

INTERVENCIÓN PSICOEDUCATIVA EN HABILIDADES PARA LA VIDA EN LAS PERSONAS PRIVADAS DE LIBERTAD DEL CENTRO DE ATENCIÓN INSTITUCIONAL DE CARTAGO

PSYCHOEDUCATIONAL INTERVENTION IN LIFE SKILLS IN PEOPLE DEPRIVED OF LIBERTY OF THE INSTITUTIONAL CARE CENTER OF CARTAGO

Luis Alfredo Cedeño Sanabria
Universidad Católica de Costa Rica
San José, Costa Rica.

Resumen: Esta investigación se propuso como objetivo principal la realización de una intervención grupal psicoeducativa en habilidades para la vida a 20 privados de libertad, la cual promoviera las habilidades para la vida en el Centro de Atención Institucional Jorge de Bravo en Cartago. Asimismo, colaborara con el abordaje interdisciplinario para fomentar el trabajo terapéutico como medio de búsqueda de cambio, y para brindar a la población participante la oportunidad de aprovechamiento del tiempo en prisión trabajando en sí mismos. En la primera fase de la práctica se descubrió mediante el diagnóstico cuáles eran las principales necesidades con las que contaba el centro en ese momento, las cuales, prioritariamente, fueron tres: la primera, falta de atención interdisciplinaria a los privados de libertad, la cual se enlaza con la segunda necesidad, que es la sobrepoblación, en donde la cantidad de privados de libertad dificulta el alcance de los profesionales encargados de brindar la atención oportuna. La tercera necesidad fue la escasa alimentación y la falta de artículos de higiene personal. Así pues, con este diagnóstico se estableció un enfoque y se diseñó un modelo de intervención, a partir de los cuales se descubrió que en el ámbito de la psicología era necesario ampliar el alcance terapéutico. En la segunda fase se efectuó la intervención grupal con los privados de libertad con una duración de catorce sesiones entre el mes de diciembre del año anterior y febrero de este año. Por último, en la tercera fase, se evaluó la eficacia de la intervención culminada y de la labor del sustentante. Una de las conclusiones arrojadas fue que es posible generar un espacio terapéutico grupal en donde los privados de libertad se sientan en la libertad de expresar sus emociones y pensamientos sin temor a alguna represalia, ya que se experimentaron actitudes positivas ante el modelo sometido y actitudes en búsqueda de cambio para el crecimiento personal.

Palabras clave: habilidades para la vida, privados de libertad, psicoeducación.

Abstract: The main objective of this research was to carry out a psychoeducational group intervention in life skills for 20 prisoners, which promoted life skills in the Jorge de Bravo Institutional Care Center in Cartago. Likewise, it will collaborate with the interdisciplinary approach to promote therapeutic work as a means of seeking change, and to provide the participating population with the opportunity to take advantage of time in prison working in themselves. In the first phase of the practice, i

It was discovered through the diagnosis what were the main needs that the center had at that time, which, as a priority, were three: the first, lack of interdisciplinary attention to prisoners, which is linked to the second need, which is overpopulation, where the number of prisoners hinders the reach of professionals responsible for providing timely care. The third need was poor nutrition and lack of personal hygiene items. Thus, with this diagnosis an approach was established and a model of intervention was designed, from which it was discovered that in the field of psychology it was necessary to expand the therapeutic scope. In the second phase, the group intervention was carried out with the prisoners, with a duration of fourteen sessions between December of the previous year and February of this year. Finally, in the third phase, the effectiveness of the completed intervention and the work of the sustainer was evaluated. One of the conclusions was that it is possible to generate a group therapeutic space where prisoners feel free to express their emotions and thoughts without fear of retribution, as they experienced positive attitudes towards the submitted model and attitudes seeking change for personal growth.

Key Words: life skills, deprived of liberty, psychoeducation.

Introducción

La realidad penitenciaria en los países de América Central y el Caribe contiene una cantidad de elementos que requieren con urgencia de una intervención en cada uno de sus ámbitos. Esto, consigue ser un tema de interés social, en el cual las instituciones estatales y los profesionales sumergidos en este entorno deben conocer y manejar si se desea actuar sobre las condiciones actuales.

Al respecto, Carranza (2012) llevó a cabo un estudio acerca de la situación de los sistemas penitenciarios de la región, en el cual ejecutó una propuesta de acción investigativa. Este autor, caracteriza y clarifica brevemente las condiciones en los centros penitenciarios de las últimas décadas, en donde se muestra una realidad decadente:

La situación penitenciaria en los países de América Latina y el Caribe es muy grave. Hay alta violencia, numerosas muertes y delitos que ocurren al interior de los presidios, muchos de ellos cometidos en su interior pero con efectos fuera de ellos, y gravísimas violaciones a derechos humanos tanto de las personas privadas de libertad como de las personas funcionarias. La situación ha venido deteriorándose durante las tres últimas décadas (1980-2010), y ha escapado del control de los países a partir de la década de los noventa en la mayoría de los casos (p. 31).

Así las cosas, de este texto se destacan varios elementos considerables, el primero es el grado de violencia que se produce en los centros penitenciarios, lo cual induce a indagar para identificar las posibles razones. El segundo es la violación de los derechos humanos, un tema constantemente señalado en este ámbito. El tercer elemento es la falta de acción política que aborde certeramente la situación y genere un impacto positivo. Estos tres elementos son importantes para entender algunas de las carencias en el ámbito penitenciario de la región. De manera que, es evidente la urgencia de intervenir este sector, como una forma de apoyo a las cuantiosas necesidades existentes, mediante el trabajo directo con los privados de libertad y desde una perspectiva humanista.

