

# Documentos Penitenciarios 31

GUÍA DE INTERVENCIÓN  
DE TRABAJO SOCIAL  
EN PROGRAMAS DE TRATAMIENTO  
DE INSTITUCIONES PENITENCIARIAS

PROGRAMA ALIANZAS:  
INTERVENCIÓN SOCIOFAMILIAR  
Y COMUNITARIA



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DEL INTERIOR

SECRETARÍA  
GENERAL  
DE INSTITUCIONES  
PENITENCIARIAS

# Documentos **31** Penitenciarios

**Guía de intervención de Trabajo Social  
en programas de tratamiento  
de Instituciones Penitenciarias.**

**Programa Alianzas:  
Intervención sociofamiliar  
y comunitaria**



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DEL INTERIOR

SECRETARÍA  
GENERAL  
DE INSTITUCIONES  
PENITENCIARIAS

**Edita:**

Ministerio del Interior - Secretaría General Técnica



**Imprime:**

Entidad Estatal Trabajo Penitenciario  
y Formación para el Empleo



**Maquetación e Impresión:**

Taller de Artes Gráficas  
Centro Penitenciario de Madrid III (Valdemoro)



"CÁMARA CERTIFICA" CERTIFICA QUE EL SISTEMA DE GESTIÓN DE LA CALIDAD EN IMPRESIÓN, ARTES GRÁFICAS, DISEÑO Y CONFECCIÓN INDUSTRIAL Y CARPINTERÍA METÁLICA ES CONFORME A LA NORMA ISO 9001:2015. CENTROS DEL ALCANCE: MADRID I, MADRID III, MADRID V, TOPAS, EL DUESO, CÓRDOBA, JAÉN, SEGOVIA, OCAÑA I, OCAÑA II, MONTEROSO Y LA GERENCIA DE LA EEDTPFE.

El Taller de Artes Gráficas del Centro Penitenciario Madrid III (Valdemoro) posee la Certificación ISO 9001:2015 N° EC-I.2468.17

**Catálogo de publicaciones de la Administración General del Estado**

<https://cpage.mpr.gob.es>

**NIPO:** 126-22-042-0

**NIPO Web:** 126-22-043-6

**Depósito Legal:** M-19844-2022



En esta publicación se ha utilizado papel reciclado libre de cloro de acuerdo con los criterios medioambientales de la contratación pública

# GUÍA DE INTERVENCIÓN DE TRABAJO SOCIAL EN PROGRAMAS DE TRATAMIENTO DE INSTITUCIONES PENITENCIARIAS



## **PROGRAMA ALIANZAS:**

*Intervención sociofamiliar  
y comunitaria*



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DEL INTERIOR

SECRETARÍA GENERAL  
DE INSTITUCIONES  
PENITENCIARIAS

SUBDIRECCIÓN GENERAL DE MEDIO ABIERTO  
Y PENAS Y MEDIDAS ALTERNATIVAS





**PROGRAMA  
ALIANZAS**

Intervención sociofamiliar y  
comunitaria

*El trabajo social facilita el sostenimiento de las relaciones humanas. Construyendo **pilares** sólidos y potenciando **vínculos** saludables se adquieren **alianzas** fuertes que permiten una mejor inclusión en la **comunidad**.*

# Autoría

**Laura Tamayo Gallego**

*Trabajadora Social Centro de Inserción Social Mercedes Pinto (Tenerife)*

**Cristina Filardo Llamas**

*Trabajadora Social del Centro Penitenciario Topas (Salamanca)*

**Esperanza Sánchez Craus**

*Trabajadora Social de la Secretaría General de IIPP*

**Luis Verdú Ortiz**

*Trabajador Social de la Secretaría General de IIPP*

**Verónica Aguilar Fuenlabrada**

*Trabajadora Social del Centro Penitenciario Madrid IV (Navalcarnero)*

**Mayka de la Llave Vega**

*Trabajadora Social del Centro Penitenciario Madrid VII (Estremera)*

**Juan Jesús Merino Serrano**

*Trabajador Social del Centro Penitenciario Albolote (Granada)*

**Ángeles Torres Barros**

*Trabajadora Social del Centro Penitenciario A Lama (Pontevedra)*

**Samuel Parra Gil**

*Trabajador Social del Centro Penitenciario Madrid VII (Estremera)*

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

## **Coordinación**

### **Esperanza Sánchez Craus**

*Trabajadora Social de la Secretaría General de IIPP*

### **Cristina Filardo Llamas**

*Trabajadora Social del Centro Penitenciario Topas (Salamanca)*

### **Laura Tamayo Gallego**

*Trabajadora Social Centro de Inserción Social Mercedes Pinto (Tenerife)*

## **Colaboración**

### **Sara Blanco Infante**

*Jefa de Servicio de la Administración Penitenciaria*

### **Vicente Manuel Zapata Hernández**

*Profesor Titular Universidad de la Laguna (Tenerife)*

# Índice de contenidos



<b>Prólogo</b> .....	9
<b>Agradecimientos</b> .....	13
<b>Introducción</b> .....	15
Justificación .....	19
Fundamentación .....	21
Intervención sociofamiliar .....	22
Intervención comunitaria .....	23
Influencia del apoyo social en el desistimiento delictivo .....	25
<b>Presentación del Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria</b> .....	29
Objetivos .....	33
Profesionales .....	33
Personas destinatarias .....	34
Ámbito de aplicación .....	34
Estructura y formato de las sesiones .....	34
Pautas metodológicas para la aplicación del programa .....	38
<b>Módulos de la intervención sociofamiliar y comunitaria</b> .....	41
<b>Intervención sociofamiliar con las personas penadas</b> .....	43
Sesión individual I. Empezando a conocer el apoyo exterior .....	47
Sesiones grupales. Taller Pilares: Herramientas para construir apoyos sólidos .....	63
Sesión 1. Conociendo mis orígenes .....	65
Sesión 2. Profundizando en mis raíces .....	97

Sesión 3. Entendiendo las relaciones de pareja .....	135
Sesión 4. Mejorando las relaciones de pareja .....	163
Sesión 5. Educando en familia .....	193
Sesión 6. Explorando otras redes de apoyo .....	227
Sesión 7. Mejorando las relaciones sociofamiliares .....	251
Sesión Individual 2. Selecciono a mi persona de apoyo .....	283
<b>Intervención con las personas de apoyo .....</b>	<b>295</b>
Sesión individual. Conocemos a la persona de apoyo .....	299
Sesión conjunta 1. Sumando fuerzas .....	315
Sesiones grupales. Taller Vínculos: Herramientas básicas para las familias y personas de apoyo .....	333
Sesión 1. Conociéndonos .....	335
Sesión 2. Aprendiendo estrategias .....	359
Sesión 3. Afrontando los cambios .....	385
Sesión 4. Entendiendo el tratamiento .....	411
Sesión 5. Adquiriendo herramientas para la prevención .....	435
Sesión 6. Educando en familia .....	463
Sesión 7. Caminando hacia el bienestar mutuo .....	489
Sesión conjunta 2. Adquiriendo compromisos .....	507
<b>Intervención comunitaria .....</b>	<b>529</b>
<b>Seguimiento de la intervención .....</b>	<b>555</b>
<b>Orientaciones para la adaptación telemática de Taller Vínculos .....</b>	<b>563</b>
<b>Material técnico de apoyo .....</b>	<b>589</b>
<b>Bibliografía .....</b>	<b>613</b>



## Prólogo

*“La única forma de sentirse satisfecho  
es hacer un gran trabajo y eso solo  
es posible amando lo que se hace”.*

**Steve Jobs**

Esta Guía que tienes en las manos es el producto de una necesidad, que se ha transformado en un Proyecto y que, gracias a la ilusión, al trabajo y al esfuerzo de grandes profesionales, nace con vocación de servicio y utilidad.

