

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Ciencias Sociales y Humanidades

**¿Existe una relación entre la consciencia de la muerte y la
responsabilidad sobre el sí mismo?**

Proyecto de investigación

Paula Melissa Cevallos Larrea

Licenciatura en Psicología

Trabajo de titulación presentado como requisito para la obtención del título

de

Licenciada en Psicología

Quito, 15 de diciembre de 2015

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ
COLEGIO DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES

**HOJA DE CALIFICACIÓN
DE TRABAJO DE TITULACIÓN**

**¿Existe una relación entre la consciencia de la muerte y la responsabilidad
sobre el sí mismo?**

Paula Melissa Cevallos Larrea

Calificación:

Nombre del profesor, Título académico

Sonja Embree. PhD

Coordinadora de Psicología

Firma del profesor

Quito, 15 de diciembre de 2015

Derechos de Autor

Por medio del presente documento certifico que he leído todas las Políticas y Manuales de la Universidad San Francisco de Quito USFQ, incluyendo la Política de Propiedad Intelectual USFQ, y estoy de acuerdo con su contenido, por lo que los derechos de propiedad intelectual del presente trabajo quedan sujetos a lo dispuesto en esas Políticas.

Asimismo, autorizo a la USFQ para que realice la digitalización y publicación de este trabajo en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Firma del estudiante: _____

Nombres y apellidos: Paula Melissa Cevallos Larrea

Código: Colegio de Ciencias Sociales y Humanidades

Cédula de Identidad: 1719326439

Lugar y fecha: Quito, diciembre de 201

RESUMEN

La sociedad actual, en constante cambio, demanda también de las instituciones a cargo del manejo de las ciencias, nuevas adaptaciones para los nuevos problemas. La falta de responsabilidad sobre el sí mismo, parece ser el causante de muchos conflictos que persuaden la humanidad. La consciencia de la muerte, esta sesgada por una cantidad de creencias y tabús infinita. ¿Es posible que la consciencia de la muerte traiga más responsabilidad sobre el sí mismo? durante esta investigación el propósito es descubrir si existe o no una relación entre estas dos consciencias. Existe mucha literatura que respalda esta asociación, tanto en corrientes occidentales como orientales (Osho 2014), (Kubler Ross, 2004), (Moody, 1975). Se utilizará un modelo de investigación cualitativa de grupos focales que haga un análisis de contenido, dirigido a medir los indicadores de la responsabilidad sobre el sí mismo. Se armaran dos grupos focales, uno que haya tenido una experiencia cercana a la muerte, y otro que no. Se anticipa encontrar una diferencia significativa en la incidencia de indicadores con un mayor puntaje en el grupo que se conforma de personas que han tenido una experiencia cercana a la muerte. Este estudio propone nuevas técnicas que pueden ayudar a toda la comunidad terapéutica, adaptándose a las nuevas necesidades de las generaciones más jóvenes. Palabras clave: Experiencia cercana a la muerte, responsabilidad sobre sí mismo, herramienta en la terapia.

ABSTRACT

Today's society, constantly changing, also requires from institutions responsible for the management of science, new adaptations to new difficulties. The lack of responsibility on the self seems to be the root of many conflicts that persuade humanity. The awareness of death is biased by an infinite number of beliefs and taboos. It is possible that the consciousness of death bring more responsibility on the self? This investigation's purpose is to discover whether there is a relationship between these two consciousnesses. There is considerable literature supporting this association in both, Western and Oriental, streams (Osho 2014) (Kubler Ross, 2004), (Moody, 1975). A model of qualitative focus group research, with a final content analysis aimed at measuring indicators of responsibility of the self, is used to accomplish the purpose. Two focus groups, one who has had a near-death experience, and one that hasn't. It is expected to find a significant difference in the incidence of indicators with a higher score in the group that is made up with people who have had a near death experience. This study proposes new techniques that can help all therapeutic community, adapting the solutions, to the moving requirements of the younger generation.

Keywords: Near death experience, responsibility on the self, therapy tool.

TABLA DE CONTENIDO

Introducción.....	7
Revisión de la literatura.....	12
Metodología y diseño de la investigación.....	22
Resultados anticipados.....	29
Discusión.....	31
Limitaciones.....	34
Investigaciones futuras.....	35
Referencias bibliográficas.....	36
Anexo A: Poster publicitario.....	38
Anexo B: Ética.....	39
Anexo C: Instrumentos.....	47

INTRODUCCIÓN

En tiempos actuales, en el pensamiento colectivo, nace un nuevo cuestionamiento, no solo en áreas de estudio, como en el área de psicología, sino en la fuerza colectiva y humana, la necesidad de cambio representa una urgencia y los cambios vienen también con nuevos descubrimientos. Las transmutaciones que atestán nuestra espacialidad, vienen comprometidos con una nueva forma de experimentar la experiencia vital, los cambios que no solo son sociales, sino también climáticos, demográficos, geográficos, urgen de nuevas formas de vivir. La responsabilidad sobre el sí mismo, es más que nunca, necesaria.

A lo largo de la historia humana, la muerte ha venido experimentando diversos cambios dentro de los contextos culturales de cada espacio y tiempo. La mortalidad se ha encontrado cada vez con más obstáculos en relación a la cercanía de su portador. El ser humano cada vez se encuentra más alejado de la muerte, cada vez más lejano de su propia mortalidad, y según varias corrientes filosóficas, este factor implica que el ser humano, al estar lejano a su mortalidad, entonces también se encuentra alejado de su vitalidad (Osho, 2014). Una nueva corriente surge en este presente, como respuesta misma al alienamiento de la muerte y sus implicaciones, las generaciones más jóvenes, vienen con una urgencia de reencontrar la muerte (Aries, 2012). Este factor resulta ser muy conveniente, y esto se entenderá en el contexto general de la investigación.

En la edad contemporánea, la humanidad enfrenta un problema de dimensiones invisibles que persiste en ambos hemisferios del planeta. La enajenación o el alienamiento del sí mismo. Distintos factores que enajenan al ser humano de su propia naturaleza juegan múltiples papeles dentro de esta dinámica, las “distracciones masivas”

vienen pintadas de distintos matices y colores, pero todos ellos cumplen con el papel de distractores. Varios filósofos, psicólogos y hasta economistas se han percatado de este fenómeno acompañante de las generaciones contemporáneas. Tanto Hegel, como Feuerbach y hasta Marx han planteado este problema desde distintas visiones. Feuerbach lo planteo como la falta de responsabilidad del sí mismo, Hegel como un abandono espiritual y Marx como una alienación productiva (Palacios, 2009). En términos muy generales, la falta de responsabilidad sobre sí mismo viene a ser un problema muy grande en muchas áreas de nuestra sociedad actual.

Entonces, ¿la falta de responsabilidad sobre sí mismo vendría a significar un problema social que excede los límites de lo que la psicología engloba? La falta de compromiso consigo mismo y la autodisciplina, siendo esta un sinónimo de la responsabilidad del sí, ¿lleva al ser humano a enfrentar problemas políticos, sociales, económicos, ambientales, etc.? Existen varias corrientes filosóficas que sostienen esta afirmación. Para el filósofo Martin Heidegger, la responsabilidad sobre el sí mismo vendría a ser el eslabón que a este mundo le falta para acabar con muchas de las fuentes de la miseria humana (Heidegger, 1927). De igual forma, para Viktor Frankl, si el hombre viviese en más contacto consigo mismo y en responsabilidad de sus acciones, enfrentaríamos menos contradicciones sociales y personales (Frankl, 1987).

Observando estos fenómenos bajo un mismo panorama, ¿podríamos relacionar la disminución en la conciencia de la muerte con la disminución de la conciencia del sí mismo? ¿Estos factores pueden estar ligados a múltiples fenómenos sociales aversivos que la humanidad enfrenta en este momento? Con el propósito de encontrar si existe una relación positiva entre estos sucesos, la investigación que ha sido confeccionada, busca

responder la siguiente pregunta, ¿existe una relación entre la consciencia de la muerte y la responsabilidad sobre el sí mismo?

El marco teórico que se pretende utilizar dentro de esta investigación se acerca más hacia campos subjetivos de pensamiento. La filosofía y la psicología funcionaran como herramientas precisas para la indagación de esta pregunta de investigación. Como Viktor Frankl argumenta en uno de sus libros, ambas corrientes, filosóficas y psicológicas, deben revisarse mutuamente de forma pragmática, viendo que utilidad pueden ofrecerse entre sí (Frankl, 1987, p. 39). La aproximación cualitativa para un grupo focal con análisis de contenido son básicamente las herramientas de intermediación para los fines de esta investigación. Dado a la versatilidad de los campos estudiados dentro de esta investigación, se complementará tanto en corrientes filosóficas orientales como occidentales, de esta forma, el contexto de los argumentos pretenden alcanzar un nivel de entendimiento y de estudio que pueda sobrepasar las diferencias culturales subjetivas de cada corriente de pensamiento, además, la filosofía y la psicología pretenden actuar como aliadas y no como ciencias de estudio opuestas.