Por su parte, en Costa Rica, de acuerdo al Consejo Nacional de Rectores (2017) en el Programa Estado de la Nación en su Segundo Informe del Estado de la Justicia, indicó que “en el ambiente penitenciario costarricense entre 2005 y 2015 la cantidad de personas privadas de libertad prácticamente se duplicó, como resultado de un incremento cercano al 60 % en la tasa de presos por cada 100.000 habitantes” (p. 266).

Esto demuestra las altas cifras con las que se resalta la problemática del hacinamiento

en el sector nacional. Lo que es congruente con la situación regional y también, específicamente, del Centro de Atención Institucional de Cartago [CAI]. De acuerdo a la reunión efectuada con el Director de este Centro, el 31 de mayo del 2018, se enfatizó en la gran cantidad de personas privadas de libertad, en relación con las pocas personas encargadas de su abordaje. Además mencionó que el área de psicología está conformada por tres psicólogos que no son suficientes para generar una intervención óptima para cada recluso.

De forma que, las necesidades de los privados de libertad en los centros penitenciarios para velar por una salud mental e integral son tan amplias que se dificulta la labor de cubrir cada una en su totalidad. Entre ellas se encuentra la temática de promover las habilidades para la vida en los privados de libertad, para brindar herramientas de crecimiento personal y preparación en habilidades sociales convivenciales.

Ahora bien, según el diagnóstico realizado en el CAI de Cartago en los meses de junio, julio y agosto del dos mil dieciocho, por medio de las reuniones asistidas con funcionarios del centro, específicamente con el Director, dos las psicólogas del Departamento de Psicología y con personeros del Departamento de Seguridad Penitenciaria, además de las entrevistas cortas realizadas a 52 privados de libertad, se obtuvieron las siguientes tres necesidades prioritarias a tomar en cuenta: la primera es la falta de atención interdisciplinaria en los privados de libertad, que resulta para estos una deficiencia en el alcance que deberían conseguir, y que viene de la mano de la segunda necesidad lo cual es la sobrepoblación carcelaria que sobrepasa la capacidad de alojamiento y de atención oportuna por el equipo técnico. La tercera necesidad es la escasa alimentación y la falta de artículos de higiene personal.

Por lo tanto, se propuso la presente práctica, para que intentara funcionar como un medio de contribución para el Departamento de Psicología del centro penitenciario, brindando apoyo por medio de un trabajo psicoeducativo con las personas reclusas. Por tales razones, fue supervisada por este Departamento para velar por las buenas prácticas a lo largo de la realización de esta investigación.

El modelo que han utilizado en el centro penitenciario es el propuesto por el Ministerio de Justicia y Paz (2013) titulado “Trabajo Interdisciplinario en la Temática de Habilidades para la Vida”, el cual ha sido aplicado en años anteriores. Sin embargo, cuando se revisó, se consideró que este modelo cuenta con temáticas que no son contempladas como

habilidades para la vida. Por ello se propuso un nuevo modelo, con ejes temáticos y subtemas referentes a propias habilidades para la vida y con mayores técnicas lúdicas que brindaron una interacción continua entre los participantes.

La persona que pierde su libertad, tras haber infringido a la ley, debe adaptarse a un entorno cuyas características lo hacen sumamente estresante, confuso, agobiador, con las cuales las personas que se encuentran allí dentro deben lidiar en el día con día. Las restricciones de las autoridades, las condiciones de vida raquíticas y la convivencia con los compañeros que también son infractores, poseen actitudes y comportamientos disfuncionales para la seguridad social, lo que somete a la persona a un ambiente que puede aumentar la conducta delictiva y las conductas inadecuadas. Al respecto, González (2015) refiere en concordancia con esto que:

(...) existe la duda de sobre si realmente la cárcel sirve para los fines destinados o más bien se convierte en la “universidad de la delincuencia” debido a que los reclusos al relacionarse entre sí comparten conocimientos y conductas que abarcan diversos “modus operandi” utilizados a la hora de cometer un delito. Por otro lado la violencia que se observa y se vive día con día puede provocar que el castigo se vuelva más severo, el individuo más violento y se desarrollen sentimientos como resentimiento y rechazo a la sociedad por el castigo en lugar de reivindicarse (...) sin embargo el ideal de prisión no es este, sino más bien el cambio de la mentalidad del infractor (p. 23).

Goffman (2001) se refirió acerca de las características de las instituciones totales, en las que los individuos atraviesan un proceso de adaptación y mencionó que los individuos ingresan con una “cultura de presentación” que han desarrollado en sociedad, en su vida cotidiana, hasta que entran en la institución. Explicó que si la estadía del interno es prolongada puede ocurrir una “desculturación”, es decir, pierde la constancia del comportamiento exterior y se puede dar paso a los patrones establecidos dentro de la institución, sin embargo, estar “encerrado” no tiene para el interno un valor absoluto (pp. 25 - 26).

Por ende, se observa que el proceso de adaptación que tiene la persona en prisión interfiere en su desarrollo dentro del centro, las condiciones existentes en el entorno pueden tener influencia negativa en el individuo e incentivar a mayores conductas delictivas. Si un privado de libertad permanece mucho tiempo en prisión, algunas conductas propias de la

cultura podrían ser menos relevantes, ya que no son practicadas, y las conductas propias del ambiente en el que se está desarrollando son más constantes. Por esta razón, se consideró apropiado actuar sobre este dilema, dado que por medio de una intervención psicoeducativa estas situaciones pueden ser prevenidas y trabajadas para construir una nueva actitud. En este sentido, fue relevante haberse dedicado al entrenamiento de siete habilidades para que la persona privada de libertad tuviera la oportunidad de trabajar en los comportamientos esperados por la sociedad y pueda readaptarse a ella una vez que se determine su libertad.

