador: ¿En qué ocasiones tomaba su esposo? ¿Cuál era su explicación?

C: Fines de semana, encuentros con amigos, otros. No me daba explicaciones, no me decía nada tampoco yo le interrogaba tenía otros asuntos lo dejaba pasar.

Entrevistador: ¿Cuándo su esposo llegaba ebrio a su casa cómo se sentía en ese momento?



C: Con mucha rabia enojo, nerviosismo, no me sentía bien lo esperaba hasta que llegara y cuando lo hacía me daba tanta tanta rabia pero no lo decía nada porque decir algo si al final ni se va dar cuenta tampoco se va a acordar de lo que hablemos así son los borrachos.

Entrevistador: ¿Por qué usted seguía a su lado?

C: Por algunos sentimientos, por unión familiar ó por mi hija no se decir me case porque lo amo y lo sigo amando pero estoy tan cansada por tratar de ayudarlo a entender que tiene que tiene una hija, una responsabilidad pero es tan difícil a veces soportar esta situación.

Entrevistador: ¿Cómo es la relación de su esposo con usted? ¿Y cuándo se encontraba ebrio?

C: Más o menos tranquila. Se porta muy terco cuando toma es caprichoso cuando está tomando y no se quiere retirar no hace caso solo sabe gritar quiere hacer lo que quiere eso me hace enojar bastante.

Entrevistador: ¿Cómo es la relación de su esposo con sus hijos? ¿Y cuándo se encontraba ebrio?

C: Es muy buena mi hija lo quiere también se que él quiere a su hija. No tiene acercamiento a mi hija en ese estado trato que mi hija no lo vea así para que no lo recuerde en ese estado trato que no se acerque es por el bien de mi hija, es pequeña todavía.

Entrevistador: ¿Cómo es la relación de usted con sus hijos?

C: Es muy buena es mi única hija y la quiero mucho es pequeña tengo que protegerla ese es mi deber como madre es mi rol además es todo para mi.

Entrevistador: ¿Cómo le apoya su hija cuando su esposo llega ebrio?

C: Mi hija era muy pequeña y no me apoya mucho pero espero que mi hija este mal si lo ve así no quiero que le afecte en su crecimiento tu entiendes que para un niño esos recuerdos pueden afectar en su futuro bueno seguí preguntan



Entrevistador: ¿Actualmente existe apoyo de su hija?

C: Aun es pequeña y trato de que no se dé cuenta.

Entrevistador: ¿Cuándo se dio cuenta que necesitaba ayuda para enfrentar el problema de su esposo?

C: Hace mucho, antes de casarnos pero pensé que iba a cambiar pasando tiempo pero nada ahora quiere cambiar pero no sé si él soportara estar sobrio por mucho tiempo pero tengo fe que así sea.

Entrevistador: ¿Cuándo se dio cuenta que usted también necesitaba ayuda?

C: Estando casada con él me di cuenta que yo también necesito ayuda y más por mi hija, yo también importo.

Entrevistador: ¿Quién le hablo del grupo de apoyo AL-ANON? ¿Cómo se sintió al saber del grupo?

C: No lo conocía mucho hasta que me dio la información completa en AA me pareció muy bueno siento que me ayudo mucho estos meses que recién estoy busque ayuda espero estar mejor estoy aprendiendo nuevas cosas para mí y para mi familia

Entrevistador: ¿Desde qué tiempo asiste al grupo?

C: Desde hace tres meses atrás es muy reciente y espero estar mucho.

Entrevistador: ¿Cómo se siente ser miembro de AL-ANON?

C: Más tranquila y cómoda porque uno aprende a valorarse a uno mismo aprender un cambio el cambio empieza por uno mismo, darse cuenta que todo empieza por uno mismo ya no tengo que buscar culpables porque antes lo culpaba más a su familia de él bueno ahora trato de no buscar culpables sino soluciones.

Entrevistador: ¿Cómo es su relación con su hija desde que asiste al grupo?

C: Sigue siendo buena mi niña es muy pequeña para comprender esto.

Entrevistador: ¿Cuáles son los amigos que mas frecuenta?

C: Son pocas amigas que tengo pero siempre están a mí lado.



Entrevistador: ¿Asiste a eventos junto con su esposo? ¿Qué opinan sus amigos con respecto al alcoholismo de su esposo?

C: Rara vez voy a eventos con él mis amigas no opinan o tratan de no decírmelo a mí cara pero sé que se dieron cuenta eso me duele porque no pensaba que esto me pasaría a mí pero lo quiero y sé que saldremos adelante. Al menos tengo el apoyo de mis papás que me apoyan.

Entrevistador: ¿Qué actividades usted realiza?