Con esta investigación se pretende entender que tan relacionadas están las consciencias de la muerte y la responsabilidad del sí mismo. Además, se pretende probar de manera más objetiva que la relación entre estas dos características es bastante cercana. Estas expectativas están ligadas a varias experiencias, tanto personales como externas que apuntan hacia una relación positiva entre dichas consciencias. Varias experiencias cercanas a la muerte han tenido como resultado un mayor compromiso de la persona involucrada con su propia vida, esto se relaciona estrechamente a la responsabilidad que uno toma sobre sí mismo. En el libro *Muero por ser yo* de Anita Moorjani (2012), ella concluye y explica como la cercanía con la muerte, y hasta la muerte

en sí misma marco un nuevo comienzo en su proceso vital, uno en el que ella tomó conciencia de sí misma y responsabilidad sobre su propio destino. El propósito de esta investigación es entender si este acontecimiento es un suceso aislado o si la conciencia de la muerte puede verdaderamente ser una herramienta que permite a las personas responsabilizarse de su propia vida.

La importancia de este estudio tiene dimensiones trascendentales, tomando un paso atrevido y utópico, traer conciencia de la responsabilidad sobre el sí mismo a la cotidianidad humana puede erradicar procesos tan aversivos como la guerra o la destrucción medio ambiental. En marcos más alcanzables y pequeños, esta herramienta puede permitir que existan muchas mejoras en los procesos de terapia que acompañan a los pacientes o clientes en distintas corrientes psicológicas, siendo un bien muy importante para el avance de la psicoterapia como ciencia. De hecho, la responsabilidad del sí mismo viene a ser el fin último de prácticamente todas las corrientes psicológicas (Stevens, 1976).

Dentro de este estudio, es conveniente entender la experiencia cercana a la muerte y la definición exacta que hace coherencia con esta investigación. La definición del médico psiquiatra y licenciado en filosofía Raymond Moody, de una experiencia cercana a la muerte, es una percepción propia que tienen las personas que han atravesado una cercanía a la muerte o que han estado clínicamente muertas y en la posteridad han sobrevivido (Moody, 1975). Entonces, básicamente una experiencia cercana a la muerte significa haber atravesado un episodio en el que la muerte, fue una realidad latente en la vida de las personas. Además, conviene definir los términos de credibilidad, que significa que las herramientas de medición utilizadas durante el estudio, están midiendo lo que proponen medir y la transferibilidad que es la capacidad que

tienen los resultados del estudio de transferirse a poblaciones más grandes (Guba & Lincoln, 1994).

Para que los propósitos de este estudio se puedan cumplir, se asume que los participantes responderán con total honestidad a las preguntas que se implanten en el grupo focal, además, se presume que la filosofía y psicología aplicada en este estudio es compatible con la población quiteña mestiza que está presente en el estudio.

A continuación, una revisión literaria que sintonice al lector con los conceptos y el contexto necesario para familiarizarse mejor con la pregunta de investigación, además una descripción detallada de la metodología que será utilizada en la investigación.

REVISIÓN DE LA LITERATURA

Las fuentes que respaldan nuestra investigación son principalmente libros de filosofía y libros de psicólogos que han abordado el tema de la muerte y de la responsabilidad del sí mismo. La filosofía y psicología vienen tanto de orígenes orientales como occidentales. Lo sorprendente es que a pesar de que las culturas de los autores son muy distintas, el aprendizaje acerca de la muerte en relación a la responsabilidad del sí mismo, es bastante parecida en ambas corrientes. Este factor es muy significativo ya que nos permite asumir que esta relación podría ser tan cercana a la naturaleza misma del humano que trasciende diferencias culturales. La elección de estos textos es fruto de una larga revisión bibliográfica que ha pretendido utilizar los textos que al criterio de la investigación, son los más convenientes. La organización seleccionada tiene como finalidad plantear un contexto general de la visión de los investigadores y las herramientas que promovieron la pregunta de investigación. Al principio los temas están organizados individualmente, y al final los temas son planteados en relación mutua.

La muerte, un conocimiento limitado

La muerte, es en sí, la única certeza que nos acompaña en nuestra vida. Mientras la condición sea terrenal, la muerte no sería más que una condición normal, ineludible e imprevisible. En el mundo contemporáneo, la humanidad en general carece de una consciencia real acerca de la muerte, la mayoría de la misma viven en una negación constante acerca de esta realidad o aterrorizados por su existencia. Esta situación desata diferentes reacciones inconscientes, al ser la muerte un fin y no un medio, el consumismo se vuelve un eslabón de consuelo y empieza a convertirse en una especie de prioridad, los beneficios al corto plazo empiezan a cobrar mayor importancia que los beneficios en el

largo plazo, la conciencia ambiental decrece de manera significativa, y de mayor importancia para el fin investigativo, la conciencia sobre la propia vida se ve disminuida. Como consecuencias globales quedamos absortos en una sociedad obsesionada con la juventud el sexo y el poder (Rimpoche, 1994), factores que si pensamos por un segundo, se contraponen en esencia al principio de la muerte. Esta concepción de la negación que rodea la muerte, no se queda únicamente en oriente. Para Elizabeth Kubler Ross, la muerte, en la actualidad infunde mucho temor en el hombre. Este hecho, recluía a la muerte en un plano ignorado que se presentaba como el enemigo de la vida. Las investigaciones de Kubler Ross resultan ser muy convenientes ya que plantean una nueva mirada a la muerte, “un nuevo comienzo” en el descubrimiento de la misma y una aproximación más real a su esencia y no tan imparcial como el acercamiento coloquial que rodea a la muerte de tabús y creencias temerosas (Kubler Ross, 2004). Tanto en oriente como en occidente, la muerte encuentra una conciencia parcializada o incompleta. En oriente, la sexualidad se encuentra reprimida, la sexualidad es una expresión de vida (pues es así como ésta comienza) y la muerte es la finalización de esta expresión. En occidente se reprime la muerte, generando una civilización obsesionada con la juventud y la sexualidad. Ambas expresiones culturales a pesar de utilizar diferentes vías, logran un fenómeno común que es alejar a las personas de la verdadera conciencia de la muerte (Osho, 2014). El doctor Moody plantea que al hablar de la muerte, se evoca inconscientemente un suceso que las personas evitan a toda costa. Evocar la muerte, así sea únicamente durante una charla, plantea la inevitable realidad de enfrentamiento contra la propia mortalidad, este fenómeno contribuye a que este tema se mantenga como un tabú (Moody, 1975). Sin embargo, un movimiento muy nuevo, que engloba las generaciones más jóvenes demanda un acercamiento a la conciencia de la

muerte, despertando en curiosidad y en descubrimientos (Aries, 2012), la consciencia de la muerte, empieza a despertar y con ella, la conciencia de la vida renace (Osho, 2014).

La consciencia sobre la muerte y las experiencias cercanas a la muerte

La consciencia sobre la muerte implica varias cosas. Primero que nada, significa estar plenamente consciente de que la muerte es una certeza. Existen muchas corrientes espirituales, tanto en oriente como en occidente que plantean la consciencia de la muerte como un vehículo para tomar consciencia sobre la vida. Un monje tibetano, conocido por inmergir en la cultura occidental, la cultura oriental, plantea que en el instante real de la muerte (experiencias cercanas a la muerte) puede estar acompañando este suceso con una de las experiencias interiores más profundas y beneficiosas que un ser humano puede experimentar. Esto significaría, que una de las formas para tomar consciencia de la muerte, de una manera muy vivencial es por medio de una experiencia cercana a la muerte (ECM). En la tradición oriental las prácticas generalmente abarcan e incluyen una aceptación de la muerte. En la tradición tibetana se cree que el temor a la muerte está fundamentado en la falta de conocimiento que tenemos acerca de nosotros mismos, de nuestra verdadera naturaleza. Es por esta razón que la muerte es una disciplina que acerca a las personas a un contacto más cercano con el sí mismo y con la naturaleza esencial y espiritual del ser humano (Rimpoche, 1994). En la época contemporánea, dentro de la ciencia de la psicología y la psiquiatría no hay mejores referentes en relación a la consciencia de la muerte que el médico psiquiatra Raymond Moody y la psiquiatra Elizabeth Kubler Ross. Ambos trabajaron, por distintos motivos, aunque movidos por una curiosidad parecida, con moribundos y con personas que han tenido una experiencia cercana a la muerte. Lo curioso de este acontecimiento, es que ambos a pesar de haber trabajado en distintos contextos y en distintas ocasiones, han

narrado una serie de pasos muy similares que toman las personas cuando mueren, además de coincidir fervientemente en que las experiencias cercanas a la muerte y la consciencia que ellos mismos han tomado al trabajar tan cerca de la muerte, es una forma muy efectiva de generar cambios en la vida de las personas (Moody, 1975), (Kubler Ross, 1969; 1975).

A pesar de que las experiencias cercanas a la muerte son un campo de estudio bastante nuevo, investigadoras pioneras como el proyecto AWARE, pretenden sumarle respaldo científico a las bases de esta teoría con muy buenos resultados en la investigación. Este propósito rodea la necesidad de ampliar este tema hacia la comunidad científica de terapia y de psicología para quitarle el matiz de filosofía o de espiritualidad. La indagación científica ha permitido confirmar que las experiencias cercanas a la muerte son un fenómeno que trasciende el estado cognitivo medible de una persona que está cercana a la muerte y se ha logrado confirmar que dichas experiencias tienen un carácter de misterio que es digno de investigación más detallada (Aretxaga-Burgos, 2009).