Privación de libertad desde la psicología

El término de privación de libertad desde el ámbito penitenciario y legal suele tener diferencias en cuanto a si se observa desde la ciencia psicológica, pues esta última puede obtener una visión desde la posición del individuo en el entorno carcelario más global. Por tal razón, fue necesario indagar acerca de este concepto teóricamente, como base al presente trabajo práctico que se dirige desde un enfoque psicológico.

Al respecto, Escaff, Estévez, Feliú y Torrealba (2013) desde su postura de la Psicología Jurídica, definen la privación de libertad como “la medida o pena con la que se despoja un individuo de su empleo, de sus derechos o dignidad, por un delito que ha cometido, siento este obligado a pegar su condena recluido a un recinto penitenciario” (p. 295). Más adelante, explican que va el término va más allá, dado que el individuo ahora deja de gobernarse y gobernar su vida para pasar a ser gobernado por las autoridades y hasta por sus compañeros lo que produce consecuencias en el sujeto (p. 296).

Prisionización como consecuencia del encierro

Escaff *et al.* (2013) insertaron el término “Prisionización” para hacer referencia a las consecuencias que tiene el ambiente carcelario en el individuo, el cual se define como “el proceso en el que una persona, privada de libertad, adquiere códigos, normas sociales y formas de comportarse para poder convivir en la cárcel” (p. 296). Estos autores, consideran esta adopción como una subcultura carcelaria, la cual, referenciando a Acosta (2008), menciona que esta “ayuda de alguna manera a adaptarse a la adversidad del medio; sin embargo podría influir en una desintegración de la personalidad, ya que el sujeto al dejar los códigos con los cuales se relacionaba, debe acomodarse bruscamente a las nuevas normas (p. 296)”.

Intervención psicológica en el sistema penitenciario

Juanche y Palummo (2012) citado por Pastorín (2016), mencionaron que la intervención psicológica en el sistema penitenciario debe responder a:

... la necesidad de pensar programas institucionalizados para acompañar el proceso de tránsito de la cárcel a la vida en libertad, incluyendo el seguimiento y el acompañamiento a los procesos y contextos familiares y comunitarios, como forma de asegurar el máximo posible de oportunidades para la reintegración armónica. Lejos de colocarnos en una estructura de “pensamiento mágico” que atribuye a la cárcel un rol rehabilitador inexorable, partimos de la posición contraria: más bien la cárcel tiene escasas posibilidades de dotar a la persona de habilidades, competencias y oportunidades para optar por una trayectoria diferente y además sostenerla en el tiempo. De ahí la necesidad de diseñar nuevas estrategias que combinen la intervención psico-social en “el adentro” y la proyecten en el “afuera” (p. 32).

De acuerdo con lo expuesto, la envergadura de efectuar intervenciones psicológicas en los centros penitenciarios ayudaría a responder de una manera más efectiva las necesidades propias de quienes se encuentran en ellas. Por su parte, uno de los roles más importantes del psicólogo penitenciario es velar por una adecuada atención integral del privado de libertad, promoviendo ante todo la salud mental. En este sentido, Baltodano y Márquez (2014) mencionan que en el 2010 la Dirección General de Adaptación Social (DGAS) designa que entre las funciones del psicólogo penitenciario está promover la salud mental en esta población tan vulnerable (p. 226)

Así pues, esta práctica dirigida fue desarrollada dentro del área de intervención del psicólogo penitenciario, como una intromisión en el tratamiento psicológico con la población privada de libertad, en la temática de habilidades para la vida. Para ello, se realizó una revisión de los enfoques utilizados en este ámbito, para dirigir este trabajo como guía psicoterapéutica.

Enfoque psicoeducativo con privados de libertad.

Builes y Bedoya (2006) mencionan que la psicoeducación se enlaza con la historia y la realidad del sujeto que se encuentra inmerso en una condición de enajenación, la cual es formada por una integración subjetiva, familiar y social, y que por medio de este proceso y el trabajo en cada una de las partes, se puede generar una nueva red de apoyo (p. 13).

Con el fin de definir el concepto de psicoeducación, se cita a Bulacio y Vieyra (2004),

quienes indicaron que se trata de un “proceso que permite brindar a los pacientes la posibilidad de desarrollar, y fortalecer sus capacidades para afrontar las diversas situaciones de un modo más adaptativo”. Más adelante, en congruencia con la labor del profesional encargado de impartir un programa psicoeducativo, refirieron que este debe “orientar y ayudar a identificar con mayor entendimiento y claridad el problema o la patología para enfocar adecuadamente, en forma conjunta, su resolución o tratamiento y favorecer, por ende una mejora en la Calidad de Vida” (p.3).

Así pues, este trabajo tuvo una intervención desde el enfoque de la psicoeducación, para que intentara brindar una oportunidad a los privados de libertad de producir aprendizajes que faciliten la comprensión de su realidad, incentiven a la concientización, y búsqueda de una adaptación y cambio. Montiel y Guerra (2016) explican que la amplitud de herramientas que se pueden incorporar, da paso al manejo de las circunstancias en las que se encuentre una persona y un cambio conductual ante un estilo de vida (p. 327).

En razón de que el proceso psicoeducativo se impartió en un centro penitenciario, se confirmó la relevancia de su aplicación, ya que existían bastas necesidades en la población carcelaria. En cuanto a esto, Baltodano y Márquez (2014) afirman la envergadura de producir este tipo de programas:

Los centros de atención a privados de libertad deben establecer estrategias técnicoadministrativas que permitan identificar a aquellas personas con mayor riesgo de desarrollar conductas suicidas e incluirlos en un proceso terapéutico o psicoeducativo que atienda oportunamente sus necesidades. Por lo que la propuesta planteada, incluso solo en su diseño, es una contribución a la salud mental de esa población pues brinda información general para desarrollar estrategias de atención. Debe recalcarse, que esta propuesta plantea un proceso psicoeducativo y no psicoterapéutico; lo que se busca es la prevención mediante el desarrollo de habilidades para la vida (p. 245).

