

Sección 2 Importancia de las creencias espirituales en la vida. Esta sección busca conocer su opinión acerca de la importancia de la espiritualidad en su vida.				
Afirmación	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
11. La espiritualidad me ayuda a definir las metas que establezco en mi vida	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. La espiritualidad me ayuda a decidir quién soy	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. La espiritualidad es una parte de mi enfoque general hacia la vida	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. La espiritualidad está integrada en mi vida	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sección 3. Prácticas espirituales: Esta sección pregunta acerca de sus prácticas espirituales				
Afirmación	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
15. Medito para alcanzar la paz interior	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Leo libros acerca de la espiritualidad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Empleo el silencio para ponerme en contacto con mi yo interior	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Trato de vivir en armonía con la naturaleza	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. A menudo me involucro en programas para cuidar el medio ambiente tales como limpiar el medio ambiente, plantar árboles o en programas de conservación	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Trato de encontrar cualquier oportunidad para ampliar mi espiritualidad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sección 4. Necesidades espirituales. Esta sección pregunta acerca de sus necesidades espirituales				
Afirmación	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
21. Busco la belleza en la vida	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

22. Trato de encontrar respuestas a los misterios de la vida	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. Trato de alcanzar paz interior y armonía	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. Realmente disfruto escuchar música	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. Estoy buscando un propósito en la vida	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26. Mi vida es un proceso de conversión y está en constante evolución	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. Necesito tener una conexión emocional fuerte con las personas que me rodean	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. Mantener y nutrir las relaciones con los demás es importante para mí.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29. Estoy desarrollando una filosofía significativa de la vida	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Apéndice D

Análisis de confiabilidad

Tabla 1

Confiabilidad de la prueba COPE

	<i>Alpha de Cronbach</i>	<i>N° de ítems</i>
Postergación del afrontamiento	0.49	4
Supresión de actividades competentes	0.77	4
Soporte social instrumental	0.55	4
Planificación	0.61	4
Afrontamiento activo	0.55	4
Enfocar y liberar emociones	0.79	4
Acudir a la religión	0.73	4
Soporte social emocional	0.77	4
Reinterpretación positiva y crecimiento	0.61	4
Aceptación	0.61	4
Negación	0.57	4
Uso de humor	0.63	4
Desentendimiento mental	0.73	4
Desentendimiento conductual	0.48	4

N=34

Tabla 2

Confiabilidad la prueba SQ

	<i>Alpha de Cronbach</i>	<i>N° de ítems</i>
Autoconciencia	0.80	10
Creencias espirituales	0.87	4
Prácticas espirituales	0.81	6
Necesidades espirituales	0.88	9

N=34

Apéndice E

LOS DOCE PASOS DE ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS

1. Admitimos que éramos impotentes ante el alcohol, que nuestras vidas se habían vuelto ingobernables.
2. Llegamos a creer que un Poder superior a nosotros mismos podría devolvernos el sano juicio.
3. Decidimos poner nuestras voluntades y nuestras vidas al cuidado de Dios, como nosotros lo concebimos.
4. Sin miedo hicimos un minucioso inventario moral de nosotros mismos.
5. Admitimos ante Dios, ante nosotros mismos, y ante otro ser humano, la naturaleza exacta de nuestros defectos.
6. Estuvimos enteramente dispuestos a dejar que Dios nos liberase de nuestros defectos.
7. Humildemente le pedimos que nos liberase de nuestros defectos.
8. Hicimos una lista de todas aquellas personas a quienes habíamos ofendido y estuvimos dispuestos a reparar el daño que les causamos.
9. Reparamos directamente a cuantos nos fue posible el daño causado, excepto cuando el hacerlo implicaba perjuicio para ellos o para otros.
10. Continuamos haciendo nuestro inventario personal y cuando nos equivocábamos lo admitíamos inmediatamente.
11. Buscamos a través de la oración y la meditación mejorar nuestro contacto consciente con Dios, como nosotros lo concebimos, pidiéndole solamente que nos dejase conocer su voluntad para con nosotros y nos diese la fortaleza para cumplirla.
12. Habiendo obtenido un despertar espiritual como resultado de estos pasos, tratamos de llevar el mensaje a los alcohólicos y de practicar estos principios en todos nuestros asuntos.