Responsabilidad sobre el sí mismo y sus tres indicadores

En este estudio se pretende corroborar una posible relación entre la consciencia de la muerte (tomada a través de la experiencia cercana con la muerte), y la responsabilidad sobre el sí mismo. Por esta razón, es importante delimitar que factores van a medir la responsabilidad sobre el sí mismo en las personas que participarán en el grupo focal. Los indicadores se dividirán en tres secciones, dos de ellos presentes en este apartado y uno presente en el siguiente. Los indicadores tendrán un tema en general y contará cada uno con un par de subtemas. La responsabilidad sobre el sí mismo puede ser entendida de varias maneras, sin embargo, muchas de estas coinciden en varios aspectos que han sido los seleccionados para protagonizar los indicadores.

La consciencia sobre el sí mismo, también conocido como el autoconocimiento viene a ser un factor que se repite en varia literatura que habla acerca de tomar responsabilidad, es más, hay varios autores que lo plantean como un paso primordial a dar en el camino de la responsabilidad sobre el sí mismo. El darse cuenta del mundo interior, el empezar a ser consciente de las cosas que suceden dentro de uno son un camino certero al autoconocimiento, este darse cuenta puede venir a estar representado en varios niveles. Un nivel superficial implicaría el darse cuenta de las dolencias físicas, de la presencia del cuerpo o de las emociones que experimento. Un nivel más sutil de la consciencia de uno mismo implicaría entender las raíces de dichas expresiones, es decir, qué es lo que genera en mí dichas emociones o dichas dolencias (Stevens, 1976). Una de las formas de conocerse a sí mismo y tomar consciencia acerca de nuestra esencia es por medio de las preguntas que van dirigidas hacia nosotros mismos, por esta razón, el cuestionamiento interior es uno de los sub indicadores de la consciencia del sí mismo. El segundo sub indicador de esta medida viene a ser el direccionamiento y el conocimiento de las necesidades de las personas. Esto significa que, es un común denominador que las personas que tienen consciencia sobre sí mismas suelen ser personas que tienen un sentido de dirección en la vida, tanto en el corto, como en el largo plazo, de sus necesidades y sus deseos (Osho, 2014).

La responsabilidad del sí mismo también viene medida sobre la responsabilidad que la persona tenga sobre sus acciones. Esto engloba, no solamente el reconocimiento de las acciones propias sino también el reconocimiento de las emociones como una producción personal y el locus de control. Esta sección también podría explicarse como un reconocimiento de las responsabilidades. La responsabilidad sobre sí mismo (medido en acciones, pensamientos y emociones), vendría a ser el segundo indicador y se medirá

por los siguientes sub-indicadores. Para la psicología adleriana, la recuperación de un paciente consta de un proceso de terapia que se centra en proporcionar al paciente o cliente las herramientas necesarias para promover un cambio en el estilo de vida, esto quiere decir que la persona debe asumir un papel de responsabilidad sobre sí mismo en el sentido de tomar consciencia de la responsabilidad de cada uno en sus propias emociones y acciones (Echavarría, 2004). Por otro lado, Viktor Frankl asume claramente que si a un hombre, le hacemos consciente de su responsabilidad como principio básico de su existencia, esto desemboca en un suceso inevitable de la persona en tomar posiciones evaluadoras, lo que nos regresa a nuestro primer indicador que planteaba la consciencia del sí mismo. Refiriéndose a que la consciencia de la responsabilidad aporta a la consciencia sobre el sí mismo. Frankl, también plantea que el miedo a la muerte no es más que un miedo camuflado de tomar responsabilidad sobre la propia vida, pues, con la consciencia de la muerte, viene también la consciencia de la vida (Frankl, 1987).

Otro indicador muy acertado de la responsabilidad sobre el sí mismo y las acciones, es la consciencia del libre albedrío. Solo una persona que es consciente de su mortalidad, es consciente de su libertad y de su libre albedrío (Kubler Ross, 2004). Viktor Frankl tiene una reflexión muy apropiada para este constructo que afirma que al hombre puede quitársele todo, menos su capacidad para decidir (Frankl, 1946), esto es una forma alterna de hablar acerca del libre albedrío, un hombre consciente de su naturaleza y de su libertad, estará consciente de esta capacidad de decisión que tiene, un hombre que no está consciente de esto, no será más que un corcho suelto a merced de las olas. Según otro autor, de corriente hispanoamericana, la vida se constituye de las decisiones que tomamos, de las cosas a las que decimos sí y las cosas a las que decimos no, utilizando nuestro libre albedrío para forjar el camino de nuestra vida. La consciencia del libre

albedrio es una consciencia de responsabilidad que permite a las personas asumir la participación activa que cada uno desenvuelve dentro de su vida, las personas que no están conscientes de esta cualidad inherente a la naturaleza humana, suelen pasar desapercibidas en su proceso vital (Ruiz, 2013).

Por último, una herramienta más ligada al campo psicológico, que nos ayudará también en la medición de este indicador, es el locus de control. El locus de control es la magnitud en la que la gente piensa que los resultados que obtienen en sus vidas están bajo control de ellos mismos por los diferentes recursos que pueden aportar o están bajo control de situaciones externas en las que ellos no pueden influenciar de manera significativa. Las personas que tienen un locus de control interno suelen ser más conscientes de las posibilidades de influencia que tienen sobre sus propias vidas a partir de las decisiones que toman, mientras que las personas que tienen un locus de control externo suelen tomar los resultados en sus vidas como sucesos externos bajo los cuales no tienen ninguna influencia. Las personas que son responsables de sí mismas y tienen un mayor grado de consciencia acerca de sus capacidades, suelen tener un locus de control predominantemente interno (Lefcourt, 1982).

La consciencia de la muerte y la responsabilidad sobre el sí mismo

En la actualidad, existe una vasta cantidad de literatura que relaciona los conceptos de la consciencia de la muerte con la toma de responsabilidad sobre el sí mismo. Frankl, argumenta que el ser yo, implica ser consciente y ser responsable, y que este ser consciente y ser responsable sería muy difícil si tuviesemos un período ilimitado de tiempo en el que se pudiese tomarse consciencia de esto, de hecho, la limitación de la vida, es aquello que despierta el mecanismo de responsabilidad obligándonos a aprovechar el tiempo y a no dejar pasar las oportunidades de crecer y aprender de la

vida, además de llenar la misma de significado y de sentido (Frankl, 1946). No solo para Frankl esto es evidente, para los estudiosos de las experiencias cercanas a la muerte, hablando en este caso del Dr. Moody, él incluye dentro de sus etapas, la última etapa que es el cambio en el estilo de vida de las personas que han tenido dicha experiencia.

Normalmente las personas que han tenido que enfrentar esta experiencia con la muerte argumentan que encuentran que su vida se ha ampliado en profundidad y en significado.

Se reporta también en la mayoría de los casos un cambio en la actitud que se toma ante la vida, haciendo de ésta algo más valioso, lo que implícitamente significa que hay un aumento de consciencia de las personas en la relación que mantienen con su propia existencia (Moody, 1975). Kubler Ross tampoco se queda exenta de este pensamiento, ella sostiene con mucha fuerza que el hombre, cuando integra la idea de la muerte en su concepción de vida, puede empezar a erigir su vida de acuerdo a propuestas mucho más conscientes y con una posición mucho más responsable en relación a la dirección de sus propias vidas. Además, la consciencia de la muerte viene acompañada también de una concepción más realista acerca de la limitación en el tiempo, obligando a las personas a invertir su tiempo en cosas con más significado para ellos y a empezar un camino hacia el autodescubrimiento (Kubler Ross, 2004). Por esta razón, el primer indicador de esta vertiente va a ser la importancia que tiene el buscar sentido en la vida, de esta forma, se puede conocer un poco acerca del sentido de responsabilidad y de dirección que las personas tengan dentro de sus concepciones vitales.

Esta consideración no se limita únicamente a la ciencia de la psicología y al pensamiento occidental, dentro de la filosofía oriental, esta relación entre la muerte y la consciencia del sí mismo, es una asociación muy conocida y validada por distintas corrientes de pensamiento. La búsqueda espiritual de una de las figuras más conocidas de

oriente, el Buda, comenzó a través de la consciencia de la muerte, cuenta la leyenda que los sabios predijeron la venida del Buda, hijo de un rey. El rey no quería que su hijo lo dejase todo por ir a encontrar el sentido de la vida y le pidió a los sabios que evitaran este encuentro con el destino. Los sabios le plantearon al rey que si él quería evitar que su principie dejase de serlo, tendría que evitar que este conozca la vejez, la enfermedad y sobre todo la muerte. El final del relato cuenta cuando Siddhartha sale a su pueblo y se encuentra con la enfermedad la vejez y la muerte, al encontrarse con la muerte entiende que él también morirá y emprende su gran camino a convertirse en el Buda, que significa, el iluminado. Una vez que la muerte nace en el corazón, cambia la manera de vivir, pues la muerte representa un quiebre de una fantasía llamada vida, entonces, la búsqueda se activa y el sentido empieza a demandar mayor importancia (Osho, 2014). La consciencia de la muerte también está vinculada a la aparición de la autodisciplina. La filosofía oriental, en la generalidad establece que solo a través de la consciencia de la muerte es posible la responsabilidad sobre el sí mismo o la autodisciplina. Esto sucede porque cuando eres consciente de que vas a morir, entonces empiezas a replanteártelo todo, y es ahí, cuando la muerte ha sido absorbida por la vida, que la autodisciplina se hace posible. La autodisciplina quiere decir vivir una vida dirigida, una vida con sentido de dirección, vivir una vida consciente y alerta de la muerte, tomando la vida en su completitud, la vida es un inevitable proceso que finaliza en la muerte. Entonces, la vida y la muerte pasan a ser las certezas de la vida, como el ying y el yang que logran su comunión únicamente cuando están en equilibrio. Sin la muerte, la vida no adquiere profundidad (Osho, 2014). En la tradición tibetana, esta realidad también pasa a ser una base elemental de la filosofía. La apreciación de la vida aparece únicamente cuando se es consciente de la muerte. La apreciación de la vida significa múltiples cosas, significa el sentido que uno le

da a la vida, la responsabilidad que uno toma sobre la misma, el valor que cada uno le otorga, etc. (Rimpoche, 1994). El segundo indicador de esta categoría vendría ser la autodisciplina y su profundidad.