De forma que, los programas psicoeducativos vienen a propiciar una alternativa de trabajo con personas encarceladas. Además, en relación con esta investigación el modelo psicoeducativo aportó elementos favorables para los participantes. En cuanto al cumplimiento de uno de los requisitos de su plan técnico y para un aprovechamiento personal al haber promovido la actitud de cambio ante una reinserción social.

Habilidades para la vida

La OMS junto con UNESCO, UNICEF, y el Banco Mundial trabajaron en el proyecto llamado “FRESH (Focusing Resources on Effective School Health)”, y actualizaron el termino de habilidades para la vida como un “grupo de competencias psicosociales y destrezas interpersonales (...) que pueden orientarse hacia acciones personales, interpersonales y aquellas necesarias para transformar el entorno de manera que sea propicio para la salud” (WHO, 2000; citado por Martínez, 2014, p. 6).

Así pues, se consideraron las habilidades para la vida como un conjunto de competencias y destrezas interpersonales, de las cuales el privado de libertad pudo haber hecho uso para aprender y evitar aquellas maneras de actuar que atentan contra la integridad humana. Con este ideal, González y Quesada (2014) proponen un nuevo enfoque “crítico y humanista que propicie el reconocimiento del otro como uno más y le brinde su propio espacio en la sociedad inclusiva con la cual todos soñamos” (p. 125). Estos autores agregaron que:

(...) la idea de desarrollar habilidades para la vida con personas privadas de libertad, es uno de los principios coherentes con dicho enfoque que les permita construir una nueva cosmovisión y sentirse otra vez seres humanos, merecedores de la valoración y el respeto de los demás, dado que no se justifica que quienes convivan en los centros penitenciarios naturalicen la marginalidad y la exclusión (p. 125).

Por su parte, Córdoba, Flores, Rodríguez, Salazar y Sandoval (2009), concluyeron que las habilidades para la vida cumplen una función de relevancia en la promoción de herramientas para los privados de libertad, que les permita una responsabilización en su sentido más amplio. Esto, tomando en cuenta que los problemas presentes en esta población están relacionados con el comportamiento y con la incapacidad para afrontar de forma efectiva el estrés que se vive en prisión y para dar la oportunidad a las personas privadas de libertad de trabajarse a sí mismos.

Metodología

Características de los beneficiarios directos

La población a la cual se dirigió esta práctica correspondió a un grupo de privados de libertad del CAI de Cartago, seleccionados por un proceso en el que el autor y el Departamento de Psicología depuraron una lista de 20 personas como los beneficiarios

directos en edades de entre 22 y 56 años. Para su selección, se efectuó un proceso de revisión de expedientes y de listas de referencias al proceso, debieron cumplir con todos los criterios de inclusión establecidos; estos criterios fueron los siguientes:

- Ser referidos al proceso de habilidades para la vida.
- Su período de pena no se cumpla antes de junio del 2019.
- Haber cometido delitos que atenten contra la vida (alta dañosidad en el delito).
- No haber llevado el proceso de habilidades para la vida anteriormente.
- Voluntariedad de la persona para llevar el proceso.

Estrategias de intervención

La presente práctica fue una intervención psicoeducativa sobre habilidades para la vida dirigida a privados de libertad del CAI de Cartago, la cual consistió en un proceso grupal de 14 sesiones, con una duración de dos horas cada una.

Esta intervención se guio por cuatro ejes temáticos: Autoconocimiento (Parte 1 y Parte 2), Empatía, Manejo del estrés (Parte 1 y Parte 2), Resolución alterna de conflictos (Parte 1 y Parte 2), Toma de decisiones, Entorno personal y social, Comunicación asertiva (Parte 1 y Parte 2).

En la institución se cuenta con una guía de trabajo homologada, referente al “Trabajo Interdisciplinario en la Temática de Habilidades para la Vida” del Ministerio de Justicia y Paz (2013), la cual se fue sometida a una serie de cambios, pues se insertaron subtemas para dirigir el proceso hacia el enfoque propio de habilidades para la vida, además se incorporaron técnicas lúdicas y de mayor interacción grupal.

En relación con la **primera fase** de identificación y selección de los participantes, se consiguió determinar el grupo para la intervención por medio de cuatro pasos. El primero de ellos fue obtener una lista de todos los referidos al proceso de habilidades para la vida, los que fueron verificados que aún se encontraban en el centro, se realizó con la base de datos del Departamento de Seguridad. En el segundo paso, se efectuó la revisión de expedientes para filtrar según los criterios para ser participantes, especificados anteriormente. En el paso tres se aplicaron las entrevistas a las personas que calificaban para el proceso en relación con los datos obtenidos en la revisión de expedientes. Se entrevistaron a las 52 personas que son seleccionadas y se consiguieron 31 participantes que calificaban. En el paso cuatro se elaboró

una triangulación con el Departamento de Psicología y el Departamento de Orientación, y se determinó la lista final de participantes, compuesta por 20 personas de los ámbitos A, B y C.

Con respecto a la **segunda fase** de aplicación de la intervención, se dispuso de la población privada de libertad, quienes son clave importante del proceso. Además, se obtuvo el acompañamiento profesional del equipo técnico que dirige la práctica, compuesto por la psicóloga supervisora de la institución y la psicóloga directora del presente proyecto de graduación, a quienes les correspondió mediante su experiencia, apoyar al practicante, tutelar la forma de trabajo, corregir posibles observaciones para solventar el proceso, generar una guía profesional y garantizar un aprendizaje eficaz del postulante.