**Necesidad** de introducir en los programas de intervención específica una perspectiva sociofamiliar y comunitaria, con un doble objetivo, incluir a las familias y al entorno comunitario en esa intervención y servir de nexo de unión de la persona penada con su red social de apoyo una vez haya alcanzado la libertad.

**Proyecto**, como integración de una idea en un marco de desarrollo, con metodología, estrategias, técnicas y herramientas al servicio de la misma.

**Ilusión, trabajo y esfuerzo** de los autores y autoras, que se distinguen además de por su vocación de servicio público, altas competencias profesionales y conocimiento del medio en el que desarrollan sus funciones, por su implicación y compromiso no solo con la Institución, sino con cada una de las personas que están privadas de libertad o privadas de otros derechos. Con la generosidad de los Equipos Directivos de Centros Penitenciarios, que han permitido la participación de sus profesionales, especialmente el Centro de Inserción Social Mercedes Pinto en Tenerife y el Centro Penitenciario de Topas.

La Institución Penitenciaria se halla en continuo movimiento, avanzando siempre hacia adelante para ofrecer los recursos suficientes, con la finalidad de favorecer la incorporación social de las personas privadas de libertad o que se encuentran cumpliendo medidas alternativas en el contexto penitenciario, mediante mecanismos de protección, asesoramiento, diagnóstico e intervención que permitan superar las desigualdades y problemas sociales iniciales, así como las razones que motivaron la comisión del hecho delictivo.



No solo es un deber legal constitucionalmente regulado, es un principio de justicia social, madurez democrática y responsabilidad para con la sociedad en su conjunto y con la persona en particular, que tiene ante sí la posibilidad que le ofrece el sistema de corregir sus errores y construir su futuro, respetando las leyes bajo las que todas las personas tenemos que convivir.

Desde la entrada en vigor de la Ley General Penitenciaria en el año 1979 se han ido incorporando todo tipo de intervenciones, en Drogodependencias, Salud Mental, programas específicos de Prevención de Suicidios, Agresores en Violencia de Género, Agresores Sexuales, Conductas Violentas, Delitos Económicos, etc. en un intento permanente de dar respuesta a cada una de las motivaciones delictuales, perfiles delincuenciales y naturaleza de los delitos. Pero no es menos cierto, que gran parte de estas intervenciones han puesto su acento exclusivamente en la perspectiva psicológica, habiendo olvidado la importantísima perspectiva social, de vínculos sociales y redes de apoyo que la persona tiene en el exterior, que puede servir de motor, así como su desarrollo social en el contexto penitenciario.

El colectivo de profesionales del Trabajo Social en el ámbito penitenciario es y siempre ha sido agente de cambio, que ha promovido con su intervención la implicación de las personas objeto de su trabajo y el compromiso de cada una de ellas en su propio desarrollo, persiguiendo restablecer, mejorar y promover la propia capacidad de autodeterminación de las mismas.

En un ámbito tan institucionalizado como es el medio penitenciario su intervención ha sido, es y será primordial, no solo por la aportación profesional que puede ofrecer, sino por la puesta en marcha de toda una red de apoyo sociofamiliar y comunitaria que, estando ahí, es necesario movilizar, conectar y coordinar, de ahí el nombre "Alianzas".

Son las "alianzas" con la persona privada de libertad (o de otros derechos), su entorno, interno o externo y profesionales de la intervención, las que se establecen para completar, mejorar y enriquecer la labor terapéutica que se realiza.

Alianzas son puentes que se construyen, caminos que se inician, metas que se alcanzan y para todo ello, el y la profesional del Trabajo Social es artífice para conectar, unir y reunir, relacionar, cohesionar y construir comunicación.

Y voy a aprovechar la oportunidad que me ofrece este prólogo para hacer una aportación absolutamente personal, un pequeño homenaje al colectivo de Trabajo Social. Reivindico, agradezco y valoro en toda su profundidad el trabajo realizado por profesionales a quienes la Institución debe tanto: su esfuerzo, su amor, su talento y vocación, son impagables.

Tenemos una deuda grande con cada profesional del Trabajo Social; la Institución Penitenciaria, las personas privadas de libertad, familiares y amistades de estas, profesionales de la red social comunitaria y sobre todo y, ante todo, la sociedad.

**Alianzas**, un gran proyecto, una obra útil y práctica de la que nos vamos a beneficiar, de la que tienen que sentir orgullo sus autores, autoras, y personas colaboradoras y de la que yo, sin mérito ninguno, tengo el honor de presentar.

**Guadalupe Rivera González**

Subdirectora General de Medio Abierto y Penas y Medidas Alternativas





## **AGRADECIMIENTO**

**Alianzas** comienza a realizarse en el año 2018. Debido a la situación originada con la pandemia, necesitó adaptarse y modificar la forma de trabajo, pero estas dificultades, no mermaron la ilusión, sino que impulsaron, más si cabe, esta iniciativa tratamental.

Esta Guía es posible gracias a la Alianza de profesionales de la Institución Penitenciaria que creen y hacen crecer el Trabajo Social Penitenciario y la Intervención Social.

Agradecemos a Sara Blanco su colaboración, a partir de su experiencia en el desarrollo de programas, talleres y perspectiva de género.

Además, el programa cuenta con valiosos aportes y recomendaciones sobre Intervención Comunitaria realizados por Vicente Zapata, a quien agradecemos especialmente su ayuda para enfocar, con su experiencia comunitaria, este reto profesional.



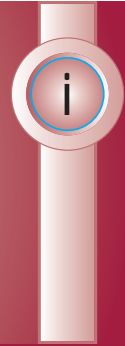


# INTRODUCCIÓN





# Introducción



Se presenta esta guía práctica para la **Intervención de Trabajo Social** que incluye la perspectiva sociofamiliar y comunitaria para el **tratamiento específico de las personas que cumplen penas privativas de libertad**.

Es un material técnico que desarrolla procedimientos, herramientas e instrumentos profesionales con el objetivo de apoyar y facilitar la labor del trabajo social en el medio penitenciario con las **personas privadas de libertad o de derechos, sus familias o personas de apoyo**, así como con la **red comunitaria** a la cual la persona va a regresar. Esta intervención es especialmente relevante para aquellas personas penadas que **participan o hayan participado en programas** específicos de tratamiento.