En conclusión, la poca consciencia de la muerte que existe en la época contemporánea, las nuevas exigencias de las más jóvenes poblaciones en relación a un reencuentro con la muerte, la nueva tendencia de estudiosos que empiezan a darle importancia a este tipo de áreas de estudio, además de la estrecha relación que se ha planteado entre la consciencia de la muerte y la responsabilidad del sí mismo en corrientes occidentales y orientales de todo tipo, corroboran que el momento de cambios por el que atraviesa el mundo, viene acompañado también de nuevos descubrimientos y de nuevas herramientas que plantean distintas formas de hacer lo que siempre se ha querido lograr. No se pretende implementar una afirmación que ponga a esta manera de lograr la responsabilidad sobre sí mismo como mejor que otras alternativas sino como una más, una nueva forma de ver las cosas que puede abrir nuevos accesos a viejas necesidades.

METODOLOGÍA Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

Para responder la pregunta de investigación, se hace un enfoque cualitativo que tiene como finalidad el análisis hermenéutico. Esta investigación tiene como último fin, discernir si es que existe o no, una relación entre la consciencia de la muerte y la responsabilidad sobre el sí mismo.

El método de investigación cualitativo que se escogerá para este estudio es un grupo focal. A través de este método se recolectará información suficiente que nos permita corroborar la posible relación que se plantea. El diseño de la investigación es bastante simple. El ejercicio de la investigación se deposita en dos grupos focales. Un grupo focal que estará conformado por una parte de la muestra que ha tenido experiencias cercanas a la muerte y el segundo grupo focal que estará comprendido por el restante de la misma muestra, pero ésta parte no ha tenido en su vida ninguna experiencia cercana a la muerte. Una vez confeccionados los grupos, ambos se sumergirán en una experiencia paralela en la que el mismo investigador, presentado de la misma forma, haciendo obediencia al mismo protocolo y a la presentación personal, hará las mismas preguntas a ambos grupos, y se desenvolverá las entrevistas de la misma forma, esto incluye que cada uno de los grupos focales durará una hora, será a la misma hora del día, el mismo orden de las preguntas, la introducción, la conclusión, etc. ambos grupos pasarán por el mismo proceso de preguntas, además de compartir también el mismo proceso de reclutamiento. Ambas entrevistas serán grabadas para el análisis posterior y en ambos casos se hará un análisis de contenido por el mismo investigador.

El grupo focal consiste en un tipo de entrevista grupal de carácter cualitativo que indaga en distintas dimensiones de los entrevistados, tales como emocionales, cognitivas,

sociales en relación a un factor determinado por los investigadores. El material o los datos recolectados en esta aproximación experimental constan básicamente de las respuestas de la entrevista, estas respuestas incluyen los gestos, el lenguaje corporal, el contenido verbal, etc. La apertura de las preguntas permite que este método sea muy efectivo en la hora de indagar factores que necesitan cierta profundidad y compromiso de los entrevistados, además, permite que exista una interacción, reafirmación o negación de las ideas de los participantes por la intervención de sus pares. Este factor es positivo ya que permite que las experiencias sean compartidas y la profundidad de la conversación puede ser mucho más comprometedor y fructífera, especialmente si las personas dentro del grupo comparten una experiencia en específico (Stewart, & Shamdasani, 1990).

Otra ventaja que provee el grupo focal por sobre el resto de diseños de investigación es que permite una indagación más profunda y ambos resultados pueden compararse y ver si existe una relación más fuerte en un grupo u otro. Además, la profundidad que puede alcanzarse con este método puede ayudar a ampliar los campos de investigación con nuevas ideas y conclusiones que pueden alcanzarse tras la discusión de los participantes del grupo focal (Satrauss & Corbin, 1998).

La idea general de realizar el grupo focal es permitir la libre interacción de los participantes con intervenciones mínimas del investigador y sin que este pueda otorgar ningún tipo de juicio de valor sobre los temas que se discuten. Esto permitirá que los datos obtenidos sean más precisos y que los resultados sean mucho más confiables. Al ser una idea tan subjetiva, puesto que pretendemos medir la responsabilidad sobre sí mismo, el grupo focal tiene las mejores características para las necesidades de la investigación. Además, al tratarse de un tema que puede debatirse con mucha profundidad, la conversación se facilita y es fácil de incluir en el grupo, permitiendo que la

participación sea muy activa, dando paso a que el grupo focal se destaque de mejor manera con sus fortalezas que son permitir al investigador saber cómo piensan, sienten o experimentan los participantes, un determinado suceso (Morgan, 1988).

Las preguntas dentro de la entrevista son ocho en total. Una de ellas es una pregunta cerrada que básicamente hace referencia a la existencia o a la no existencia de la experiencia cercana a la muerte, ésta será la única pregunta que mencione la muerte directamente, así intentamos cerciorarnos de que no exista influencia alguna en la respuesta de los participantes. El resto de las siete preguntas, son preguntas abiertas y todas ellas están direccionadas a medir los indicadores de responsabilidad del sí mismo que se revisaron en la sección anterior. Dos preguntas van direccionadas a la conciencia del sí mismo, dos más a la responsabilidad sobre las acciones, una hacia el locus de control y dos más a la relación entre la consciencia de la muerte y la responsabilidad sobre el sí mismo. Cuando ambas entrevistas son completadas, se agradece a los participantes, se cumple con el protocolo establecido y se pasa al análisis de contenido de ambas entrevistas por separado.

El análisis de contenido nos permitirá analizar los datos obtenidos a través de la comunicación verbal de los participantes de manera sistemática y objetiva a través del contenido que se encuentre en los mensajes. Esto se logra a través de la inferencia de contenidos medidos gracias a la presencia o ausencia de indicadores (Bardin, 1996). En el caso específico de este estudio la presencia cualitativa de los indicadores de la responsabilidad del sí mismo que ya se han mencionado en las secciones anteriores, será el indicador que nos permita concluir con la pregunta de investigación y discernir la presencia o la ausencia de la relación estipulada.

La inclinación teórica bajo la cual los indicadores serán medidos viene otorgada por la respectiva inclinación teórica de cada uno de los indicadores. Estos serán básicamente tres que son la conciencia del sí mismo, la responsabilidad sobre los actos y la capacidad de relacionar la conciencia de la muerte con la responsabilidad de uno mismo, la inclinación teórica de cada uno de ellos fue discutida en la sección anterior. Cuando el análisis de contenido sea llevado a cabo se contabilizará la presencia de dichos factores que implican la presencia de la responsabilidad del sí mismo y de esta forma podrá valorarse si existe o no una diferencia entre ambos grupos focales siendo que la diferencia entre ambos consta de la presencia o ausencia de la experiencia cercana a la muerte. El análisis de contenido será realizado por el mismo investigador y este se cerciorará que el análisis sea llevado a cabo de la misma forma y con los mismos criterios. El respaldo teórico es de vital importancia ya que a través del mismo las figuras o símbolos que aparezcan en la discusión encontrarán su respaldo en la bibliografía revisada.

Con la finalidad de escoger una muestra representativa y disminuir al mínimo nivel los factores que pueden interferir con la efectividad de este estudio, la población seleccionada para el grupo focal tendrá las siguientes características. Se incorporará un total de dieciséis participantes. La población específica de la que se extraerá la muestra de manera aleatoria, será ecuatoriana, quiteña, mestiza, de clase media y de ambos sexos. La edad promedio que se busca para los participantes va desde los veinticinco a los treinta años de edad. Estas edades fueron escogidas debido a que según varios estudios, la mayoría de la población a esta edad tiene completamente desarrolladas las áreas pre frontales del sistema nervioso, áreas que dirigen el pensamiento abstracto y reflexivo (Fischer y Pruyne, 2003). Factor elemental para el estudio que realizamos. Al escoger a los

participantes dentro de estas edades, evitamos factores de confusión en nuestro estudio y aseguramos de mejor forma, la efectividad y credibilidad de nuestros resultados.