C: Trabajo es muy monótono y eso un poco me deprime trato de salir con mis amigas pero es en vez en cuando porque ellas también trabajan están casadas como yo tienen hijos es muy costoso dejar a alguien.

Entrevistador: ¿Usted tiene amigos con quienes se apoya con respecto a la enfermedad de su esposo? ¿Cómo se siente?

C: Casi no hablo mucho del tema con mis amigas pero mi mamá me apoya con eso trato de seguir adelante ahora que asisto a AL-ANON estoy aprendiendo a pensar en mí y en mi hija en sí a toda mi familia para poder seguir adelante.

Entrevistador: ¿Con cuál de sus amigos realiza alguna actividad? ¿Y cuál es esa actividad?

C: Somos buenas amigas creo son diré somos 5 amigas y algunas vez solo vamos a cenar ó bailar.

1.12.7. CASO N° 7

Entrevistador: Buenas tardes señora ¿Cómo se encuentra hoy?

S: Estoy bien no más buenas tardes.

Entrevistador: ¿Cuántos años tiene usted?

S: Tengo 36 años

Entrevistador: ¿Cuál es su fecha de nacimiento?

S: Eso más bueno nació el 13 de febrero de 1980



Entrevistador: ¿Hasta qué curso a cursado?

S: Hasta la secundaria

Entrevistador: ¿Cuántos años lleva de casada?

S: Deben ser muchos como 17 años estoy casada.

Entrevistador: ¿Cuántos años tiene su esposo?

S: Tiene 38 años.

Entrevistador: ¿Cuántos hijos tienen?

S: Tenemos 4 hijos.

Entrevistador: ¿Cuánto tiempo llevo consumiendo alcohol?

S: Hace mucho que consume más de 10 años.

Entrevistador: ¿Cómo era su relación con su esposo antes que se casara?

S: Como todos los enamorados buena estábamos en el colegio luego salimos más tiempo, me decidí a vivir con él, estaba locamente enamorada lo quería mucho y por eso me fui a vivir con él además mis papas no me dijeron nada.

Entrevistador: ¿Estuvieron de acuerdo de su decisión?

S: Si mis papás igual se juntaron desde temprana edad no me dijeron nada.

Entrevistador: ¿En ese tiempo como lo describiría a su esposo?

S: Era como todas las parejas bueno y malo pero que pareja no discute, el trabajaba yo me quedaba en la casa de mi suegra ayudar con las cosas en ese tiempo ya estaba embarazada así que tenía que aguantar no más y cuando nos vinimos a vivir a Tarija pensé que estaríamos mejor pero no fue tan bueno el tomaba cada vez no traía dinero a la casa.

Entrevistador: ¿Tenía algún problema con el alcohol?

S.: No tenía muchos problemas tomaba normal pero cambio más aquí ahora está mejor está tratando de salir de esta enfermedad no es fácil cada día hay que estar



vigilando que no vuelva a caer tenemos que estar atentos si falta nos preocupamos pero lo bueno es que estamos mejor ya a cambiado un poco ya lleva un buen tiempo sin beber y está más trabajador, como mis hijos están grandes ellos también me apoyan me llevo bien con ellos tratamos de salir adelante, la enfermedad del alcohólico es bien grave pero hay que apoyar no más que se le va hacer.

Entrevistador: ¿En qué ocasiones tomaba su esposo? ¿Cuál era su explicación con su excesivo consumo de alcohol?

S: En fiestas, matrimonios y al final cada fin de semana y a mediados de semana llegaba borracho no me decía nada solo venia a descansar y cuando le quería decir algo me respondía que solo era dos copitas y nada más pero al final ya no le decía nada porque se renegaba con todos prefería callar.

Entrevistador: ¿Cuándo su esposo llegaba ebrio a su casa cómo se sentía en ese momento?

S: Mal porque me sentía triste, enojada lo malo es que me desquitaba con mis hijos que no tenían la culpa que lo que pasaba, ahora me doy cuenta que no hay que buscar culpables sino soluciones eso aprendí en el grupo.

Entrevistador: ¿Por qué usted seguía a su lado?

S: Porque me sentía que sin él no podía seguir adelante y por mis hijos después me di cuenta que podía salir adelante como muchas personas porque no soy manca puedo trabajar pero antes no pensaba así todo aprendí en el grupo.

Entrevistador: ¿Cómo es su relación actualmente con su esposo?

S: Ahora está mejor nos llevamos bien el trata de cambiar yo le apoyo los dos asistimos a nuestros grupos de apoyo eso nos ayuda bastante a mi me ayuda ya él igual porque si tiene un cambio.

Entrevistador: ¿Cómo es su relación de su esposo con sus hijos? ¿Y cuando estaba ebrio?