La Administración Penitenciaria cuenta con un largo recorrido implementando programas específicos de tratamiento, tanto en el contexto intrapenitenciario como en el extrapenitenciario. Se trata de programas dirigidos a personas en las que los factores psicosociales subyacen en la comisión de actos delictivos y están orientados a prevenir la reincidencia. Teniendo en cuenta la experiencia de los programas implantados hasta la actualidad, se considera necesario incorporar a las familias o personas con un vínculo significativo en el proceso de tratamiento, así como vincular a las personas penadas en la comunidad donde posteriormente se reintegrarán.

El **trabajo social** cuenta con una metodología específica, con herramientas e instrumentos que permiten una intervención grupal, familiar y comunitaria. Sin embargo, el perfeccionamiento de la práctica exige el aumento de conocimientos, destrezas y habilidades propias, motivo por el cual se crea esta **Guía de intervención de trabajo social** como complemento de los programas específicos actuales, incorporando la perspectiva sociofamiliar y comunitaria y que, a la vez, sirva de referencia y punto de partida para el conjunto de profesionales del trabajo social.

La aportación técnica y teórica del trabajo social es un valor añadido e indispensable para potenciar y favorecer los resultados de los programas específicos de tratamiento, incrementando el grado de consecución de los objetivos planteados. El propósito

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

principal es optimizar el tratamiento penitenciario otorgando un papel clave al contexto sociofamiliar y comunitario.

La Guía contiene diferentes tipos de intervención: con las personas penadas, con las personas de apoyo y con el entorno comunitario. Estas intervenciones pueden ser implementadas tanto en el marco de programas específicos de tratamiento como de forma independiente ya sea por módulos o incluso por temáticas concretas adaptándolo a cada caso. El **Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria** es la forma secuencial de desarrollar los diferentes módulos de intervención que aparecen en esta Guía.



## Justificación

Desde diferentes ámbitos penitenciarios se ha detectado la necesidad de incorporar la perspectiva sociofamiliar en los programas específicos de tratamiento para desarrollar una intervención más integral. A esto se añade, que el colectivo de trabajo social en Instituciones Penitenciarias ha manifestado la importancia de contar con un material técnico que facilite el desarrollo del trabajo social.

El punto de partida del Programa Alianzas ha sido la intervención actual, para ello, se realizó un análisis detallado de los diferentes programas de tratamiento específicos que se desarrollan en el medio penitenciario. La revisión permitió confirmar que, aunque se recogen algunos módulos o temas que son transversales o directamente relacionados con el trabajo social, se detecta que a nivel general existe una carencia de contenidos propios en áreas familiares y socio comunitarias que profundicen y permitan realizar una intervención interdisciplinar.

La experiencia en el desarrollo de los programas de tratamiento específico de corte psicoeducativo refuerza la necesidad de incluir una intervención sociofamiliar y comunitaria en el tratamiento penitenciario.

Asimismo, la intervención en los programas específicos de tratamiento evidencia una desconexión entre la evolución de la persona en su proceso de tratamiento y la de su red de apoyo, que puede continuar en fases previas al inicio de la intervención, desconociendo las progresiones que está realizando y pudiendo interaccionar negativamente en la aplicación del aprendizaje en su entorno de referencia.

Estas necesidades detectadas tanto por profesionales que intervienen en los programas, como por el colectivo de trabajo social en contacto directo con las familias y sus vínculos más cercanos, justifican el diseño y la aplicación de un programa dirigido a implicar al entorno socio comunitario en el proceso de tratamiento. Está demostrado que vínculos fuertes y saludables ejercen una función protectora en el desistimiento delictivo. Así, los sistemas sociofamiliares sólidos pueden ejercer una función preventiva y permitir, a su vez, la detección de posibles incidencias que se presenten en los procesos de adaptación en la vida en comunidad.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

El objetivo es generar alianzas conjuntas que favorezcan la reinserción social, ofreciendo la oportunidad de recibir ayuda, no solo profesional, sino a través de su red sociofamiliar y comunitaria dotada de recursos adecuados para apoyar la reintegración social. Esto justifica la necesidad de incluir la perspectiva de trabajo social, de manera que permita alcanzar y consolidar los objetivos de los programas de tratamiento y refuerce el desistimiento delictivo en el proceso de incorporación a la sociedad.

## Fundamentación

El Código Deontológico de trabajo social establece que el trabajo social es la *disciplina que tiene por objeto promover el cambio social, la resolución de los problemas en las relaciones humanas y el fortalecimiento y la libertad de las personas para incrementar el bienestar, mediante la utilización de teorías sobre el comportamiento humano y los sistemas sociales. El trabajo social interviene en los puntos en los que las personas interactúan con su entorno. Los principios de los derechos humanos y la justicia social son fundamentales para esta disciplina.* (Consejo General del Trabajo Social, 2012).

En el ámbito concreto de la Secretaría General de Instituciones Penitenciarias, el trabajo social interviene con las personas privadas de libertad y con las personas privadas de derechos, sus familias y su entorno social con el propósito de estudiar, valorar e incidir en los vínculos sociales y redes de apoyo para favorecer, mejorar, restaurar o reconstruir los mismos. Es necesario conocer las posibles causas que han influido en la comisión delictiva para eliminar o disminuir las variables de carácter socio familiar que influyen o pueden influir en las diferentes trayectorias delictivas. Esto requiere de una intervención individualizada adaptada a las particularidades concretas de cada una de las personas, familias, grupos o comunidades.

La implicación y el compromiso del entorno sociofamiliar y comunitario de referencia facilita la reeducación y reinserción social de las personas y supone un elemento clave del tratamiento penitenciario para alcanzar el mandato constitucional recogido en el artículo 25.2. La propia Ley Orgánica General Penitenciaria (LOGP) ahonda en esta idea cuando habla del tratamiento penitenciario en su artículo 59.2 que reconoce la importancia de desarrollar una actitud de respeto y de responsabilidad individual y social con respecto a su familia, al prójimo y a la sociedad en general. Por ello, se considera imprescindible incluir estos ámbitos de intervención en los programas específicos de tratamiento que se están desarrollando en la actualidad en la institución, para incorporar las fortalezas y oportunidades familiares, sociales y comunitarias, que permitan afrontar con mayor éxito las problemáticas particulares de cada persona, promover modelos de convivencia más integradores y alcanzar un mayor nivel de bienestar social.



A continuación, se profundiza en las diferentes temáticas que fundamentan y avalan esta guía de intervención sociofamiliar y comunitaria.