Los participantes serán convocados por medio de una campaña publicitaria que permitirá la participación voluntaria y aleatoria de la población seleccionada. Un poster diseñado de manera atractiva será colocado en universidades y en áreas urbanas de la ciudad. Una frase curiosa fue empleada para llamar la atención de las personas. Además, la necesidad de población que haya tenido experiencias cercana a la muerte está latente en el tema general descrito en el poster y además, está acompañado de gráficas relacionadas que seguro logran captar la atención de las personas. La participación de cada individuo será debidamente remunerada lo que funciona también como atracción para la participación voluntaria. Además de la campaña dentro de la ciudad se abrirá un reclutamiento paralelo en un plano virtual. Esto significa que simultáneamente el proceso de búsqueda se llevara a cabo también en redes sociales. En este segundo plano, el acercamiento también se realizará por medio de dicho poster. El siguiente paso que las personas interesadas tomarán, será un acercamiento con una entrevista telefónica en la que se explicará cuidadosamente el esqueleto del programa de estudio, si el interés del participante es significativo, se realizara una entrevista personal para recolectar los datos de la persona y para explicar detalladamente la investigación. Este proceso se repetirá con cada uno de los participantes. Una vez agrupada la muestra de la población interesada en el estudio, se realizara una separación elemental para el diseño de nuestro estudio. Se escogerán ocho participantes que cuenten únicamente con las características de la población seleccionada y ocho participantes, que además de cumplir con este primer requisito, hayan tenido por lo menos una experiencia cercana a la muerte (ECM).

La ética que asegure el bienestar absoluto de los participantes en esta investigación es bastante simple, ya que dentro de la misma no se trabaja con niños ni con poblaciones vulnerables. Sin embargo algunas especificaciones están enlistadas para asegurar el bienestar general de cada uno de los participantes. Puntualizaciones relacionadas con la confidencialidad y la obtención de datos, además de un programa que respalda un posible malestar son factores esenciales en el manejo de la buena ética dentro de la presente investigación.

Primero que nada, los participantes estarán al tanto de cada uno de los pasos del protocolo inmediatamente empiecen el proceso de reclutamiento en la entrevista personal. Además de firmar un acuerdo, cada uno de los participantes estará informado de la capacidad que tienen de dejar el estudio si en algún punto encuentran inconvenientes. Tampoco existe la obligación, y esto es informado a los participantes, de responder todas las preguntas, además se otorga la seguridad de que cualquier duda o malentendido puede ser preguntado o reiterado por el investigador. Cada participante tiene la certeza absoluta de que recibirá toda la información relacionada con el estudio cuando este finalice, si el participante así lo desea. Además dentro del estudio existirá un agradecimiento general por la participación en total discreción de las identidades de los participantes, aparte de la remuneración que cada uno obtendrá por su participación.

En cuanto al almacenamiento de los datos, desde el momento en el que un individuo se convierte en participante, su nombre estará salvaguardado por un código que mantiene el anonimato de cada uno de los participantes. La información será exclusiva del investigador y nadie más tendrá acceso a ella. La confidencialidad es parte del acuerdo principal entre los participantes y el investigador y los datos serán

almacenados de forma digital protegidos por una serie de claves que restrinjan su acceso a cualquier persona que no sea el investigador.

Por último, al final de la sesión se ofrece un servicio de entrevistas para aquellos que lo consideran necesario. Al ser personas que enfrentaron una experiencia cercana a la muerte, hablar de ello puede traer al presente sensaciones, emociones o pensamientos aversivos, en caso de que esto suceda, la entrevista da también la posibilidad a sesiones reiterativas en caso de ser necesario.

RESULTADOS ANTICIPADOS

Los resultados anticipados de esta investigación esperan que la relación que se logre demostrar que existe entre la consciencia de la muerte y la responsabilidad del sí mismo sea bastante alta. La diferencia entre la cantidad de indicadores que estarán presentes en los grupos focales será de importancia relevante. El grupo que está conformado de las personas que han tenido una experiencia cercana a la muerte, tendrán una puntuación significativamente mayor en relación a la cantidad de indicadores que tenga el grupo que no ha tenido ninguna experiencia cercana a la muerte. Existieran excepciones y preguntas en las que la diferencia no será significativa pero se estima valores significativos en el restante de preguntas. De cada sección que fue medida, se utilizará la de mayor importancia y se intentará generar una explicación a partir del respaldo bibliográfico.

En el caso de la primera pregunta, en la que se preguntaba la experiencia de una ECM, el grupo focal ECM tuvo un 100% de afirmaciones y el otro grupo un 100% de negaciones. En base a esto, se continúa con el resto de preguntas que intencionan medir la responsabilidad sobre el sí mismo.

En el caso del primer indicador que trata de medir la consciencia sobre el sí mismo, la frecuencia de los indicadores en la pregunta que mide el sentido de dirección tendrá una mayor incidencia en el grupo que está constituido por las experiencias cercanas a la muerte. En cuanto a la pregunta de la autorreflexión, los resultados no serán tan distantes ni significativos.

En el segundo indicador que intenta medir la responsabilidad que cada uno tiene sobre sus acciones, pensamientos y emociones, la pregunta que tendrá una diferencia más

significativa en relación a la incidencia sobre los indicadores va a ser la que propone una definición y un apropiamiento personal del libre albedrio. En el grupo de las personas que no han tenido una experiencia cercana a la muerte se mostrará en niveles significativamente más bajos en un reconocimiento del libre albedrio. A consecuencia de esto mismo, la pregunta que mida el locus de control, mostrará que el grupo que ha tenido experiencias cercanas a la muerte, tienden a tener un mayor locus de control interno. Por otro lado, la pregunta que medirá la responsabilidad imaginaria de las emociones en un mal día, ambos grupos tendrán una incidencia bastante alta en el indicador que habla de la consciencia de la vida y la responsabilidad de la misma.

Por último, en los últimos indicadores que relacionan la consciencia de la muerte y la responsabilidad sobre el sí mismo, la incidencia de indicadores será más alta únicamente en la profundidad que se alcanzará durante el constructo de la autodisciplina. En la primera pregunta que indaga la importancia de buscar sentido en la vida, ambas muestras tendrán respuestas similares, se estima que habrá una mayor profundidad en las respuestas del grupo compuesto por participantes que han experimentado una cercanía a la muerte, pero la diferencia no será muy significativa.

DISCUSIÓN

Los resultados, en una visión general, responden positivamente a la relación que se plantea entre la consciencia de la muerte y la responsabilidad sobre el sí mismo. La literatura que se utiliza para respaldar estas suposiciones resulto ser muy útil para este estudio. A pesar de que en la generalidad de los resultados, la relación predominante es positiva, existieron algunas excepciones en cada grupo. En el grupo focal conformado por población positiva de experiencias cercanas a la muerte, un 20% de la muestra no se presentó con las mismas cualidades que el resto de los participantes, su incidencia en los indicadores de responsabilidad sobre sí mismo fueron considerablemente más bajas que las del resto del grupo. Por otro lado, en el segundo grupo focal conformado de personas que no han tenido experiencias cercanas a la muerte, un total del 37% de los participantes mostro una incidencia en los indicadores significativamente más alto que el resto del grupo, de hecho, las medidas eran comparables con los participantes del primer grupo focal. Este es un factor positivo ya que, por un lado puede ser una insinuación de que la consciencia de la muerte puede ser adquirida de otras formas además de las experiencias cercanas a la muerte, lo cual resulta muy conveniente para todos, y por otro lado, que la responsabilidad sobre el sí mismo, tiene otras muchas vías de acceso, lo cual es muy factible y también positivo.

A pesar de estas diferencias, se puede concluir con la generalidad del estudio, que una consciencia de la muerte, incrementa la responsabilidad sobre el sí mismo. Tal y como se estipulo en la revisión bibliográfica, tanto Osho (2014), como Elizabeth Kubler Ross (1975, 1969, 2004), y ahora, estos resultados, coinciden con que una consciencia más

forjada de la muerte y de la caducidad de la vida, incrementan la responsabilidad que las personas toman sobre sí mismas.

En el primer indicador que media la consciencia sobre el sí mismo, el sentido de dirección tuvo mucha más incidencia en el grupo focal de ECM que en el otro. La consciencia de la limitación del tiempo, está relacionada a buscar una dirección más forjada. El otro grupo tendía a confiar más en la espontaneidad y la concepción del tiempo era mucho más intangible, como Kubler Ross asegura, la caducidad del tiempo implica una necesidad de dirección y sentido en la búsqueda de la vida (Kubler Ross, 2004).

En el caso del segundo indicador que media la responsabilidad consciente que cada persona tiene sobre sí mismo, el libre albedrio, marco una diferencia muy significativa con un porcentaje de diferencia, muy alto. La consciencia del libre albedrio y la profundidad del conocimiento acerca del mismo fue mucho mayor en el grupo focal ECM. Cuando Frankl, escribió *El hombre en busca de sentido* (1946) él alego que la única condición que no se le puede quitar al hombre es el libre albedrio, y él concluyo con esto mientras estaba en un campo de concentración en donde la muerte era un común denominador. Con estos resultados se puede ver claramente, que la consciencia de la muerte despierta una consciencia acerca del libre albedrio, el cual está estrechamente relacionado con la responsabilidad sobre el sí mismo (Kubler Ross, 2004). De la misma forma, y por obvios motivos de relación, el locus de control fue predominantemente interno en el grupo de ECM.