Finalmente, para la **tercera fase** de evaluación se utilizaron los instrumentos realizados por el sustentante (evaluaciones por tema, cuestionario de evaluación del modelo y cuestionario de evaluación del facilitador) que se aplicaron a los privados de libertad.

Resultados

Resultados de la identificación de las principales necesidades de atención psicoeducativa en habilidades para la vida de la población privada de libertad.

Para identificar las principales necesidades de atención psicoeducativa en habilidades para la vida de la población privada de libertad del Centro de Atención Institucional de Cartago, se siguió una secuencia de pasos, se inicia con entrevistas a funcionarios para determinar las necesidades que ellos consideran desde su posición. Posteriormente, se realizaron las entrevistas cortas a 52 privados de libertad de los ámbitos A, B Y C, con una duración máxima de 5 minutos por persona, con el objetivo de definir si la persona desea llevar el proceso, y para concluir el diagnóstico tomando en cuenta la perspectiva de la población penitenciaria. Las preguntas y sus resultados fueron los siguientes:

Cuadro 1. Resultados entrevistas cortas

Preguntas	Resultados
¿Ha llevado un proceso de H.V.?	9 personas ya han llevado el proceso
¿Quisiera participar en un proceso de H.V.?	3 personas dicen que no desean participar
	40 personas desean participar

¿Cuáles considera que son las principales Según las respuestas obtenidas se necesidades de los privados de libertad del CAI de priorizan de acuerdo con la cantidad de Cartago?

veces mencionada:

Falta de atención interdisciplinaria

Falta de espacio personal

Escasa alimentación

Falta de artículos personales

Falta de espacios de recreación

6. Falta de oportunidades laborales

No responden 5 personas

¿Cómo son las relaciones interpersonales entre 37 personas dicen tener buenas compañeros privados de libertad?

relaciones con compañeros

5 personas dicen no tener buenas relaciones interpersonales

No responden 10 personas

¿Cómo considera la atención que brinda el equipo 15 personas dicen que la atención es interdisciplinario a los privados de libertad?

adecuada 28 personas dicen que la atención es ineficiente

No responde 7 personas

Ahora bien, al haber obtenido estos datos por medio de las entrevistas cortas, se consideró que los resultados obtenidos concuerdan con dos necesidades prioritarias que deben ser discutidas. Según lo relatado por el Director, por el Departamento de Psicología, y por la muestra de 52 privados de libertad, se coincidió en que la atención interdisciplinaria del personal técnico era la mayor necesidad. Esto, debido a la sobrepoblación de privados de libertad, en comparación con la poca cantidad de profesionales a cargo.

Ahora bien, es una realidad de los centros penitenciarios costarricenses que la sobrepoblación dignifica como la preocupación principal de la que se desprenden muchos otros problemas, esto de acuerdo con lo aportado por los antecedentes a esta práctica. Como muestra de ello, lo mencionado por Vargas (2011) quien estudió las necesidades del CAI de

Cartago y descubrió que el Departamento de Psicología se juega un reto importante para conseguir una atención oportuna, ya que son muchos los referidos al plan técnico. Es decir, estos resultados obtenidos son congruentes con la realidad nacional y de la región si los comparamos con los obtenidos por Carranza (2012), Consejo Nacional de Rectores (2017), González y Quesada (2014), Zamora (2016) y otros estudiados a lo largo de la investigación.

Resultados del desarrollo del proceso de intervención psicoeducativa

Como resultados más relevantes de la intervención efectuada se destacan los siguientes:

Se percibe, que los participantes realizan un esfuerzo por definir el concepto de autoconocimiento, algunos mencionan lo que se les viene a la mente sin temor a equivocarse, los demás escuchan atentamente a lo que sus compañeros y el facilitador mencionan, se nota producción grupal mayor ante lo esperado. Se comenta acerca del concepto y de la importancia que el autoconocimiento puede tener en el día con día, pareciera que el concepto es entendido por los participantes al emitir algunos ejemplos certeros de sí mismos. La reacción de los sujetos es participativa y con apertura a expresar sus ideas.

De acuerdo con los comentarios emitidos por los participantes se descubre que para muchos fue la primera vez en escuchar del tema de autoconocimiento. Lo cual incita a llevar a cabo un esfuerzo por emitir información clara y corroborar que sea entendida ya que existe una nula preparación en este tipo de temas. Con esto se denota que existen mecanismos de defensa que impiden realizar un autoconocimiento más profundo, y que con el transcurrir de las sesiones se intentó disminuirlas mediante distintas dinámicas. Mientras que otras personas si logran reconocer cuánto se conocen a sí mismos, siendo sinceros y abriéndose a expresar sus anhelos y metas en la vida.

Mediante una actividad en este mismo tema de autoconocimiento, los participantes consiguen definir una persona o alguien a quien admiran, descifrar por qué razones lo admiran y algunas características de esta persona para ser digna de admirar. En oportunidades, la actividad se prestó para que algunos participantes relacionaran el tema con su propia historia, les vinieron recuerdos a la mente, lo que hace que se muevan emocionalmente en su psique. Parece ser que les fue más cómodo pensar en una persona externa o un ente que en sí mismos, lo cual hace ver la dificultad de introspección que tienen, mecanismos de defensa para no tocar sus fibras y emociones que los hacen sentirse no a

gusto. En la segunda sesión se obtuvieron dificultades como el cambio de aula, el poco espacio, el oficial dentro del aula, sofocamiento ante el calor y atrasos en el tiempo de inicio.