### • **Intervención sociofamiliar**

El tratamiento penitenciario se ha enfocado tradicionalmente en la persona que comete el delito o delitos de manera individual (o grupal) atribuyendo a la familia un papel pasivo en la reinserción (Ibáñez y Pedrosa, 2018). Frente a este papel pasivo es necesario entender la familia como el principal y el más cercano contexto en el que se desarrolla una persona y, por tanto, el espacio donde se producen los principales procesos de socialización. Esta socialización permite adquirir la cultura, las normas y los valores de una sociedad, es decir, que la persona los aprenda e interiorice haciéndolos propios e integrándolos en su personalidad. Este proceso está muy influenciado por el entorno familiar en que se produce. Según Comellas (2009) las primeras influencias que aporta la familia van a permitir o no la evolución normal de la persona. Por ello, la familia es el agente socializador más importante al ser el principal referente durante la primera infancia, siendo en esta época un puente entre este y los demás contextos.

Sumado a la importancia de este entorno en el propio proceso de socialización, es necesario entender la familia y/o el contexto social más próximo como sistemas abiertos con interdependencia entre el ambiente externo y viceversa. Es decir, estos agentes ejercen influencia activa en el entorno a la vez que se adaptan a éste y son influidos y condicionados por él. Así, podemos entender la familia como una unidad social básica que conecta a las personas y a la sociedad (Alberdi, 1999).

*El modelo sistémico considera la familia como un sistema con identidad propia y un proceso de desarrollo evolutivo dinámico interno (entre los propios miembros de la familia) y externo (de la familia con el entorno). Los procesos de interacción de la familia permiten una serie de intercambios de influencia bidireccional entre sus miembros. El reconocimiento de estos procesos es el objetivo prioritario para reestructurar las relaciones disfuncionales que pudieran haberse creado (Martínez, 2017).* Es importante conocer y tener en cuenta estas relaciones disfuncionales cuando se trabaja con las familias o entornos sociales próximos.

Centrándonos en nuestro ámbito de intervención, la familia o el entorno social de la persona que realiza el tratamiento penitenciario es un elemento clave para plantear una intervención reeducativa e incluso preventiva, buscando un tratamiento penitenciario integral. En el contexto de privación de libertad se observa como las personas que cuentan con un apoyo social más fuerte y estable presentan menor probabilidad de volver a delinquir (Bertone, Domínguez, Vallejos, Muniello y López, 2013).

Existen estudios que resaltan la importancia del apoyo social como factor fundamental en el proceso de reinserción de las personas penadas: genera o fortalece los vínculos (Cid y Martí, 2012) y ayuda a enfrentar con mayores recursos el cumplimiento de condena (Listwan, Sullivan, Agnew, Cullen y Colvin, 2013).

El objetivo principal al incorporar a las familias y el entorno social en el tratamiento penitenciario es generar un especial vínculo e interacción de la persona penada con una persona de referencia con doble objetivo: por un lado permitir y favorecer la implicación en el tratamiento específico reforzando el abandono de la actividad delictiva y, por otro lado, promover la autoconfianza, la ayuda mutua, la colaboración y las acciones colectivas para satisfacer necesidades y optimizar el ajuste entre éstas y los recursos con los que las familias o entornos cuentan.

Dentro del contexto penitenciario, son las y los profesionales del trabajo social quienes mayor conocimiento tienen de los entornos sociofamiliares de las personas penadas. Cuentan además, con metodologías científicas, instrumentos y herramientas para establecer diagnósticos sociales y abordar la atención a las familias y los entornos de referencia. El trabajo social penitenciario, como agente transformador de cambio, desarrolla diferentes intervenciones y técnicas que podrían incorporarse en los programas de tratamiento específico.

### • **Intervención comunitaria**

El tratamiento penitenciario de las personas penadas es un proceso dinámico y gradual. Persigue avanzar en la consecución de diferentes objetivos para una adecuada reeducación y reinserción social alcanzando así una positiva incorporación a la comunidad (Petersilia, 2003). Para esta reeducación y reinserción social es necesario implicar y motivar, en primer lugar, a las personas en su propio tratamiento. Además del compromiso personal, es importante contar con la colaboración de la red familiar o social. Y, por último, otro de los aspectos con relevancia en el éxito del tratamiento penitenciario es la intervención en el entorno comunitario en el que la persona se va a integrar. Las personas penadas durante el cumplimiento de la condena continúan siendo parte de la sociedad a la que van a regresar. Desde esta perspectiva y en función del programa de tratamiento particular que desarrolle de acuerdo con su problemática y su actividad delictiva, es necesario motivar y promover la reintegración de la persona en la red sociocomunitaria más adaptada a sus necesidades particulares con los recursos más apropiados (Petersilia, 2003). Para ello, es fundamental que conozcan las variables, factores, referentes y personas que conforman su red y van a acompañar en el proceso penitenciario (Ibáñez y Cid, 2016) de forma que puedan servir de apoyo a la inserción.

El trabajo social comunitario es *un proceso para la consecución del bienestar social de la población, con la participación directa y activa de ésta en el análisis, concienciación y resolución de los problemas que afectan a la comunidad, partiendo, por tanto, de la propia comunidad y de la utilización, potenciación o creación de los recursos de la misma* (Lillo y Roselló, 2004). En el contexto penitenciario es necesario promover y facilitar la intervención de las y los profesionales del trabajo social en la comunidad. Para, por un lado, supervisar y gestionar la inserción de las personas penadas en su comunidad y, por otro, para prevenir

posibles situaciones delincuenciales y ayudar a las personas a reajustar adecuadamente su vida social y/o reintegrarse en su entorno (Ren y Lu, 2020).

Diversos estudios sugieren que son precisamente aquellos colectivos más afectados por la exclusión social quienes tienden a presentar reacciones individuales y estrategias colectivas caracterizadas por respuestas desviadas y conflictivas (Laparra y Pérez, 2008). Por ello, una buena relación con nuestra comunidad determina en gran medida una convivencia positiva en sociedad, así como un mayor sentimiento de pertenencia al entorno. La sensación de contar con un mayor apoyo social, mantener unas creencias comunes y desarrollar un sentimiento de colectividad supone un incremento en el nivel de aceptación personal, en el compromiso social con el entorno y en la motivación al cambio facilitando así, el proceso de reinserción social (Travis, 2005; Mills y Codd, 2008).

Diferentes investigaciones (Willis y Grace, 2009) defienden que la creación de apoyos prosociales y no profesionales en la comunidad es esencial para el éxito del tratamiento, facilitando el cambio cuando la comunidad en la que se reintegran es “más receptiva” (Fox, 2014).

Un apoyo adecuado de la comunidad favorece una menor probabilidad de reincidencia. De hecho, la quiebra de las redes sociales de apoyo —en especial la familia— son variables clave en el desarrollo de conductas delincuenciales. El restablecimiento del sentido de pertenencia grupal y comunitaria es una parte esencial de la intervención de trabajo social que va a permitir desarrollar y potenciar el ajuste social de las personas con las que intervenimos. La intervención comunitaria supone enfocar los problemas en el ámbito de las interacciones comunitarias y, para ello, será necesario contar con todas las personas involucradas en los mismos. El cambio afecta a todos los miembros de la comunidad (Gómez, 2016).