En el último indicador que media la consciencia de la relación entre la mortalidad y la responsabilidad sobre el sí mismo, el grupo que tuvo una mayor frecuencia en la presencia de indicadores fue el grupo focal ECM. A pesar de que ambos grupos mantuvieron un puntaje similar en esta sección, el grupo focal ECM, tuvo mucha más

profundidad en sus respuestas, además, el lenguaje corporal demostraba mucha más convicción que el lenguaje corporal del otro grupo focal. Una postura más seria e inquebrantable, además de un tono de voz mucho más fuerte y constante permitió llegar a esa conclusión. La profundidad con la que se abordaba la autodisciplina fue lo que destacó en este grupo de indicadores, hubo mucha coincidencia con las afirmaciones de la literatura que implican la relación directa de la consciencia de la muerte con la adquisición de la autodisciplina (Osho, 2014), (Rimpoche, 1994).

En general, a pesar de existir una coincidencia bastante amplia en las respuestas generales de las entrevistas, en el grupo focal ECM se destacó una notable profundidad sobre los temas relacionados a la responsabilidad del sí mismo y la muerte en relación al grupo focal sin ECM. Este hecho resulta ser muy prometedor ya que propone una herramienta invaluable en el proceso de terapia, que es la capacidad de tener acceso a un instrumento que puede aumentar la consciencia de la responsabilidad sobre el sí mismo, lo cual resulta ser muy conveniente para cualquier terapeuta en cualquier corriente.

Aunque los resultados fueron positivos en la mayoría de los casos, podemos concluir, gracias a nuestras excepciones que ganar consciencia sobre la muerte no necesariamente implica ganar consciencia sobre el sí mismo y que para ser responsable del sí mismo, no se necesita tener una experiencia a la muerte, estos datos resultan ser muy ventajosos ya que incrementan las preguntas que comenzaron en esta investigación y abre infinitas posibilidades para nuevos estudios.

Para concluir, me gustaría coincidir con Elizabeth Kubler Ross (2004) que propone que un mundo en el que la gente aprecie la muerte y los moribundos, resultaría ser un mundo mucho más pacífico y paradisiaco, pues la muerte, es capaz de devolvernos a la vida.

LIMITACIONES

Las limitaciones ligadas al diseño de investigación son los efectos negativos del participante, esto hace alusión a que las respuestas de los participantes durante el grupo focal pueden verse influenciadas por las expectativas del grupo o del investigador, haciendo que el contenido de la respuesta se encuentre parcializado y no sea completamente auténtica, esto puede afectar la credibilidad de los resultados. Otra limitación ligada al diseño del estudio es que la muestra es bastante pequeña, ocho participantes en cada grupo focal y dieciséis en total. Esto dificulta mucho las posibilidades de generalizar los resultados obtenidos, afectando la transferibilidad del estudio.

Otra limitación que puede comprometer en la investigación es que el estudio recae únicamente en un investigador, un investigador que tuvo una ECM y esto puede afectar directamente la credibilidad de los resultados ya que estos pueden encontrarse influenciados por las expectativas del investigador.

INVESTIGACIONES FUTURAS

Ya que esta investigación se llevará a cabo con experiencias cercanas a la muerte, en un futuro sería de vital importancia investigar de qué formas se puede llegar a tener consciencia sobre la muerte sin la necesidad de una experiencia cercana a la misma. Esto es importante para descartar la necesidad de tener una experiencia tan fuerte para cobrar sentido de consciencia acerca de la mortalidad y hacer de esta herramienta, una herramienta útil y alcanzable para cualquier terapeuta que necesite más compromiso de sus pacientes o clientes.

Queda como deseo muy profundo, continuar las investigaciones en este campo. Me parece que una investigación muy atractiva y profunda, como continuación de esta investigación es indagar si es que existe una relación entre la consciencia de la muerte y la búsqueda de significado en la vida. Los textos de psicología existencial utilizados para esta investigación, además de otras corrientes de caracteres más filosóficos, sugieren que esta relación también es positiva.

Me parece que este tipo de investigaciones son muy útiles para la nueva comunidad científica ya que se vive un proceso de cambio, un proceso en donde se buscan modos alternativos de solucionar los problemas de siempre, métodos, menos invasivos, más holísticos y en esencia más espirituales. Me parece que la fortaleza de una ciencia no radica en su respaldo histórico, sino más bien en su capacidad de adaptarse a las nuevas exigencias de las nuevas generaciones. Por esta razón, encuentro este tipo de estudios, como un aporte invaluable para la comunidad científica de la terapia y de la psicología.


REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aretxaga-Burgos, R. (2009). AWARE: Science of consciousness during the dying process. Some contextual and philosophical considerations. *Letras de Deusto*, 39(122), 239-249.
- Aries, P. (2012). *Morir en occidente, desde la edad media hasta nuestros días* (4ta edición). Buenos Aires. Adriana Hidalgo Editora.
- Bardin, L. (1996). *Análisis de contenido*. Madrid: Akal Ediciones Echavarría, M. (2004). *Rudolf Allers psicólogo católico*. Allerslists. Recuperado de <http://www.rudolfallers.info/echavarrria.html>
- Fischer, K. W., & Pruyne, E. (2003). Reflective thinking in adulthood. In J. Demick & C. Andreoletti (Eds), *Handbook of adult development*. New York: Plenum Press.
- Frankl, V. (1946). *El hombre en busca de sentido* (12va edición). Barcelona: Herder
- Frankl, V. (1987). *Logoterapia y análisis existencial* (2da edición). Barcelona: Herder
- Guba, E. & Lincoln, Y. (1994). Competing paradigms in qualitative research. In N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *Handbook of qualitative research* (pp. 105-117). Thousand Oaks, CA: Sage
- Heidegger, M. (1927). *El ser y el tiempo*. Recuperado de <http://ir.nmu.org.ua/xmlui/bitstream/handle/123456789/133547/84adb28abdfb74f7cf4884e11780742b.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Kübler-Ross, E. (1975) *Death: the final stage of growth*. Prentice Hall (New Jersey): Englewood Cliffs.
- Kubler Ross, E. (2004). *La muerte: un amanecer*. Barcelona: Luciérnaga.
- Kübler-Ross, E. (1969). *On death and dying*. New York: Macmillan.
- Lefcourt, H. (1982). *Locus of control: Current trends in theory and research* (2nd edition). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates
- Moody, Raymond A. (1975) *Life after Life. The investigation of a phenomenon - survival of bodily death*. New York: Bantam Books.
- Moorjani, A. (2012). *Muero por ser yo*. Recuperado de <http://datelobueno.com/wp-content/uploads/2014/05/Muero-por-ser-yo.pdf>
- Morgan, D. (1988). *Focus groups the qualitative research*. Beverly Hills: Sage.
- Osho. (2014). *El libro de la vida y la muerte* (5ta edición). Barcelona: Editorial Kairos

- Palacio, V. (2009). *Realidad social, alienación y psicopatologías. El papel de la consciencia en la logoterapia*. Psicología Online. Recuperado de <http://www.psicologia-online.com/ebooks/logoterapia/alienacion.shtml>
- Rimpoche, S. (1994). *EL libro tibetano de la vida y la muerte*. Barcelona: Urano.
- Ruiz, M. (2013). *Los cinco niveles de apego*. España: Urano.
- Stevens, J. (1976). *El darse cuenta*. Recuperado de <http://www.educacionviva.com/Documents/GRECS/EMOCIONS/John%20Stevens%20-%20El%20Darse%20Cuenta.pdf>
- Stewart, D., & Shamdasani, P. (1990). *Focus groups, theory and practice*. London: Sage.
- Strauss, A., & Corbin, J. (1998). *Basics of quialitative research, techniques and procedures for developing grounded theory*. Recuperado de <http://stiba-malang.ac.id/uploadbank/pustaka/RM/BASIC%20OF%20QUALITATIVE%20RESEARC H.pdf>

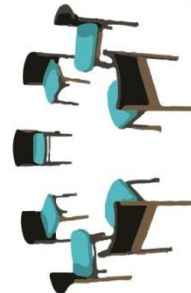
ANEXO A: POSTER PUBLICITARIO

¿ Existe una asociación entre la conciencia de la muerte y la responsabilidad de sí mismo ?




¿ Tras la muerte puede estar oculto un nacimiento ?

FOCUS GROUP




• Anímate y ven a participar en un focus group que pretende investigar el rol que la muerte tiene en nuestra vida

Recibe una gift card de 10\$ por participar. 

Horarios Focus Group

VIERNES 8 de abril	SABADO 9 de abril
6pm a 7pm	10am a 11am

Registro: hasta el 5 de abril  asoc.m.r.pc@hotmail.com

ANEXO B: ÉTICA



Comité de Bioética, Universidad San Francisco de Quito
El Comité de Revisión Institucional de la USFQ
The Institutional Review Board of the USFQ

SOLICITUD PARA APROBACION DE UN ESTUDIO DE INVESTIGACION

INSTRUCCIONES:

1. Antes de remitir este formulario al CBE, se debe solicitar vía electrónica un código para incluirlo, a comitebioetica@usfq.edu.ec
2. Enviar solo archivos digitales. Esta solicitud será firmada en su versión final, sea de manera presencial o enviando un documento escaneado.
3. Este documento debe completarse con la información del protocolo del estudio que debe servir al investigador como respaldo.
4. Favor leer cada uno de los parámetros verificando que se ha completado toda la información que se solicita antes de enviarla.