S: Mis hijos se llevan bien con su padre pero a veces hay problemas como siempre pero ahora tratamos de comprendernos antes era la casa insoportable el llegaba ni conversaba con ellos ahora lo hace y yo antes tenía que estar atrás de ellos para que me hagan caso era difícil especialmente mi hija pero ahora está mejor pero ya tengo una nieta estaba en su etapa de locura mis otros hijos calmados ella no más de loca andaba.

Entrevistador: ¿Cómo es su relación de usted con sus hijos?

S: Buena pero no tanto como debería ser.

Entrevistador: ¿Su hija vive con usted?

S: Si sigue viviendo con nosotros el hombre la dejo así son otros hombres pero mi hija está saliendo adelante yo cuido a mi nieta trato de ayudarla con lo que puedo bueno ella está trabajando, con eso aporta a la casa nos llevamos bien mis hijos son la parte muy importante para mí aunque mi hija haya cometido su error pero está tratando de salir adelante eso es lo que me importa que trate de salir adelante por su hija porque los hijos siempre necesitan más.

Entrevistador: ¿Cómo le apoyaban sus hijos cuando su esposo llegaba ebrio?

S: Me apoyaban especialmente mi hija mayor me aconseja a veces me acompaña a la reunión tratamos en ayudar a su padre por que salir del alcoholismo no es fácil y me siento feliz al sentirme apoyada tanto por mi familia como por parte de mis amistades.

Entrevistador: ¿Actualmente le apoyan sus hijos? ¿Cuál es la que le apoya más?

S: Mi hija es la que más me apoya me incentiva a salir con sus hermanos a pasear ir al grupo de AL-ANON a veces me incentivan a entrar a cursos que dan en el barrio de costura, vamos con mi hija es bueno aprender eso te ayuda mucho me siento más útil.

Entrevistador: ¿Cuándo se dio cuenta que necesitaba ayuda para enfrentar el problema de su esposo?



S: Mi hija me hablo y mis otros hijos de que estaban sufriendo mucho por lo que decidí más por ellos que él busque ayuda lo tratemos de internar en la colmena pero él no quería estar ahí después que lo dejamos un tiempo el reflexiono pero estaba mal y busco ayuda fue es difícil vivir cada día pensar que vuelva a recaer otra vez porque ya recayó otras veces ahora está mejor.

Entrevistador: ¿Cuándo se dio cuenta que usted también necesitaba ayuda?

S: Yo también busque ayuda me hablaron del grupo AL-ANON que era para familiares de los alcohólicos al principio no quería ir pero después me anime y asisto.

Entrevistador: ¿Quién le hablo del grupo AL-ANON?

S: Cuando fuimos a la colmena a informar nos me comentaron que yo también necesitaba ayuda me explicaron del grupo AL-ANON una señora muy amable me invito que asistiera que me ayudaría mucho.

Entrevistador: ¿Desde qué tiempo asiste al grupo?

S: Ya voy como tres años algo así asisto me gusta asistir a veces no voy pero por motivos muy urgentes como los miércoles a veces hay reunión de mis hijos.

Entrevistador: ¿Cómo se siente el ser miembro del grupo AL-ANON?

S: Feliz porque me comprenden y hablamos hacemos dinámicas nos apoyamos entre sí más los que vienen me ayudado mucho este grupo.

Entrevistador: ¿Cómo es su relación con sus hijos desde que asiste al grupo?

S: Me ayudado a comprender a mis hijos y más que todo a mí porque yo soy importante también mi familia hay que buscar soluciones no ahogarnos por lo malo.

Entrevistador: ¿Ellos forman parte del grupo AL-ANON?

S: Mis hijos rara vez me acompañan pero yo la mayor parte asisto sola me siento tranquila al poder ayudar a otras personas como mí experiencia como otras me ayudan con su experiencia pero sé que cuando van ellos entienden de como sufre también su papá con su enfermedad.



Entrevistador: ¿Cuáles son los amigos que mas frecuenta?

S: Tengo amistades pero me llevo más con mis hijos bueno más con mi hija.

Entrevistador: ¿Asiste a eventos junto con su esposo?

S: Tratamos de evitar donde existe mucho alcohol pero vamos a lugares donde no hay kermes del colegio de mis hijos estamos un tiempo y luego nos vamos.

Entrevistador: ¿Qué actividades usted realiza?

S: Mi hija me lleva a cursos vamos las dos a clases de costura estoy aprendiendo tal vez con eso mi hija pueda trabajar estar mejor yo le puedo ayudar.

Entrevistador: Tiene planes para el futuro ¿Cuál?

S: Si mi hija quiere abrir una tienda de sastrería yo le voy a ayudar por eso estamos aprendiendo yendo a esos cursos a veces vamos toda la familia a pasear y mi grupo me ayuda porque después de mi reunión con ellos me siento más contenta.