Algunos estudios han puesto de manifiesto que el sistema penal español, tanto en el ámbito penitenciario como en el de las penas alternativas, presenta carencias en relación con su capacidad de desarrollar respuestas comunitarias, (Cid y Larrauri, 2002; Cid y Larrauri, 2005), a la vez, se visualiza el uso reducido de mecanismos de régimen abierto y de libertad condicional (Cid, 2008; Cid y Tébar, 2010).

Cuando las personas penadas (en especial aquellas con mayor gravedad delictiva) son liberadas de manera progresiva, en el contexto de programas que afrontan las necesidades individuales y la inserción social de la persona, se reducen las probabilidades de reincidencia (Ibáñez y Cid, 2016). La intervención en la comunidad como elemento clave en la reinserción de las personas penadas es un factor significativo y, por ello, es necesario incidir desde el entorno penitenciario. Así, es importante implementar intervenciones que optimicen el acceso e implicación en los recursos comunitarios después de la excarcelación, promoviendo así un proceso de inclusión óptimo y ajustado que permita la reeducación (Turu, Barnes y Marco, 2019).

En muchas ocasiones, el mayor obstáculo para la reinserción es precisamente la actitud de la sociedad ante la vuelta a la comunidad, especialmente en aquellos delitos que revisten mayor gravedad y generan un impacto social en el entorno. Es necesaria una intervención integral que implique a la comunidad para ofrecer oportunidades y un espacio de inclusión de la persona que ha cometido el delito, reconociendo que el desistimiento delictivo supone un beneficio de interés para todas las partes (persona penada, familia y comunidad), evitando posibles víctimas. Así, algunos autores (Lussier y Gress, 2014; Padrón, 2014), plantean la existencia de factores de riesgo dinámicos en el proceso de desistimiento y cómo influyen éstos en la reinserción social. Concluyen que los contextos sociales desfavorables ejercen una influencia negativa y dificultan el proceso de reinserción. Son elementos de riesgo que perjudican la resocialización positiva de la persona.

Una de las destrezas más importantes del trabajo social es su capacidad para movilizar recursos sociales del entorno de referencia, en este sentido, a nivel penitenciario, es necesario promover la implicación de la persona en el entorno en el que se va a reintegrar para favorecer el éxito del tratamiento.

En definitiva, el **trabajo social comunitario en el ámbito penitenciario** nos va a permitir abordar situaciones sociales colectivas, reactivando el contexto social donde las personas se van a reintegrar y movilizando recursos de la comunidad para un mejor proceso de inclusión en estos entornos.

### • **Influencia del apoyo social en el desistimiento delictivo**

Podemos entender el apoyo social como el *conjunto de aportaciones de tipo material, emocional, informacional o de compañía que la persona percibe o recibe de distintos miembros de su red social* (Gracia, Herrero y Musito, 1995). Cuando las personas se encuentran viviendo momentos de estrés, retos personales o situaciones de riesgo y perciben apoyo de la familia o amistades, presentan un menor índice de depresión o ansiedad y un mayor nivel de autoestima (Méndez y Barra, 2008), afrontando de manera más adecuada los problemas cotidianos (Palomar y Lanzagorta, 2005).

La red de apoyo sociofamiliar y el entorno comunitario con los que cuenta una persona penada son factores clave en el proceso de desistimiento del delito: facilitan y promueven que estas personas se adhieran a los cambios alcanzados durante su encarcelamiento evitando futuras conductas delictivas en el regreso a la comunidad de referencia. *El papel de las relaciones familiares y de los lazos comunitarios para reducir el riesgo de reincidencia es evidente para alentar a evitar circunstancias que, es probable, que conduzcan a la reincidencia o disuadirlos de tener contacto con sujetos que puedan involucrarlos en actividades irregulares* (García, 2015). En este sentido, los vínculos que establecen las personas sirven como recurso para manejar, tanto los problemas cotidianos, como otros que pueden surgir en momentos de crisis. Por ello, es necesario conocerlos, estudiarlos e incidir en

la mejora y mantenimiento de estos apoyos que pueden ayudar a reducir la probabilidad de reincidencia.

El desistimiento delictivo es un proceso dinámico que se produce de forma gradual, en el tiempo, hasta el momento en que la persona abandona definitivamente la identidad delincuencia (Bushway, Piquero, Broidy, Cauffman y Mazerolle, 2001; Garrido, 2008; Maruna, 2001) y asume una nueva autopercepción como ciudadano o ciudadana a través de la creación de nuevas relaciones, relativas a su capital humano y al capital social de aquellas comunidades en las que se integre. Una parte muy importante del desistimiento implica romper con los hábitos delictivos del pasado, ser consciente de los costes y riesgos que supone un nuevo delito y la creación de nuevas redes de apoyo convencionales (Maruna, 2001) que impliquen el abandono de conductas delincuenciales asumiendo actividades de carácter prosocial (Álvarez, Bustamante y Salazar, 2017).

Algunos autores (Sampson y Laub, 1997) señalan que la comprensión de las carreras delictivas pasa por valorar tanto los factores que promueven la estabilidad como aquellos que promueven el cambio. En relación a los primeros, expone el concepto de “desventaja acumulada” para poner de relieve cómo la conducta delictiva puede estigmatizar y reducir los vínculos sociales de la persona. Esta situación podría, a su vez, favorecer el mantenimiento de la actividad delictiva. Sumado a esto, si bien los cambios a nivel personal son fundamentales para el desistimiento delictivo, éstos deben estar complementados con cambios a nivel social para mantener el éxito de los mismos (Laub y Sampson, 2001; Lebel, Burnet, Maruna y Bushway, 2008).

En el proceso de desistimiento subyacen factores que requieren una especial atención. Serían, por un lado, la motivación y el mantenimiento de la misma en el tiempo y, por otro, la existencia de vínculos prosociales. El apoyo social es un importante elemento catalizador del cambio hacia el desistimiento del delito (Cid y Martí, 2012). La colaboración y el apoyo de las personas más cercanas se consideran imprescindibles para superar los obstáculos que pueden surgir al reintegrarse a la comunidad. Así, el apoyo social percibido, se puede relacionar de forma positiva con una mayor probabilidad de desistimiento en la comisión de delitos. Sin embargo, en ocasiones podemos encontrar entornos de riesgo que pueden funcionar como fuente de tensiones. Por ello, es fundamental analizar la calidad real de las relaciones, ya que no siempre el apoyo percibido es el adecuado y conduce a favorecer el desistimiento. La existencia de relaciones interpersonales no siempre justifica el desistimiento, sino que es la relación emocional o sentimental que se genera la que puede ayudar a cambiar a la persona y favorecer conductas prosociales que posibiliten el abandono de los procesos delincuenciales.

En este sentido, diferentes investigaciones sugieren que los vínculos sociales, el apoyo social y la inserción laboral son factores de protección de gran importancia para favorecer el desistimiento y su proceso de cambio (Cid y Martí, 2011; Farrall y Bowling, 1999, Cid y Martí, 2012; Farrall, Bottoms y Shapland, 2010; Gil, 2014). La adquisición de roles convencionales unido a la realización de actividades de trabajo, vida familiar o actividad de

ocio, entre otras, pueden explicar el abandono de la actividad delictiva ya que tienen dos funciones esenciales: por un lado, promueven el apoyo social y, por otro, generan vínculos emocionales prosociales no delincuentes (Blasco, 2012; Garrido, 2008; Lebel, Burnet, Maruna y Bushway, 2008; Redondo y Garrido, 2013; Gil, 2014).

