

Monitoreo entre la sesión 5 y la sesión 6 del grupo experimental

PREGUNTAS		<i>n</i>	%	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>p</i>																															
¿Practicó la meditación entre sesión 5 y sesión 6?	Sí	19	95	.95	.22	.00																															
	No	1	5				¿Cuántas veces?	Ninguna	1	5	3.95	2.96	.29	1 a 2	6	30	3 a 4	5	25	5 a más	8	40	¿Qué dudas tuvo entre sesión 5 y sesión 6?	Ninguna	14	70	1.13	2.12	.000	Observación	3	15	Respiración	1	5	Depuración	1
¿Cuántas veces?	Ninguna	1	5	3.95	2.96	.29																															
	1 a 2	6	30																																		
	3 a 4	5	25																																		
	5 a más	8	40																																		
¿Qué dudas tuvo entre sesión 5 y sesión 6?	Ninguna	14	70	1.13	2.12	.000																															
	Observación	3	15																																		
	Respiración	1	5																																		
	Depuración	1	5																																		
	Otro	1	5																																		

La tabla presenta que el 95% practicó la meditación entre la sesión 5 y la sesión 6 y el 5% no lo practicó, el 40% lo realizaron de 5 a más veces, el 30% de 1 a 2 veces, el 25% entre 3 a 4 veces y el 5% no lo realizó; el 70% manifiesta que no tuvo ninguna duda entre estas sesiones, por otro lado el 15% nos manifiesta que tuvo dudas con lo que respecta a la Observación, el 5% relacionadas con la Respiración, el 5% en Depuración y el otro 5% refiere otros sucesos.

Monitoreo entre la sesión 6 y la sesión 7 del grupo experimental.

PREGUNTAS		f	%	M	DE	p																																					
¿Practicó la meditación entre sesión 6 y sesión 7?	Sí	18	85	1,05	,510	,000																																					
	No	2	15				¿Cuántas veces?	Ninguna	1	5	2,40	1,465	,074	1 a 2	10	50	3 a 4	7	35	5 a más	2	10	¿Qué dudas tuvo entre sesión 6 y sesión 7?	Ninguna	11	55	2,20	2,745	,000	Interiorización	1	5	Observación	1	5	Respiración	2	10	Depuración	1	5	Concentración	2
¿Cuántas veces?	Ninguna	1	5	2,40	1,465	,074																																					
	1 a 2	10	50																																								
	3 a 4	7	35																																								
	5 a más	2	10																																								
¿Qué dudas tuvo entre sesión 6 y sesión 7?	Ninguna	11	55	2,20	2,745	,000																																					
	Interiorización	1	5																																								
	Observación	1	5																																								
	Respiración	2	10																																								
	Depuración	1	5																																								
	Concentración	2	10																																								
Otro	2	10																																									

La presente tabla refiere que el 85% practicó la meditación entre la sesión 6 y la sesión 7 y el 15% no la practicó, el 50% lo realizaron de 1 a 2 veces, el 35% de 3 a 4 veces, el 10% de 5 a más y el 5% no realizó ninguna meditación, el 55% manifiesta que no tuvo ninguna duda entre estas sesiones, por otro lado el 30% tuvieron dudas en la Respiración, Concentración y otros sucesos, y el 15% tuvieron dudas en Interiorización, Observación y Depuración.

Monitoreo entre la sesión 7 y la sesión 8 del grupo experimental.

PREGUNTAS		<i>n</i>	%	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>p</i>																															
¿Practicó la meditación entre sesión 7 y sesión 8?	Sí	18	85	1.05	.51	.00																															
	No	2	15				¿Cuántas veces?	Ninguna	1	5	4.10	2.15	.04	1 a 2	3	15	3 a 4	7	35	5 a más	9	45	¿Qué dudas tuvo entre sesión 7 y sesión 8?	Ninguna	15	75	1.20	2.29	.00	Observación	2	10	Depuración	1	5	Concentración	1
¿Cuántas veces?	Ninguna	1	5	4.10	2.15	.04																															
	1 a 2	3	15																																		
	3 a 4	7	35																																		
	5 a más	9	45																																		
¿Qué dudas tuvo entre sesión 7 y sesión 8?	Ninguna	15	75	1.20	2.29	.00																															
	Observación	2	10																																		
	Depuración	1	5																																		
	Concentración	1	5																																		
	Otro	1	5																																		

En la presente tabla nos manifiesta que el 85% practicó la meditación entre la sesión 7 y la sesión 8 y el 5% no lo practicó, el 45% lo realizaron de 5 a más veces, el 35% de 3 a 4 veces, el 15% entre 1 a 2 veces y el 5% no lo realizó; el 75% manifiesta que no tuvo ninguna duda entre estas sesiones, por otro lado el 15% reporta que tuvo dudas en relación a la Depuración, Concentración y otros sucesos y el 10% tuvo dudas en la Observación.

Encuesta a Grupo Control*Preguntas de Encuesta a grupo control*

	No		Sí	
	n	%	n	%
¿Recibió alguna terapia entre el día que se le dio su cita y el día de hoy (inicio de taller)?	20	100	0	0
¿Estuvo haciendo algo para manejar su ansiedad durante estos días?	18	90	2	10

La siguiente tabla informa que el 100% del grupo control no recibió ninguna terapia entre el día que se le dio su cita y el día de inicio del taller, así también se observa que el 90% no estuvo haciendo nada para manejar su ansiedad durante estos días y solo el 10% refiere que sí estuvo haciendo algo para manejar su ansiedad durante estos días.