Entrevistador: ¿Con cuál de sus amigos realiza una actividad?

S: Mi madrina me ayuda yo también fui a mi madrina tuve que ayudar y me encanto ayudar a una nuevo miembro de nuestro grupo a veces al hacer actividades me distraigo y compartimos todos me siento feliz.

1.12.8. CASO N° 8

Entrevistador: Buenas noches señora ¿Cómo se encuentra hoy?

K: Buenas noches estoy bien.

Entrevistador: ¿Cuántos años tiene? ¿Cuál es su fecha de nacimiento?

K: Tengo 32 nací el 15 de septiembre de 1984

Entrevistador: ¿Estudios cursados?

K: Soy profesional soy auditora trabajo en una empresa de transporte.

Entrevistador: ¿Cuántos años lleva de casada?

K: Llevo 6 años de matrimonio.



Entrevistador: ¿Desde qué tiempo consumía alcohol su esposo?

K: No sabría decirte pero me comentó mi suegra desde que tenía 16 años tomaba..

Entrevistador: ¿Cuándo lo conoció a su esposo?

K: Lo conocí por medio de una amiga que siempre me apoya me lo presento aunque no me interesaba nadie.

Entrevistador: ¿Cómo le trataba cuando salían juntos?

K: Lo veía una vez a la semana cuando trabajaba en otra institución, él me recogía cuando iba al gimnasio el me llevaba a comer ahora no me da nada él me iba a recoger lo veía sobrio no pensaba que tomaba seguido su mamá me contó que el tomaba desde joven que se perdía días pero eso me entere después que ya estaba embarazada.

Entrevistador: ¿Cómo se comportaba con usted cuando la recogía?

K: No le veía mal como le dije lo veía una vez a la semana se portaba bien con migo era atento y mis amigas me animaron para que salga con él les hice caso él también era buena gente lo quiero espero que salga de este problema más por mis hijas porque lo adoran.

Entrevistador: ¿Desde cuándo se dio cuenta que el tomaba?

K: Cuando estábamos viviendo juntos porque lo veía días seguido y el estaba tomado como me decían porque hablar con un borracho si no te va hacer caso es perder el tiempo es hablar con la pared porque al día siguiente no se acuerda de nada para en vano discutir con él y lo dejaba pasar le reclamaba cuando estaba sobrio pero él pensaba que solo son copas y no pensaba que era alcohólico y sus familiares me decían que era normal que no es malo tomar una vez porque está bien bueno toda su familia toma bueno su mamá toma y su papá se murió por tomar eso le afecto su hígado pero él pensaba que era normal.

Entrevistador: ¿En qué ocasiones tomaba su esposo?



K: Los fines de semana llegaba tomado en las madrugadas ya ni me daba ganas de abrirle la puerta pero para que los demás me juzguen no por eso le abría cuando íbamos algunos eventos tomaba mucho y no soportaba por su comportamiento que no aguantaba cuando salíamos no era así pero después se mostro como era realmente.

Entrevistador: ¿Cuándo su esposo llegaba ebrio a su casa como se sentía?

K: No lo quería ver pero le tenía que abrir la puerta no le decía nada porque hablar con el no era el momento como le digo los borrachos no hacen caso y prefería que descansara al día siguiente le reclamaba el me decía que le invitaron al menos no tomo todos los días.

Entrevistador: ¿Por qué sigue a su lado?

K: Por mis hijas él solo tiene un defecto tomaba mucho además es buen padre mis hijas son papitis lo adoran más que a mí será porque las consiente mucho, el es un buen padre y mis hijas merecen una familia junta los que se divorcian hacen daño a sus hijos yo eso no quiero para mis hijas quiero una familia unida.

Entrevistador: ¿Y actualmente como se llevan?

K: Nos llevamos bien lo que discutíamos más era por lo que tomaba pero como no está tomando se está rehabilitando él es bueno es bien nomas.

Entrevistador: ¿Cómo es la relación de su esposo con sus hijas?

K: Con mis hijas es buena su relación sus hijas lo quieren mucho y él adora a sus hijas cuando él llegaba ebrio las niñas se asustaban y lloraban mucho pero en todas veces ya que él llegaba en la madrugadas.

Entrevistador: ¿Cómo es la relación de sus hijas con usted?

K. Las quiero mucho son mi razón para seguir adelante sin ellas mi vida sería triste es lo bueno de estar con él son mis hijas aunque son pequeñas una tiene dos años la mayor tiene cinco años pronto cumplirá seis son tan inteligentes como yo son caprichosas bueno su padre las consiente mucho.