El trabajo social penitenciario y sus profesionales conocen e intervienen de forma global en estos ámbitos (intervención sociofamiliar, comunitaria y desistimiento delictivo) con el objetivo de favorecer la integración en el momento de la excarcelación y preparar apoyos externos que colaboren en el proceso de cambio, pudiendo así reducir la actividad delictiva y conseguir beneficios para todas las partes implicadas y la sociedad en su conjunto.







# PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA







# Presentación del programa

El **Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria** recoge pautas específicas que sirven de apoyo y orientación a profesionales del trabajo social con interés en profundizar en la intervención con las personas penadas, implicando al entorno familiar, personas de apoyo y/o la red comunitaria.

Cuenta con una distribución por módulos de intervención para optimizar otros programas de tratamiento ya implementados, otorgando un papel clave en la reeducación y la reinserción a las familias y/o personas que tengan un vínculo significativo con la persona penada. El objetivo es involucrar a personas de referencia en el proceso de tratamiento y mejorar las relaciones existentes. Asimismo, se diseñan los pasos y pautas concretas para una intervención con la comunidad que facilite la reinserción social de la persona penada.

El programa Alianzas puede desarrollarse con un grupo procedente de un programa de tratamiento específico o con un nuevo grupo en el que se detecte la necesidad de intervenir específicamente desde una perspectiva sociofamiliar y comunitaria. En el siguiente gráfico se pueden observar las diferentes opciones de intervención:



Como se aprecia en el esquema, el programa Alianzas está organizado en tres módulos de intervención y un seguimiento de la intervención, que se explican a continuación:

- \* El primer módulo de intervención dirigido a las **personas penadas** incluye sesiones individuales y sesiones grupales.
- \* Un segundo módulo dirigido a las **personas que ejercen apoyo a la persona penada**. Se desarrollarán sesiones individuales y grupales. Así mismo, se realizarán sesiones conjuntas (persona penada, persona de apoyo y profesional de trabajo social).
- \* El tercer módulo de intervención es para actuar **con la red comunitaria** más cercana a la persona penada.
- \* Para completar el programa se facilita un apartado con pautas para el **seguimiento** de los casos.

En el siguiente esquema se exponen las diferentes actividades tratamentales de cada uno de los módulos de intervención:



Los módulos de intervención se han diseñado para realizar una actuación global y secuencial tanto con las personas penadas como con las personas de apoyo y su red comunitaria, esto supondrá completar el **Programa Alianzas**. Existe también la posibilidad de desarrollar las sesiones o talleres (pilares y vínculos) de **manera independiente**, realizando las modificaciones que sean necesarias.

Los contenidos que se aportan en esta **Guía** se podrán adaptar a los diferentes colectivos o ámbitos de actuación (medio ordinario, abierto, medidas alternativas, etc.) que cada profesional del trabajo social considere.

## **Objetivos**

### **Objetivos generales**

- Potenciar y mejorar las relaciones sociofamiliares y comunitarias de las personas que cumplen condena para favorecer la reincorporación al exterior.
- Incluir la perspectiva sociofamiliar y comunitaria en los programas específicos de tratamiento en el contexto penitenciario.

### **Objetivos operativos**

#### ***De la intervención sociofamiliar con las personas penadas***

- Conocer y favorecer las relaciones familiares y redes de apoyo, dotando de herramientas e instrumentos que permitan mejorar las relaciones existentes.
- Potenciar sistemas de apoyos saludables y resistentes para la consecución de los objetivos de los programas específicos de tratamiento y la intervención penitenciaria.

#### ***De la Intervención con las personas de apoyo***

- Informar, capacitar y comprometer a las personas significativas del entorno sociofamiliar en el tratamiento penitenciario para que puedan ejercer como nexo de apoyo en la reinserción.
- Ayudar a mantener los objetivos del tratamiento realizado en el programa especializado a medio y largo plazo.

#### ***De la Intervención comunitaria***

- Movilizar y preparar a la comunidad para aumentar sus estrategias y/o herramientas de manera que faciliten la incorporación de la persona penada, fomentando su progresiva y adecuada preparación para la vida en libertad.
- Implicar e integrar a la persona en su comunidad para que participe de forma activa y pueda realizar una devolución positiva que beneficie a esa comunidad y favorezca su propia inclusión.

## **Profesionales**

El Programa Alianzas será realizado por profesionales de trabajo social de la institución penitenciaria, bien porque deseen ampliar la intervención social que realizan o por ser profesionales de trabajo social, que formen parte del equipo de un programa específico de tratamiento donde se quiera incorporar la perspectiva sociofamiliar.

En su desarrollo y para una mejor intervención mantendrán la coordinación necesaria con profesionales de los ámbitos intra y extrapenitenciarios.

En el caso de la intervención comunitaria podrán participar profesionales de trabajo social de otros organismos o entidades colaboradoras que permitan realizar actuaciones orientadas a facilitar la inclusión en la comunidad.

## **Personas destinatarias**

Se señala, a continuación, el perfil de las personas a quien va dirigida la intervención diseñada:

### **Perfil de las personas penadas**

- Personas penadas que estén o no realizando un programa de tratamiento específico.
- Se dará prioridad a las personas penadas por delitos de especial gravedad que van a ser excarceladas a medio plazo.

### **Perfil de las personas de apoyo**

- Miembros del ambiente sociofamiliar de la persona penada con un vínculo estrecho, que puedan proporcionar información y/o apoyo relevante en el proceso de tratamiento y reinserción de la persona objeto de intervención.
- Que voluntariamente deseen participar en este programa.
- Que cuenten con capacidad, cognitiva y de lectoescritura, adecuada para el desarrollo de las sesiones.

## **Ámbito de aplicación**

**Alianzas** está diseñado para ser implementado principalmente en medio ordinario y medio abierto, sin embargo, debido a su estructura versátil se puede adaptar a otras formas de cumplimiento (medidas alternativas, libertad condicional, etc.) en el ámbito de la Institución Penitenciaria.

## **Estructura y formato de las sesiones**

En los módulos de intervención se han diseñado actividades individuales, grupales y conjuntas, de forma que se pueda realizar una intervención integral con los diferentes agentes más influyentes del entorno de la persona penada.

Las actividades grupales tendrán un formato de taller, prioritariamente, presencial con una duración diferenciada según al colectivo al que va dirigido. En el caso de las personas penadas, tendrá una duración de dos horas y media y el taller para las personas que ejercen apoyo, una duración de dos horas. Se incluyen pautas para desarrollar este taller de forma telemática que podrá implicar la reducción de la duración de las sesiones.