La tercera sesión se realizó el 24 de diciembre, al ser una fecha especial y por iniciativa de los privados de libertad, se llevó a cabo un convivio con la compra de alimentos en la soda del centro para compartir. En el lapso de espera a que todos los participantes se reincorporaran, entre las anécdotas y palabras de los privados de libertad, se puede percibir mucho dolor, impotencia al no poder estar con sus familiares, arrepentimiento, reflexión, apertura a expresar sus sentimientos y relatar la realidad que están afrontando.

Se produce un espacio de reflexión para la población, lo cual también tiene un impacto en el facilitador, para llegar a ponerse en el lugar de cada una de esas personas que se encuentran sufriendo y con un ahogo emocional, para sentir de frente lo que vive un privado de libertad y las consecuencias que tiene la prisionización en ellos.

Los participantes apreciaron y agradecieron el espacio generado para compartir, un rato que fue de ellos, pues se considera que la población se sintió estimada al tener un tiempo fuera de lo cotidiano para conversar fuera de las celdas. Se percibe emotividad, actitudes de reflexión como con frases reflexivas, de arrepentimiento, de tristeza, de impotencia. Se puede observar cuando una persona que se está expresando conecta su pensamiento con lo que siente, su cognición con su emotividad.

Posteriormente, se trabajó el tema de la empatía, algunas personas mencionaron que nunca habían escuchado acerca de este. Se explicó el término de empatía, se considera que el concepto tiene un alcance más allá de ser comprendido, ya que, debido a los comentarios, las conductas y reacciones ante el tema, así como el juicio crítico y reflexivo que demostraron los privados de libertad, hacen ver que se produce una sensibilización ante la empatía, poder relacionar el tema con sus situaciones de vida, con todos los implicados y afectados con su delito, el tener la apertura para expresarlo y reconocerlo, además de afirmar que si se hubiera preparado desde pequeños con este tema, quizás, se podrían haber evitado tomar decisiones equivocadas. Estas razones, conllevan a concluir un resultado positivo con la reacción ante la empatía, a pesar de que, posiblemente, en algunos de ellos, les es difícil abrirse emocionalmente.

Se considera de relevancia haber trabajado y lo producido ante las reacciones que causa el estrés en el cuerpo, ya que pocas veces se presenta la oportunidad, especialmente

para un privado de libertad, de aprender acerca del estrés y cómo intentar manejarlo. Además, los participantes identificaron en cuales partes del cuerpo sienten las consecuencias del estrés. Fue destacable la reacción de los participantes ante la técnica de relajación, lo cual, al parecer, fue del agrado de los privados de libertad. Se discute que cada quién aprovecha el proceso y lo internaliza de acuerdo según su subjetividad, su motivación para trabajarse a sí mismo, y con ello poder encontrar algún beneficio que le ayude en su vida diaria. Gracias a los comentarios expresados por los participantes al finalizar la relajación, se descubrió que algunas personas se sintieron a gusto con el ejercicio. Por ejemplo, una persona mencionó que “quisiera aprender más técnicas de este tipo”, con esto se analiza si las técnicas de relajación podrían ser practicadas individualmente por una persona que considere que pueden ser de beneficio para el manejo del estrés, además de incorporar alguna técnica de este tipo en otra oportunidad en el proceso.

En las actividades del tema Resolución Alternativa de Conflictos, se consiguió ejemplificar de diferentes maneras los distintos métodos de resolución, se mantiene la participación que se dio desde el inicio del taller, a pesar de ser conceptos que no son fáciles de comprender, emitieron ejemplos concisos que muestran ser entendidos. Se considera que se da una exposición de los mecanismos de resolución alternativa de conflictos de forma clara, con aportaciones de los participantes y ejemplos ilustrativos, así como con material físico para que puedan ser utilizados en situaciones de conflicto.

En relación al tema de toma de decisiones, fue interesante ver la propuesta de pensar en cuántas personas se han afectado con una mala decisión, se conversa acerca de las víctimas directas afectadas con los delitos que cometieron y de las personas que indirectamente también sufrieron repercusiones. Sin lugar a dudas, según lo comprobado por los testimonios de los participantes, las malas decisiones que les llevaron a cometer delitos, fue por consecuencia a una emoción en un momento y una situación determinada.

Ante el trabajo efectuado en el tema de relaciones interpersonales se obtuvo como resultado un trabajo grupal efectivo y de buena producción, del cual se pudo abarcar, mediante dinámicas que provocaron un ambiente participativo y reflexivo. Se reconoce que los participantes consiguen identificar fortalezas y debilidades propias, así como sus oportunidades y las que el entorno puede brindar.

Se produjo efectivamente, una sensibilización y reflexión ante la asertividad, también

se tocaron otros temas como los sueños que se ven frustrados en una persona producto de la sociedad, lo cual dio paso a hacer conciencia y relacionar la falta de asertividad con situaciones de la vida, y hasta con su delito, como sucedió con un participante. Los privados de libertad han faltado a la asertividad, de modo que no respetaron a las víctimas, ni se respetaron a ellos mismos.

Por último, cabe mencionar las actitudes asertivas con las que se desarrolló el grupo en las últimas sesiones, en donde se originaron conversaciones grupales y se respetó la palabra de todas las personas, en un ambiente de confianza. En los trabajos en subgrupos se percibió un ambiente de interés en el tema y esfuerzo por cumplir los objetivos de la tarea encomendada, cada quien poniendo de su parte. Con esto, se incluye la importancia de que el grupo se fue unido y se crearon relaciones armoniosas entre los participantes.