Entrevistador: ¿Cuándo se dio cuenta que necesitaba ayuda para enfrentar al problema de su esposo?

K: Ya no soportaba estar en esa situación me afectaba mucho y veía a mis hijas sabia que esta situación no debería seguir así hablé con otras personas y con mis hermanas ellas me aconsejaron que lo dejara pero yo no podía hacerlo, por mis hijas.

Entrevistador: ¿Cuándo se dio cuenta que usted también necesitaba ayuda?

K: Cuando estaba muy triste además mi trabajo me consumía mi salud me estaba afectando, todo me parecía mal pero yo siempre pienso que hay una solución.

Entrevistador: ¿Quién le hablo del grupo de apoyo AL-ANON?

K: Mi hermana me hablo que existía el grupo AL-ANON que es un grupo donde se apoyan entre ellos y que debería ir para ver si realmente me interesaba estar mejor, fui como es en la noche no me afecta en mi trabajo.

Entrevistador: ¿Desde qué tiempo asiste al grupo?

K: Ya voy cuatro meses y me encanta porque ahí no se juzga sino se busca una solución.

Entrevistador: ¿Cómo se siente ser miembro de AL-ANON?

K: Me enseñaron que primero empieza un cambio por uno mismo que se busca una solución y no es bueno buscar un culpable pensar en eso me siento mucho mejor comparto con los demás y estoy más aliviada.

Entrevistador: ¿Cómo es su relación con sus hijos desde que asiste al grupo?

K: Es buena ya no me irrito les tengo más paciencia es buena mi relación con mis hijas aunque no hace mucho mi hijita de dos años se enfermó y paró en el hospital casi una semana pero ahora está mucho mejor esta mas apegada a su papá

Entrevistador: ¿Cuáles son sus amigos que mas frecuenta?



K: Mis amigas somos un grupo desde la universidad nos apoyamos mutuamente salimos con nuestros hijos los fines de semana al cine o pasear a tomatitas me escuchan son mis mejores amigas.

Entrevistador: ¿Asiste a eventos con su esposo?

K: Mis amigas saben lo que pase también mi amiga pasa por lo mismo nos comprendemos ambas y ellas me apoyan aunque al principio me criticaron ahora me apoyan con lo que asisto al grupo AL-ANON.

Entrevistador: ¿Qué actividades usted realiza?

K: Al salir con mis amigas a veces salgo a tomar un café después del trabajo con mis amigas me relajo al conversar son ellas y con mi grupo AL-ANON a las reuniones.

Entrevistador: ¿Usted tiene amigos con quienes se apoya con respecto a la enfermedad de su esposo?

K: Si mi amiga C. ella me aconseja como ella me siento feliz saber que tengo quien me comprenda como yo la comprendo a ella

Entrevistador: ¿Con cuál de sus amigas realiza alguna actividad?

K: Con mi amiga E. que está a mi lado, bueno como trabajo con ella las dos hablamos después de salir del trabajo vamos a otro lado a veces vamos los fines de semana con ella y sus hijos a pasear.

1.12.9. CASO N° 9

Entrevistador: Buenos días ¿Cómo se encuentra hoy?

Y: Bien pero el tiempo esta ventoso eso hace que nos enfermamos, el clima a cambiado.

Entrevistador: ¿Cuántos años tiene y en qué fecha de nacimiento?

Y: Tengo 30 años mi fecha de cumpleaños es el 23 de marzo de 1986 en ese año nací.

Entrevistador: ¿Estudios cursados?

Y: Soy profesional soy profesora de básico, serán estudios universitarios.



Entrevistador: ¿Cuántos años lleva de casada?

Y: Por civil 5 años, porque más antes conviví un tiempo cortó con él antes de casarnos.

Entrevistador: ¿Cuántos años tiene su esposo?

Y: Tiene 28 es mi menor pero con dos años no es mucho.

Entrevistador: ¿Tiene hijos?

Y: No tengo hijos perdí a mi hijo en el embarazo,

Entrevistador: Lo lamento por su pérdida; sigue joven pueden todavía tener.

Y: Gracias pero uno cuando pierde no es lo mismo pero estamos queriendo volver a intentar a que me vuelva a embarazarse quiero ser mamá quiero tener una familia porque siempre se necesita tener hijos en una familia, que más me va preguntar.

Entrevistador: Desde que tiempo tomaba alcohol su esposo.

Y: No sé cuánto desde que lo conozco toma debe ser 6 años o más pero no se decirte exactamente cuántos años.

Entrevistador: ¿Cómo era su relación con él cuando empezaron a salir juntos?

Y: Bien me hacía sentir mejor a su lado pero ahora no sé porque me hizo que me guste no soy perfecta pero él tampoco era un buen moso no es tan lindo pero tal vez por sus detalles fue que me enamore de él.