Para facilitar el manejo de los diferentes módulos de esta Guía se han diseñado diferentes colores para cada tipo de intervención:

- **Verde** para la intervención grupal de las personas penadas.
- **Marrón claro** para la intervención grupal con las personas de apoyo.
- **Rojo** para intervenciones individuales o conjuntas.
- **Turquesa** para la intervención comunitaria.
- **Amarillo** para el seguimiento de la intervención.

El módulo de intervención sociofamiliar con las personas penadas tendrá la siguiente estructura:

N.º	Tipo de sesión	Título de sesión	Objetivos
<b>1</b>	<b>Individual</b>	<b>Empezando a conocer el apoyo exterior</b>	Trabajar con la persona penada de forma individual sobre sus redes de apoyo a través de su historia de vida.
<b>TALLER GRUPAL PILARES: HERRAMIENTAS PARA CONSTRUIR APOYOS SÓLIDOS</b>			
<b>1</b>	<b>Grupal</b>	<b>Conociendo mis orígenes</b>	Identificar la relevancia e influencia de la familia de origen a lo largo de nuestra vida.
<b>2</b>	<b>Grupal</b>	<b>Profundizando en mis raíces</b>	Identificar diferentes particularidades del sistema familiar de cada participante para facilitar un mayor autoconocimiento.
<b>3</b>	<b>Grupal</b>	<b>Entendiendo las relaciones de pareja</b>	Promover una mayor comprensión de los diferentes aspectos que conforman las relaciones de pareja.
<b>4</b>	<b>Grupal</b>	<b>Mejorando las relaciones de pareja</b>	Profundizar en los distintos aspectos que conforman las relaciones de pareja y cómo éstos, se podrían modificar para una mejor convivencia.
<b>5</b>	<b>Grupal</b>	<b>Educando en familia</b>	Tomar conciencia de la importancia de la infancia y los vínculos afectivos, haciendo mayor hincapié en estilos de crianza respetuosos.
<b>6</b>	<b>Grupal</b>	<b>Explorando otras redes de apoyo</b>	Mejorar el autoconocimiento de la red de apoyo y aumentar o fortalecer los recursos de apoyo existentes en las redes de las personas penadas.
<b>7</b>	<b>Grupal</b>	<b>Mejorando las relaciones sociofamiliares</b>	Proporcionar pautas para relacionarse de manera saludable con su entorno sociofamiliar.
<b>2</b>	<b>Individual</b>	<b>Selección a mi persona de apoyo</b>	Analizar las fortalezas y debilidades del apoyo exterior y seleccionar a la persona que va a ejercer de apoyo.



Una vez finalizadas las actividades específicas con la persona penada se comenzarán las actuaciones con la persona que va a ejercer de apoyo en esta intervención.

El módulo de intervención con las personas que ejercen apoyo tendrá la siguiente estructura:

N.º	Tipo de sesión	Título de sesión	Objetivos
<b>1</b>	<b>Individual</b>	<b>Conocemos a la persona de apoyo</b>	Conocer a la persona de apoyo que va a participar en el programa para la futura intervención.
<b>1</b>	<b>Conjunta</b>	<b>Sumando fuerzas</b>	Reforzar los lazos afectivos y conocer la forma de comunicación entre las personas que participan.
<b>TALLER VÍNCULOS: HERRAMIENTAS BÁSICAS PARA FAMILIAS Y PERSONAS DE APOYO</b>			
<b>1</b>	<b>Grupal</b>	<b>Conociéndonos</b>	Crear un clima de confianza y compromiso y ampliar información a la persona.
<b>2</b>	<b>Grupal</b>	<b>Aprendiendo estrategias</b>	Realzar la importancia de las figuras de apoyo en el proceso de inserción y proporcionar pautas para establecer relaciones de forma asertiva.
<b>3</b>	<b>Grupal</b>	<b>Afrontando los cambios</b>	Compartir problemas y necesidades y promover estrategias que faciliten la reincorporación al entorno sociofamiliar.
<b>4</b>	<b>Grupal</b>	<b>Entendiendo el tratamiento</b>	Facilitar información de los objetivos del tratamiento penitenciario y generar confianza en las intervenciones profesionales.
<b>5</b>	<b>Grupal</b>	<b>Adquiriendo herramientas para la prevención</b>	Sensibilizar y motivar a la persona de apoyo para servir de ayuda en la prevención y conocer la aproximación al delito a través del ciclo de recaída.
<b>6</b>	<b>Grupal optativa</b>	<b>Educando en familia</b>	Conocer los diferentes estilos de crianza y educativos y dotar de estrategias para acompañar a los y las menores en la ausencia de uno de sus progenitores.
<b>7</b>	<b>Grupal</b>	<b>Caminando hacia el bienestar mutuo</b>	Conocer diferentes herramientas que permitan, a las personas de apoyo, ejercer su papel sin olvidarse de sí mismas.
<b>2</b>	<b>Conjunta</b>	<b>Adquiriendo compromisos</b>	Trazar un compromiso conjunto que pueda dar continuidad al trabajo realizado.

Las sesiones grupales de los diferentes talleres (Pilares y Vínculos) se han diseñado con la siguiente estructura:

- **Ficha resumen de la sesión:** se detalla un resumen con los objetivos, el contenido, la duración y una introducción de la sesión.
- **Inicio y bienvenida:** con indicaciones para iniciar la sesión.
- **Desarrollo de la sesión:** se exponen los contenidos de la sesión y la propuesta de las actividades prácticas a realizar. Se han diseñado las sesiones para su desarrollo de forma dinámica y participativa.
- **Despedida e ideas fuerza:** se refuerzan los contenidos de la sesión y se reflexiona con el grupo sobre los mismos.
- **Fichas de las dinámicas:** propuestas de ejercicios para realizar a lo largo de la sesión con sus documentos propios.
- **Contenidos complementarios:** al final de algunas sesiones se incluye documentación de apoyo, para poder complementar los contenidos de la sesión, concediendo libertad profesional para incorporar los apartados que considere más oportunos.
- **Recursos audiovisuales:** se incluye un apartado con las referencias de los contenidos audiovisuales y diversos recursos complementarios (videos, páginas web...) que pueden servir de apoyo para profundizar en los diferentes temas abordados o como actividades entre sesiones.

Las sesiones individuales y conjuntas tienen apartados similares a los descrito anteriormente, pero adaptados al objetivo de cada tipo de sesión.

Para aquellos casos que la realización de una intervención comunitaria facilite la inclusión de la persona penada o porque la valoración profesional lo aconseje, se ha realizado un módulo de intervención con la red comunitaria que tendrá la siguiente estructura:

N.º	Fase	Tipo de estrategia
1	Preliminar	<b>Valoración inicial de la red comunitaria</b>
2	Ejecución	<b>Identificar la red comunitaria</b>
		<b>Mejorar el clima comunitario</b>
		<b>Estrategias en la red comunitaria</b>
3	Grupal	<b>Evaluación y documentación del proceso comunitario</b>

Finalmente, el **seguimiento** de la intervención de este programa tendrá el siguiente contenido:

N.º	Tipo de seguimiento
1	Personal
2	Telemático
3	Domiciliario

## ***Pautas metodológicas para la aplicación el programa***

El programa está basado en un **enfoque ecológico-sistémico**, desarrollando una intervención exhaustiva en relación con las dinámicas familiares y la comprensión y mejora del funcionamiento del sistema familiar, valorando el entorno familiar y comunitario en su conjunto.