Resultados sobre la evaluación de la intervención psicoeducativa

Se presentan los resultados obtenidos con la aplicación del cuestionario para la evaluación del proceso de habilidades para la vida, en donde se escriben el número de respuestas para cada ítem, por medio de los siguientes cuadros.

Cuadro 2. Resultados de evaluación del proceso El proceso de H.p.V.

El proceso de H.p.V.	Muy malo	Malo	Regular	Bueno	Muy bueno
En general, ¿cómo considera que fue el proceso?				2	18
¿Cómo califica la duración en tiempo del proceso?			2	10	8
¿Cómo califica la duración en tiempo de cada una de las sesiones?			2	8	10
¿Cómo califica los contenidos (temas) desarrollados?				1	19
¿Cómo califica las actividades realizadas?				4	16
¿Cómo califica el material didáctico implementado?				7	13

Nota: Elaboración propia (2019).

Cuadro 3: Resultados de evaluación del modelo utilizado

	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Parcialmente de acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
El proceso de HpV cumplió con sus expectativas.				3	17
Los temas vistos son de utilidad para la vida.				2	18
Las actividades fueron congruentes con los contenidos.				4	16
Considera que los contenidos desarrollados tuvieron algún beneficio para usted.				2	18
Los recursos utilizados fueron pertinentes en cuanto a la temática del taller.	3 personas no responden			3	14

Nota: Elaboración propia (2019).

Conclusiones

A continuación, se esbozan las conclusiones finales de la intervención psicoeducativa en habilidades para la vida.

Inicialmente, se menciona la viabilidad de efectuar la intervención en las personas privadas de libertad del Centro de Atención Institucional de Cartago, ya que al contar con el apoyo de los funcionarios de este centro penitenciario y la confianza puesta en el practicante, además de la apertura del grupo de participantes, se pudo proporcionar una intervención efectiva la cual promovió las habilidades para la vida como medio de crecimiento personal y convivencia social.

Luego, una vez elaborado un diagnóstico para identificar las principales necesidades de atención que requería la población de privados de libertad por parte del Departamento de Psicología, se descubrió que el proceso podía ofrecer un alcance a las necesidades prioritarias con las que contaban. Al respecto, finalmente se comprueba que obtiene un efecto positivo en la atención que brinda el personal técnico ya que se logró disminuir la lista de personas referidas para el proceso de H.p.V.

Así pues, con la evaluación aplicada se obtuvieron datos para analizar cuál fue la eficacia del proceso grupal psicoeducativo desarrollado. Estos resultados apuntaron que se

originó un impacto positivo, tanto en la unión y producción grupal, como reflexión personal y capacidad de relacionar los temas vistos con las situaciones en cada uno de los participantes en su propia vida. Además, según lo expresado por los participantes, el modelo psicoeducativo implementado sirvió de facilitador para la comprensión de los temas y ocasionó un espacio óptimo para el aprendizaje.

Como conclusiones más específicas se determinaron las siguientes:

Se descubre, ante lo expresado por los participantes y las altas listas de espera de referidos a los diferentes procesos, que son pocas las oportunidades de intervención psicológica que se proporcionan a esta población, posiblemente por la elevada cifra de privados de libertad ante la poca cantidad de personas que deben brindar la atención técnica. Para muchos de los participantes fue la primera vez que se escuchaba y se trabajaba en la temática de habilidades para la vida y que fue parte de un proceso grupal de este tipo.

Después de la sesión realizada el 24 de diciembre, se consuma que la población apreció el espacio diferente que se creó para compartir, en donde cada quien tuvo la potestad de expresarse libremente sin recibir represalias ni desaprobación a sus sentimientos. Esto posiblemente por lo significativo de la fecha, lo cual hizo que la reflexión y nostalgia se evidenciara en los participantes.

Realmente fue observable que el estar preso provoca el sufrimiento humano y un sin número de sentimientos negativos, que interfieren directamente sobre la salud mental y física de las personas que están sometidas a esta condición. En este sentido, a la hora de hablar de las malas decisiones y sus consecuencias, se percibieron sentimientos de culpa y de tristeza, y se pudo conversar acerca del costo emocional de las decisiones, de modo que, se tuvo esa capacidad de enlace hacia lo emocional de algunos participantes.

Sin embargo, se concluye que hay privados de libertad que han bloqueado su expresión emocional, y lo emotivo no es algo que acostumbran practicar, sino más bien se observan actitudes frías, sin conmoción emocional. Esto quizás, producto de la misma historia de vida de cada participante y/o de la historia de su delito, que pudo haber causado recuerdos al efectuar una auto-revisión, y hasta aparecer un rechazo hacia sí mismo, lo que podría causar en ellos culpabilidad y sentimientos negativos.

En todo momento del desarrollo de la práctica con la población privada de libertad se hizo presente el respeto a las palabras de cada una de las personas. No se invalidó en ningún

momento un sentimiento. Por el contrario, se generaron mensajes positivos, de aprecio de la vida, de motivación a compañeros y motivación personal, lo cual hace ver que el grupo sobrepasa las expectativas de lo que se esperaba.

Se determina que es posible que un grupo de hombres que han atentado contra la vida humana puedan crear un espacio de verbalización y desahogo emocional grupal. Además, se destaca que fueron percibidas algunas actitudes de cambio y una recepción del proceso impartido, lo cual ayudó para fomentar que cada quien pudiera trabajarse a sí mismo.

Se discurre que, probablemente, si se genera un espacio para compartir, los privados de libertad posiblemente se muestren atentos a colaborar. Sumado a ello, en dos oportunidades dentro de la intervención, se propició colaboración de los participantes y hasta lograron disponer de dinero para comprar alimentos y compartirlos; espacios de los cuales se puede sacar provecho terapéutico.