Entrevistador: ¿En ese tiempo cómo lo describiría a su esposo?

Y: Normal tomaba pero quien no toma solo que después me di cuenta, lo extraño a veces pienso que estaba con él por costumbre ni hijos tenemos, bueno un que estuve embarazada pero lo perdí no sé cómo seguía a su lado.

Entrevistador: ¿Tenía algún problema con él alcohol?

Y: Lo normal era bueno para mí, yo igual tomaba pero él lo hizo más seguido no lo veía mal me acuerdo que si le gustaba divertirse a quien no le gusta divertirse yo



igual me divertía aunque tengo mi problema con mis pies yo igual salto corro me divierto como todas o más.

Entrevistador: ¿En qué ocasiones tomaba su esposo? ¿Cuál era su explicación?

Y: En fiestas, partidos siempre compartíamos yo también pero no todo el tiempo como él, él exageraba con su exceso de tomar.

Entrevistador: ¿Cuándo su esposo llegaba ebrio a su casa cómo se sentía en ese momento?

Y: Mal yo llegaba de trabajar lo único que quería era descansar pero él con su borrachera me enojaba al día siguiente me desquitaba con él pero ya no le contaba nada no era más como pareja yo no confié con él.

Entrevistador: ¿Por qué seguía a su lado?

Y: No sé cómo explicar ni hijos tengo pero como dejarlo que se destruya tal vez me acostumbre a él mi mamá y mis hermanos me decían que lo deje porque estar a su lado si ni hijos tengo con él; era una loca por estar con él.

Entrevistador: ¿Sus papás como se lleva con su esposo?

Y: Ahora bien antes no lo soportaban me decían porque estaba con él, tal vez por eso seguía a su lado si lo quiero pero no sé explicar porque aguante tantas cosas con él.

Entrevistador: ¿Cómo es la relación de su esposo con usted? ¿Cuándo estaba ebrio?

Y: Prefería no hablarle lo dejaba ahí cuando estaba tomado pero cuando estaba sobrio conversábamos en tener hijos no tengo ninguno todavía, deseo tenerlo, tengo todo para darle; un trabajo gano bien siga preguntando.

Entrevistador: ¿Cómo se dio cuenta que necesitaba ayuda para enfrentar el problema de su esposo?

Y: Cuando perdí a mi hijo quería ser madre pero estaba tan preocupada en él que me olvide de cuidarme todo me paso yo soy profesional soy profesora de básico puedo mantenerme bien me compre un auto reciente mente pero daría todo por ser mamá sé



que me es difícil tal vez no tuve antes porque no pase mal con un padre borracho dios sabe lo que hace me pone tantas pruebas pero lo bueno es que está cambiando.

Entrevistador: ¿Cuándo se dio cuenta que usted también necesitaba ayuda?

Y: Cuando deje de poner atención a mis actividades estaba aprendiendo a tocar el violín y lo deje todo por no me sentís capacitada para aprender soy mayor me es más difícil pero mi familia me apoya me hizo entender que pude salir adelante con mi discapacidad también puedo hacer esto que soy una persona fuerte no me puedo dejar vencer tan fácil, saber eso me tranquiliza.

Entrevistador: ¿Quién le hablo del grupo AL-ANON? ¿Cómo se siente al saber del grupo?

Y: Fue cuando mi esposo asistía a AA yo le acompañe una vez y me quede hablando con una señora me invito a formar parte del grupo que era AL.ANON me explico que era un grupo de apoyo para los familiares y amigos que tienen problemas con alcohol de dijo que me ayudaría a mí en especialmente.

Entrevistador: ¿Desde qué tiempo asiste al grupo?

Y: debe ser desde el otro año como unos 9 meses debe ser o más.

Entrevistador: ¿Cómo se siente al ser miembro de AL-ANON?

Y: Bien salgo a reunirme con ellas eso me anima, ellas me animaron para seguir con actividades que antes realizaba y no encerrarme en mi casa eso es malo me hace daño a mí yo tengo esa fuerza de no dejarlo tengo que dejar esos malos pensamientos, estoy tratando de tranquilizarme para mi bien, soy una persona que siempre estoy alegre no dejo que me hunda en la tristeza y estar en AL-ANON me sienta feliz estar en un lugar donde te apoyan.

Entrevistador: ¿Cuáles son los amigos que más frecuenta?

Y: Mis cumas ellas son las que más me animan hablo con ellas, están trabajando en otros colegios yo siempre trato de llevarme bien con todos.

Entrevistador: ¿Asiste a eventos junto con su esposo?



Y: No mucho con él está en tratamiento no quiero que vuelva a caer prefiero evitar ir a eventos con él.