DATOS DE IDENTIFICACIÓN	
Título de la Investigación	
¿Existe una relación entre la consciencia de la muerte y la responsabilidad sobre el sí mismo?	
Investigador Principal <i>Nombre completo, afiliación institucional y dirección electrónica</i>	
Paula Melissa Cevallos Larrea. E-mail: pauxxxx@hotmail.com	
Co-investigadores <i>Nombres completos, afiliación institucional y dirección electrónica. Especificar si no lo hubiera</i>	
Persona de contacto <i>Nombre y datos de contacto incluyendo teléfonos fijo, celular y dirección electrónica</i>	
Paulina Larrea. E-mail: xxxx@hotmail.com	
Nombre de director de tesis y correo electrónico <i>Solo si es que aplica</i>	
Sonja Embree. E-mail: sembree@usfq.edu.ec	
Fecha de inicio de la investigación : Enero 2016	
Fecha de término de la investigación Julio 2016	
Financiamiento <i>Datos completos del auspiciante o indicar "personal"</i>	

DESCRIPCIÓN DEL ESTUDIO	
Objetivo General <i>Se debe responder tres preguntas: qué? cómo? y para qué?</i>	
Proponer una posible relación entre la consciencia de la muerte y la responsabilidad sobre el sí mismo. Esto se logrará a través de un grupo focal. En el caso de que la relación sea positiva, podría este conocimiento aportar mucho a la ciencia de la psicología y a tener nuevas herramientas en terapia.	
Objetivos Específicos	
Descubrir si existe o no una relación entre la consciencia sobre la muerte y la responsabilidad sobre el sí mismo.	

Diseño y Metodología del estudio *Explicar el tipo de estudio (por ejemplo cualitativo, cuantitativo, con enfoque experimental, cuasi-experimental, pre-experimental; estudio descriptivo, transversal, de caso, in-vitro...) Explicar además el universo, la muestra, cómo se la calculó y un breve resumen de cómo se realizará el análisis de los datos, incluyendo las variables primarias y secundarias..*

Este es un estudio cualitativo que se desarrollará por medio de un grupo focal. La población va a ser quiteña de edades aproximadas entre los veinticinco y treinta años de edad, de clase media y ambos géneros serán tomados en cuenta. La muestra será extraída de manera aleatoria y constara en dos divisiones. Una de las muestras se conformará de individuos que hayan tenido una experiencia cercana a la muerte y el otro grupo será conformado de individuos que no hayan tenido una experiencia cercana a la muerte. Ambos serán expuestos al mismo protocolo establecido del grupo focal de forma paralela y los datos obtenidos de ambos grupos atravesarán un análisis de contenido realizado por el mismo investigador. Este estará buscando posibles diferencias entre los datos de ambos grupos para poder concluir con la pregunta de investigación.

Procedimientos *Los pasos a seguir desde el primer contacto con los sujetos participantes, su reclutamiento o contacto con la muestra/datos.*

El contacto se realizará por medio de un poster que será colocado estratégicamente alrededor de la ciudad de Quito, cuando los participantes se contacten se les otorgara una entrevista personal en caso de estar dispuestos a participar en la investigación. En la entrevista se les informará todos los detalles de la investigación, desde cómo se llevará a cabo hasta el procedimiento del grupo focal, pasando también por los datos de interés personal como la confidencialidad y el anonimato. Se realizará este procedimiento con todos los participantes y se dividirá los grupos en dos muestras de ocho personas con la diferencia de ambos grupos, expuesta con anterioridad. Se realizará el grupo focal durante una hora en cada caso con un día de diferencia entre los grupos. La entrevista será grabada en su totalidad por dos grabadoras simultáneamente. La información se almacenará bajo criterios de seguridad. Para la recolección de datos se hará un análisis de contenido en ambos casos por el mismo investigador.

Recolección y almacenamiento de los datos *Para garantizar la confidencialidad y privacidad, de quién y donde se recolectarán datos; almacenamiento de datos—donde y por cuánto tiempo; quienes tendrán acceso a los datos, qué se hará con los datos cuando termine la investigación*

La recolección de datos será básicamente durante los dos grupos focales que tienen una hora de duración cada uno. La única persona con acceso a la información en bruto será el investigador. Los sujetos que participen en el estudio serán identificados con números para resguardar su identidad y los temas expuestos en el grupo focal serán reiterados en un acuerdo de confidencialidad por parte de todo el grupo. Los datos serán almacenados en una computadora, al ser almacenados las grabaciones serán borradas de las grabadoras y los respaldos tendrán acceso únicamente mediante claves que serán de conocimiento exclusivo del investigador. Al terminar la investigación, los datos serán borrados de forma permanente conservando únicamente los resultados de los análisis que serán manejados mediante códigos de identificación, borrando toda evidencia de identidad.

Herramientas y equipos *Incluyendo cuestionarios y bases de datos, descripción de equipos*

Las herramientas que serán utilizadas para este estudio son básicamente una grabadora de voz que será activada cuando empiece el grupo focal, con el conocimiento y consentimiento de todos, y será desactivada al finalizar. Por otro lado, el cuestionario de preguntas que consta de 10 preguntas dirigidas a medir los indicadores de la responsabilidad sobre el sí mismo. Ocho de ellas son definitivas y 2 están en caso de ser necesarias.

JUSTIFICACIÓN CIENTÍFICA DEL ESTUDIO

Se debe demostrar con suficiente evidencia por qué es importante este estudio y qué tipo de aporte ofrecerá a la comunidad científica.

Este estudio es necesario porque aportaría una herramienta muy valiosa para la comunidad terapéutica. Dentro de la terapia, siempre hace falta un fuerte compromiso de parte del paciente con su propio proceso de terapia, al ser este un estudio que busca mejorar las capacidades de las personas para tomar responsabilidad sobre el sí

mismo, resulta ser muy conveniente para la comunidad terapéutica. Podría este estudio, revelar una herramienta muy útil para ser utilizada en cualquier tipo de terapia.

Referencias bibliográficas completas en formato APA

Frankl, V. (1987). *Logoterapia y análisis existencial* (2da edición). Barcelona. Herder

Osho. (2014). *El libro de la vida y la muerte* (5ta edición). Barcelona: Editorial Kairos

Stewart, D., & Shamdasani, P. (1990). *Focus groups, theory and practice*. London. Sage.

DESCRIPCIÓN DE LOS ASPECTOS ÉTICOS DEL ESTUDIO

Criterios para la selección de los participantes *Tomando en cuenta los principios de beneficencia, equidad, justicia y respeto*

Los participantes serán remunerados con un incentivo de participación, serán seleccionados de manera aleatoria y serán divididos en dos grupos. La participación es voluntaria en todo momento de la investigación, incluso durante el grupo focal hay preguntas que pueden no ser contestadas si esa es la demanda.

Riesgos *Describir los riesgos para los participantes en el estudio, incluyendo riesgos físico, emocionales y psicológicos aunque sean mínimos y cómo se los minimizará*

Al ser una investigación con mayores de edad y no ser una población en riesgo las medidas éticas son las básicas. Sin embargo al tratarse, una muestra, de una población que ha experimentado una experiencia cercana a la muerte, hablar acerca del tema puede traer al presente emociones o pensamientos aversivos. Para evitar que esto signifique un problema después del grupo focal se ofrecerá un servicio de consejería al que lo necesite y también un servicio de terapia si el caso lo demanda.

Beneficios para los participantes *Incluyendo resultados de exámenes y otros; solo de este estudio y cómo los recibirán*

Los participantes reciben una remuneración por su participación, además todos ellos serán agradecidos en la versión final del estudio. Los resultados los recibirán en su domicilio respectivo al terminar la investigación.

Ventajas potenciales a la sociedad *Incluir solo ventajas que puedan medirse o a lo que se pueda tener acceso*

Mejorías en las terapias por un incremento de la responsabilidad sobre el sí mismo.

Derechos y opciones de los participantes del estudio *Incluyendo la opción de no participar o retirarse del estudio a pesar de haber aceptado participar en un inicio.*

Todos los participantes tienen la cualidad del libre albedrío durante todo el estudio, desde el principio hasta el final del mismo. La participación general y dentro del grupo focal recae en la decisión de cada uno de ellos. Además, los participantes tienen acceso absoluto a los procedimientos de la investigación y a los resultados de la misma. Las preguntas de dudas o inconvenientes pueden realizarse en cualquier momento a excepción del momento mismo del grupo focal.

Seguridad y Confidencialidad de los datos *Describir de manera detallada y explícita como va a proteger los derechos de participantes*

Los datos obtenidos estarán cubiertos por códigos, nadie a excepción del investigador y el participante tiene acceso a los datos personales del mismo. Además los datos serán almacenados en una caja fuerte digital que será accesible únicamente para el investigador. La confidencialidad será un acuerdo general de los grupos que será firmado antes de la participación en el que se estipula que no se hablará del contenido del grupo focal con nadie que no esté inscrito en la investigación.

Consentimiento informado *Quién, cómo y dónde se explicará el formulario/estudio. Ajustar el formulario o en su defecto el formulario de no aplicación o modificación del formulario*

Responsabilidades del investigador y co-investigadores dentro de este estudio.