Se piensa que, debido a los resultados observados, mediante el juego se puedan disminuir algunas resistencias ante temas con alguna complejidad que provoquen distintos sentimientos a los participantes.

Se cree que es posible trabajar la temática de la empatía con una población privada de libertad y que pueda tener algunos resultados positivos visibles en la terapia como tal (como resultado a corto plazo) y con un acompañamiento terapéutico y de medición de conductas (para definir resultados por un largo plazo de tiempo determinado).

Por su parte, se apreció que es posible explicar una teoría, de manera que pueda ser entendida mediante numerosos ejemplos y fomentando la reflexión personal.

Finalmente, se resalta que existió la capacidad de versatilidad de los participantes para relacionar una dinámica con uno o varios temas. De igual manera, para relacionar los temas con sus propias experiencias de vida.

Referencias

Baltodano, M. y Márquez, M. (24 de noviembre, 2014). Ideación suicida en privados de libertad: una propuesta para su atención. *Revista electrónica de las sedes regionales de la Universidad de Costa Rica*, Vol. XV, N°32. [Archivo pdf]. Recuperado de: <http://www.intersedes.ucr.ac.cr>. ISSN 2215-2458.

Builes, M., y Bedoya, M. (2006). La psicoeducación como experiencia narrativa:

- comprensiones posmodernas en el abordaje de la enfermedad mental. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, vol. XXXV, No. 4, 463-475. Asociación Colombiana de Psiquiatría. Colombia. Recuperado de:
<http://www.redalyc.org/pdf/806/80635403.pdf>
- Bulacio, J., Vieyra, M., Álvarez, C., Benatuil, D. (2004). El uso de la psicoeducación como estrategia terapéutica. *XI Jornadas de Investigación*. Universidad de Buenos Aires. Recuperado de: <https://www.aacademica.org/000-029/16>
- Carranza, E. (2012). Situación penitenciaria en América Latina y el Caribe ¿Qué hacer? *Anuario de Derechos humanos*. (31-66). [Archivo pdf]. Recuperado de:
<http://www.inej.edu.ni/wp-content/uploads/2012/09/Situaci%C3%B3npenitenciaria-en-Am%C3%A9rica-Latina-y-el-Caribe.pdf>
- Consejo Nacional de Rectores. (2017). *Programa Estado de la Nación Segundo Informe Estado de la Justicia*. 2 ed. Costa Rica: Servicios Gráficos, AC. [Archivo pdf]. Recuperado de:
<http://www.estadonacion.or.cr/justicia/phone/index.html#sobreelinforme>.
- Córdoba, M., Flores, L., Rodríguez, I., Salazar, A., y Sandoval, V. (2009). *Manual cognitivoconductual dirigido a profesionales en psicología de centros penitenciarios costarricenses para fomentar las habilidades para la vida en los privados de libertad*. (Trabajo de graduación para optar por Licenciatura en Psicología). Sede Moravia Universidad Católica de Costa Rica.
- Escaff, S., Estévez, M., Feliú, V., y Torrealba, H. (2013). *Consecuencias psicosociales de la privación de libertad en imputados inocentes*. [Archivo pdf]. Recuperado de:
https://www.scielo.org.php?pid=S1794310820130000300007&script=sci_abstract&tlng=es
- Goffman, E. (2001). *Internados: ensayos sobre la situación social de los enfermos mentales*. [Archivo pdf]. Recuperado de:
<https://sociologiaycultura.files.wordpress.com/2014/02/goffmaninternados.pdf>
- González, M. (2015). *Los antecedentes penales y su relación con la falta de oportunidades laborales como doble condena que se aplica a las personas que se encuentran en el*

- Centro de Atención Semi Institucional Cartago*. [Tesis para optar por Licenciatura en Criminología]. Universidad Libre de Costa Rica.
- González, M. y Quesada, L. (25 de noviembre, 2014). El desarrollo de habilidades para la vida en la educación carcelaria: una alternativa dialéctica. *Pensamiento Actual, volumen 14 - No. 22*. 123 - 139. [Archivo pdf]. Universidad de Costa Rica. Recuperado de:
<https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/pensamientoactual/article/view/17784>. ISSN electrónico: 2215-3586
- Hernández, R., Fernández, C., Baptista, P. (2010). *Metodología de la Investigación*. 5ta Edición. [Archivo pdf]. Recuperado de:https://www.esup.edu.pe/descargas/dep_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf
- Martínez, V. (2014). Habilidades para la Vida: una propuesta de formación humana. *Itinerario Educativo, xxviii* 63, 61-89. [Archivo pdf]. Recuperado de:
<http://www.revistas.usb.edu.co/index.php/Itinerario/article/download/1488/1257>
- Ministerio de Justicia y Paz. (2013). *Trabajo Interdisciplinario en la Temática de Habilidades para la Vida*. [Archivo word].
- Montiel, V. y Guerra, V. (2016). Aproximaciones teóricas sobre Psicoeducación. Análisis de su aplicación en mujeres con cáncer de mama. *Psicogente*, 19(36), 324-335. Recuperado de: <http://doi.org/10.17081/psico.19.36.1301>
- Pastorín, F. (2016). *Un enfoque de la intervención en cárceles desde la Psicología Social*. Universidad de la República, Uruguay. Recuperado de: https://sifp.psico.edu.uy/sites/default/files/Trabajos%20finales/%20Archivos/fernanda_tesinafinal.pdf
- Zamora, J. (2016). *Intervención psicológica para la promoción de habilidades sociales en personas privadas de libertad del Centro de Atención Institucional de Cartago*. (Tesis Licenciatura en Psicología). Sede Moravia, Universidad Católica de Costa Rica.