Entrevistador: ¿Qué actividades usted realiza? ¿Cómo se siente al realizarlos?

Y: Voy a mis clases de violín también deseo a entrar a aprender hacer repostería es bueno estar ocupada en algo que no es malo.

Entrevistador: ¿Usted tiene amigos con quien se apoya con respecto a la enfermedad de su esposo? ¿Cómo se siente?

Y: Si aparte de mi familia mi Cuma, mi madrina del grupo AL-ANON quienes saben que él tomaba pero ahora está en AA me alientan a seguir adelante me animan para ir a otras actividades, es muy bueno para mí.

Entrevistador: ¿Con cuál de sus amigos realiza una actividad?

Y: A ver si hacemos cosas juntas más con mi Cuma pero también tiene su familia sus hijos a veces no tiene tiempo, les invito a mis exposiciones que hacemos a veces salgo a distraerme no me hace bien encerrarme en mi cuarto.

Entrevistador: Tiene miedo estar sola

Y: Un poco por eso salgo me distraigo.

Entrevistador: ¿De qué tiene miedo?

Y: A veces tengo pensamientos pero siempre es a sentirme sola de no haber podido tener hijo mucho más por haber perdido uno eso te marca más cuando tu pareja no te apoya sino esta en fiestas tomando, sé que se me disculpa con migo pero no cambia lo que paso aun así estamos juntos él está tratando de salir de este vicio que nos hizo tanto daño.

1.12.10. CASO N° 10

Entrevistador: Buenas tardes ¿Cómo se encuentra hoy?

M: Buenas tardes me encuentro bien.

Entrevistador: ¿Fecha de su nacimiento?



M: Nací el 16 de mayo de 1983

Entrevistador: ¿Estudios cursados?

M: Acabe la secundaria está estudiando en la universidad pero lo deje.

Entrevistador: ¿Cuánto tiempo lleva casada?

M: Son como 6 años bueno estás diciendo por civil si son 6 años pero hubo un tiempo que conviví con él antes.

Entrevistador: ¿Cómo era su relación con su esposo antes de casarse o convivir?

M: Buena todo cambia

Entrevistador: ¿Me puede explicar cómo lo conoció y como era él?

M: Como te lo digo atento cuando me conquistaba ves lo bueno, cuando vives con el ves lo que realmente es, no te puedo decir que fue malo era muy divertido pero cambio desde que empezábamos a vivir juntos.

Entrevistador: ¿Cómo cambio con usted?

M: En todo tal vez fue porque me embarace y con un hijo tienes que trabajar dejar no me arrepiento de tener a mis hijos pero si no me hubiera vivido él ya hubiera salido profesional lo deje por mi embarazo no termine y ahora trabajo en mi salón de belleza es bien tengo que trabajar.

Entrevistador: ¿Sus padres le apoyaron?

M: Si me apoyaron hasta que termine mi instituto aprendí ahora quiero abrir mi propio salón.

Entrevistador: ¿Tenía algún problema con el alcohol cuando lo conoció?

M: Tomaba lo normal pero poco a poco se metía al alcohol ya está dejando de tomar va a AA es donde le apoyan pero fuman mucho eso no me gusta sé que está cambiando estoy consciente de esta cambiando.

Entrevistador: ¿En ocasiones tomaba su esposo? ¿Cuál era su explicación?



M: Como siempre en fiestas más que todo pero compartía lo normal con sus amigos pero a veces era seguido cuando le decía algo se enojaba me decía que era su dinero que era una tonta sabes duele recordar pero para que ya todo está cambiando.

Entrevistador: ¿Cuándo su esposo llegaba borracho como se sentía?

M: Furiosa gastaba el dinero en sus estupideces pero como él decía era su dinero como meterme a eso pero está cambiando ya no toma espero que realmente este cambiando, borremos así el pasado y formar bonitos recuerdos, para nuestra familia mas por mis hijos.

Entrevistador: ¿Por qué seguía a su lado?

M: Aunque todos te abran dicho pero es así por mis hijos lo aguante como dejarlos sin su papá que no los vea es su papá sus hijos siempre lo necesitaran quien soy yo para separarlos.

Entrevistador: ¿Cómo es la relación de su esposo con usted? ¿Y cuándo se encontraba ebrio?

M.: Ahora es bien ha cambiado el trago hacia que cambie él es bueno solo cuando toma no lo aguantaba solo quería que se valla, pero está cambiando ya lleva un tiempo si tomar eso lo reconozco.

Entrevistador: ¿Cómo era tu relación de su esposo con sus hijos? ¿Y cuándo se encontraba ebrio?

M: Ahora bien les pone atención lo que hacía en su colegio antes no le ponía atención solo le importaba tomar no le importaba sus hijos, ha cambiado demasiado esta con sus hijos hablan eso me demuestra que está cambiando.