La responsabilidad del investigador es asegurarse del bienestar de los participantes primeramente y luego del correcto desempeño del estudio. Cuidando que sea una investigación estructurada y bien dirigida para obtener resultados confiables.

Documentos que se adjuntan a esta solicitud (ponga una X junto a los documentos que se adjuntan)

Nombre del documento	Adjunto	Idioma	
		Inglés	Español
PARA TODO ESTUDIO			
1. Formulario de Consentimiento Informado (FCI) y/o Solicitud de no aplicación o modificación del FCI *	X		
2. Formulario de Asentimiento (FAI) <i>(si aplica y se va a incluir menores de 17 años)</i>	X		
3. Herramientas a utilizar <i>(Título de:: entrevistas, cuestionarios, guías de preg., hojas de recolección de datos, etc)</i>	X		
4. Hoja de vida (CV) del investigador principal (IP)			
SOLO PARA ESTUDIOS DE ENSAYO CLÍNICO			
5. Manual del investigador			
6. Brochures			
7. Seguros			
8. Información sobre el patrocinador			
9. Acuerdos de confidencialidad			
10. Otra información relevante al estudio (especificar)			

(*) La solicitud de no aplicación o modificación del FCI por escrito debe estar bien justificada.

PROVISIONES ESPECIALES

Esta sección debe llenar solo si aplica. En ella se incluyen manejo de población vulnerable y muestras biológicas, manejo de eventos adversos, seguros de incapacidad o muerte, entre otros.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Descripción de la Actividad (pasos a seguir dentro del proceso de investigación, comenzando por el contacto inicial, reclutamiento de participantes, intervención y/o recolección de datos, análisis, publicación...)	Fechas
Reclutamiento de los participantes	Enero-Marzo 2016
Selección de los participantes y procedimiento de ordenamiento de los mismos	Marzo 2016
Ejecución de los dos grupos focales	Abril 2016
Análisis de contenido de ambos grupos focales	Mayo 2016
Análisis finales de los resultados y contestación de la pregunta de investigación	Junio 2016
Entrega de la investigación a Instituciones y a los respectivos participantes	Julio 2016



Comité de Bioética, Universidad San Francisco de Quito
El Comité de Revisión Institucional de la USFQ
The Institutional Review Board of the USFQ

Formulario Consentimiento Informado

Título de la investigación: ¿Existe una relación entre la consciencia de la muerte y la responsabilidad sobre el sí mismo?

Organización del investigador Universidad San Francisco de Quito

Nombre del investigador principal Paula Melissa Cevallos Larrea

Datos de localización del investigador principal 248XXXX pauxxxx@hotmail.com

Co-investigadores

DESCRIPCIÓN DEL ESTUDIO
<p>Introducción <i>(Se incluye un ejemplo de texto. Debe tomarse en cuenta que el lenguaje que se utilice en este documento no puede ser subjetivo; debe ser lo más claro, conciso y sencillo posible; deben evitarse términos técnicos y en lo posible se los debe reemplazar con una explicación)</i></p> <p>Este formulario incluye un resumen del propósito de este estudio. Usted puede hacer todas las preguntas que quiera para entender claramente su participación y despejar sus dudas. Para participar puede tomarse el tiempo que necesite para consultar con su familia y/o amigos si desea participar o no. Usted ha sido invitado a participar en un investigación sobre la relación que podría existir entre la consciencia de la muerte y la responsabilidad sobre el sí mismo porque usted cumple con los criterios de la población seleccionada.</p>
<p>Propósito del estudio <i>(incluir una breve descripción del estudio, incluyendo el número de participantes, evitando términos técnicos e incluyendo solo información que el participante necesita conocer para decidirse a participar o no en el estudio)</i></p> <p>Este estudio tendrá a 16 participantes que se dividirán para hacer dos grupos focales. Uno en el que los participantes hayan tenido una experiencia cercana a la muerte y otro en el que los participantes no hayan tenido ninguna experiencia cercana a la muerte. La idea general es verificar por medio de un análisis si existe una diferencia entre ambos grupos, en relación a los indicadores de la responsabilidad sobre el sí mismo y de esta forma contestar la pregunta de investigación.</p>
<p>Descripción de los procedimientos <i>(breve descripción de los pasos a seguir en cada etapa y el tiempo que tomará cada intervención en que participará el sujeto)</i></p> <p>El grupo focal durará una hora. Se llevaran a cabo dos sesiones para las distintas muestras. Posteriormente, al cabo de unos meses de hacer el grupo focal, cada participante recibirá una copia de los resultados en su domicilio. Los datos en bruto, serán eliminados al terminar con el respectivo análisis de cada uno de los grupos.</p>

<p>Riesgos y beneficios <i>(explicar los riesgos para los participantes en detalle, aunque sean mínimos, incluyendo riesgos físicos, emocionales y/o psicológicos a corto y/o largo plazo, detallando cómo el investigador minimizará estos riesgos; incluir además los beneficios tanto para los participantes como para la sociedad, siendo explícito en cuanto a cómo y cuándo recibirán estos beneficios)</i></p> <p>Al ser un tema delicado, la muerte puede generar pensamientos o emociones aversivas, especialmente en el grupo que ha vivido una experiencia cercana a la muerte. Para evitar que esto genere secuelas negativas, al finalizar el grupo focal está a disposición un servicio de consejería y de ser necesario un servicio de terapia gratuito para los participantes que lo consideren necesarios.</p>
<p>Confidencialidad de los datos <i>(se incluyen algunos ejemplos de texto)</i></p> <p>Para nosotros es muy importante mantener su privacidad, por lo cual aplicaremos las medidas necesarias para que nadie conozca su identidad ni tenga acceso a sus datos personales:</p>

- 1) La información que nos proporcione se identificará con un código que reemplazará su nombre y se guardará en un lugar seguro donde solo el investigador tendrá acceso.
- 2A) Si se toman muestras de su persona estas muestras serán utilizadas solo para esta investigación y destruidas tan pronto termine el estudio *(si aplica)* ó
- 2B) Si usted está de acuerdo, las muestras que se tomen de su persona serán utilizadas para esta investigación y luego se las guardarán para futuras investigaciones removiendo cualquier información que pueda identificarlo *(si aplica)*
- 3) Su nombre no será mencionado en los reportes o publicaciones.
- 4) El Comité de Bioética de la USFQ podrá tener acceso a sus datos en caso de que surgieran problemas en cuando a la seguridad y confidencialidad de la información o de la ética en el estudio.

Derechos y opciones del participante *(se incluye un ejemplo de texto)*

Usted puede decidir no participar y si decide no participar solo debe decírselo al investigador principal o a la persona que le explica este documento. Además aunque decida participar puede retirarse del estudio cuando lo desee, sin que ello afecte los beneficios de los que goza en este momento.

Consentimiento informado *(Es responsabilidad del investigador verificar que los participantes tengan un nivel de comprensión lectora adecuado para entender este documento. En caso de que no lo tuvieron el documento debe ser leído y explicado frente a un testigo, que corroborará con su firma que lo que se dice de manera oral es lo mismo que dice el documento escrito)*

Comprendo mi participación en este estudio. Me han explicado los riesgos y beneficios de participar en un lenguaje claro y sencillo. Todas mis preguntas fueron contestadas. Me permitieron contar con tiempo suficiente para tomar la decisión de participar y me entregaron una copia de este formulario de consentimiento informado. Acepto voluntariamente participar en esta investigación.

Usted recibirá un pago, y no tendrá que pagar absolutamente nada por participar en este estudio.

Información de contacto

Si usted tiene **alguna** pregunta sobre el estudio por favor llame al siguiente teléfono xxxxxxxxxxxx que pertenece a Paula Cevallos o envíe un correo electrónico a pauxxxx@hotmail.com

Si usted tiene preguntas sobre este formulario puede contactar al Dr. William F. Waters, Presidente del Comité de Bioética de la USFQ, al siguiente correo electrónico: comitebioetica@usfq.edu.ec

Firma del participante	Fecha
Firma del testigo <i>(si aplica)</i>	Fecha
Nombre del investigador que obtiene el consentimiento informado	
Firma del investigador	Fecha

ANEXO C: INSTRUMENTOS

Cuestionario de preguntas para el grupo focal

1. Pregunta preliminar
 - a. ¿Han tenido una experiencia cercana a la muerte?
2. Preguntas para medir la consciencia acerca de uno mismo
 - a. Dirigirse a uno mismo con preguntas que evoquen la autorreflexión resulta primordial.
 - b. ¿El sentido de dirección en la vida, es importante?
3. Preguntas para medir la responsabilidad sobre los actos
 - a. En un mal día, ¿Quién es responsable de mis emociones?
 - b. ¿Qué es el libre albedrío? ¿Yo lo poseo?
 - c. ¿La suerte juega un papel importante en mi vida?
4. Preguntas para medir la relación entre la consciencia de la muerte y la responsabilidad sobre el sí mismo
 - a. ¿Es importante buscar sentido en la vida?
 - b. ¿Qué es la autodisciplina?
5. Preguntas de auxilio
 - a. ¿Qué significa ser autodisciplinado?
 - b. ¿Por qué el sentido en la vida es importante?