Entrevistador: ¿Cómo le apoyaban sus hijos cuando su esposo llegaba ebrio?

M: Eran pequeños no se daban cuenta eso pensaba pero sé que si les afecto pero ya van dos años que no toma está mejorando.

Entrevistador: ¿Actualmente existe un apoyo por parte de sus hijos? ¿Cómo se siente y cuál es el que más le apoya?



M: Mis hijos son pequeños no se meten en estos asuntos.

Entrevistador: ¿Cuántos años tiene sus hijos?

M: Tienen 12 el mayorcito después sigue mi hija tiene 8 años luego el pequeño tiene 6 años ellos solo con su presencia me ayudan son mis hijos por ello tengo que ser fuerte.

Entrevistador: ¿Cuándo se dio cuenta que necesitaba ayuda para enfrentar el problema de su esposo?

M: Paso bastante cosas en mi vida él no quería darse cuenta que era alcohólico pero más cuando por andar de borracho casi muere lo asaltaron estuvo en el hospital mucho tiempo por todo eso cambio pero eso fue lo que le hizo cambiar yo no pensé que necesitaba todo eso para que recién reaccionara.

Entrevistador: ¿Cuándo se dio cuenta que usted también necesitaba ayuda?

M: Por la ayuda de mis amigas en el salón donde me entiende comprenden todo lo que pase con mi esposo nos ellas mis compañeras mis amigas para darme cuenta todo lo que me paso ellas me dijeron que necesitaba ayuda les comente que su padrino de mi esposo de AA me había sugerido asistir al grupo AL.ANON es un grupo de apoyo para los familiares y amigos de un miembro alcohólico, animaron para asistir que no debería tener miedo.

Entrevistador: ¿Quién le hablo del grupo de apoyo AL.ANON? ¿Cómo se siente saber del grupo?

M: Su padrino de mi esposo de AA sentí curiosidad por el grupo pero no me animaba ir pero lo hice me siento bien en asistir.

Entrevistador: ¿Desde qué tiempo asiste al grupo?

M: Hace mucho debe ser ya 6 o 7 meses o más el tiempo pasa rápido.

Entrevistador: ¿Cómo se siente ser parte del grupo AL-ANON?



M: Me alivia el peso que tenia sentí tan mal comprendí que el cambio empieza de uno mismo a empezar en mi también en mi familia, estoy empezando a tranquilizarme ya no me siento tan tensa como antes, trato de dejar esos pensamientos que me dañan estoy pensando en confiar en el que cambiara que seguirá yendo a su grupo AA que se ayudan para seguir adelante eso me hace sentir mejor, comprendo que estamos cambiando para el bien de nuestra familia.

Entrevistador: ¿Cómo es su relación con sus hijos desde que asiste al grupo AL-ANON?

M: Ya no soy tan enojona trato de son reír darles atención que necesitan yo quiero a mis hijos son el motor de mi vida por ellos sigo adelante.

Entrevistador: ¿Ellos forman parte del grupo AL-ANON?

M: No son pequeños les dejo con mi mamá ellos me lo cuidan cuando estoy ocupada.

Entrevistador: ¿Cuáles son los amigos que mas frecuenta?

M: Las de mi trabajo mi amiga Sara pero más que ella las tengo todos los días son las que más me animan a seguir adelante es mi trabajo pero me siento feliz al realizarla siento que es lo que realmente gusta hacer.

Entrevistador: ¿Asiste a eventos junto con su esposo?

M. No tengo todavía miedo que vuelva a tomar por eso trato de evitar eventos se que esta tiempo si tomar años dos pero tengo miedo si vuelve a tomar se que volveríamos como antes prefiero olvidar eso.

Entrevistador: ¿Qué actividades usted realiza?

M: Trabajo voy a mi grupo estoy con mis hijos eso no más no hay tiempo para otra cosa, pero mi trabajo no están pesado me gusta realizarlo ahí trabajo con mis amigas hablamos de cosas me divierto a mi manera pero nos divertimos entre todas.

Entrevistador: ¿Usted tiene amigos con quienes le apoyan con su problema de su esposo?



M: Mi mamá, mi amiga Sara es la que más me ayuda, es mi confidente, todas las demás también me apoyan.

Entrevistador: ¿Con cuál de sus amigas realiza alguna actividad?

M: No tengo tiempo tengo que trabajar pero ahí converso con mis amigas me distraigo me hacen reír.

Entrevistador: Sale a pasear con sus hijos

M: A veces pero son muy pocas les llevo al parque o vamos a la víbora el fin de semana para distraerse, eso no más después trato de compartir en la casa con ellos.