Las sesiones que conforman los **módulos de intervención sociofamiliar** tienen un carácter eminentemente práctico. A partir de los conocimientos de las personas participantes se generarán los contenidos de las diferentes temáticas. Se incluye, no obstante, un apartado con material complementario de consulta y ampliación de los aspectos trabajados para apoyo profesional.

Como se ha mencionado en anteriores apartados, la intervención puede ser realizada íntegramente y de forma secuencial. Sin embargo, el material aportado se puede utilizar de **manera independiente**, adaptando los contenidos a aquellos casos en los que la/el profesional del trabajo social considere necesario o que las circunstancias lo requieran (por ejemplo: próxima progresión de grado, dificultades familiares, etc.).

Previo a la implementación de los diferentes módulos sería conveniente realizar un análisis individualizado, desde el trabajo social, de las personas que van a participar en este programa. Esto nos permitirá una visión global de cada caso que nos ayude a que la intervención del Programa Alianzas sea más adaptada y efectiva. Algunos aspectos a tener en cuenta en este análisis serán los siguientes:

- La implicación de la familia/entorno en el proceso de tratamiento de la persona penada hasta ese momento.
- El desarrollo anterior de actividades y herramientas que puedan mejorar las relaciones familiares y sociales.
- La detección de los procesos familiares inefectivos donde sea necesaria una intervención y/o una restructuración previa.
- La evaluación de los problemas de distribución de roles (jerarquías) del sistema familiar que puedan interferir en el funcionamiento del programa.
- La detección de las fuentes de apoyo y estrés dentro y fuera del grupo familiar o entorno de referencia que puedan ser de utilidad para la reincorporación al exterior.

- La derivación e intervención realizada previamente con la red de recursos sociales externos.
- La evaluación del ritmo de cambio (lento, rápido, adaptativo, etc.) en su evolución penitenciaria.

En aquellos casos, en los que no existan apoyos o vínculos estables para implementar una intervención, se realizará un estudio de posibles alternativas de apoyo. Cuando no existan vínculos sólidos en el entorno sociofamiliar se desarrollará exclusivamente la intervención con la persona penada, haciendo mayor hincapié en la intervención comunitaria.

El Programa **Alianzas** se inicia una vez realizado el análisis descrito anteriormente. En aquellos casos en los que las personas penadas se encuentren realizando un **programa específico de tratamiento** (ejemplos: PRIA-MA, PCAS, etc.), el inicio estará supeditado a que el grupo esté preparado para iniciar una intervención sociofamiliar y comunitaria, para ello, se requiere la valoración del equipo de profesionales que lo imparte, teniendo en cuenta: la cohesión grupal, interiorización de contenidos, asunción de los hechos delictivos, etc. Para facilitar esta labor se orienta que los y las profesionales del trabajo social que van a implementar Alianzas, estén presentes durante las fases previas e iniciales del programa de tratamiento específico y si es posible, formen parte del equipo de intervención de este programa específico, desarrollando de esta forma un tratamiento integral.

Cuando el grupo está vinculado a un programa específico de tratamiento o tipología delictiva común (violencia de género, agresión sexual, etc.) se adaptarán los contenidos de las sesiones de las personas de apoyo, de forma que los aprendizajes estén en consonancia con los adquiridos por las personas penadas en su programa específico (PRIAMA, PCAS, etc.). En el desarrollo de las sesiones con las personas penadas, cuando se habla de *problema* general, se refiere principalmente a los concretos de esa tipología delictiva.

De forma orientativa el **inicio de Alianzas** puede comenzar aproximadamente a los seis-ocho meses de haber comenzado el programa específico de tratamiento. El punto de partida de la intervención sociofamiliar y comunitaria en los casos no vinculados a un programa específico será, a criterio profesional, según las necesidades específicas de un nuevo grupo.

La intervención se distribuye en tres niveles: individual, familiar y comunitario y cada uno de estos niveles seguirán las siguientes pautas:

- ★ **Intervención con las personas penadas:** se realizará de forma individual y grupal. Pretende informar, capacitar, concienciar y sensibilizar sobre diferentes temáticas sociofamiliares.
- ★ **Intervención con las personas de apoyo:** las actuaciones con este colectivo se efectuarán de forma **individual, grupal y conjunta** para favorecer la motivación en la consecución de los objetivos del tratamiento, así como para generar un

compromiso firme de las personas participantes. Se persigue dotar a las familias y/o personas de apoyo de herramientas que les ayuden a enfrentarse a las dificultades derivadas de la privación de libertad, así como crear capacidades y compromisos en el entorno de referencia para favorecer la inserción.

Las **sesiones individuales** son entrevistas para plantear aspectos específicos del ámbito sociofamiliar (se realizarán tanto individualmente con las personas penadas como con su persona de apoyo).

Los contenidos de las **sesiones grupales** (personas penadas y personas de apoyo) están diseñados para realizarse de forma práctica, tomando como punto de partida los conocimientos de cada participante. Las personas penadas aprenderán en grupo cuestiones relacionadas con la familia, la pareja y las redes de apoyo. Y las personas de apoyo tratarán cuestiones tales como la importancia del apoyo, el tratamiento y el compromiso mutuo.

Las **sesiones conjuntas** serán encuentros de la persona penada, su persona de apoyo y la o el profesional de trabajo social para intervenir en cuestiones del ámbito sociofamiliar y problemáticas específicas.

Cada profesional del trabajo social adaptará los contenidos de éstas sesiones con las personas de apoyo, de forma que tengan consonancia con los aprendizajes adquiridos en los programas de tratamiento específico que estén desarrollando las personas penadas (PRIA-MA, PCAS, etc.).

★ **Intervención comunitaria:** busca motivar y preparar a la comunidad para favorecer la inclusión e implicación de la persona penada en el entorno al que va a regresar.

★ **Seguimiento de la intervención:** una vez finalizadas estas intervenciones, se ofrece un **acompañamiento y apoyo técnico** durante el proceso de inserción social. Las visitas al contexto sociofamiliar permitirán aproximarnos a su medio para conocer las necesidades e imprevistos que han podido surgir en el regreso a la comunidad y al entorno. De esta manera se podrán incorporar adaptaciones en la intervención sociofamiliar.

Este programa está diseñado para que se desarrolle de forma presencial, sin embargo, se incluye al final de esta guía una adaptación telemática al taller grupal con personas de apoyo para facilitar su participación. **(Adaptación Telemática - Taller Vínculos).**

The background of the entire page is an abstract painting featuring numerous stylized human figures. Each figure is composed of a dark, solid-colored head and a larger, brightly colored body. The colors used for the bodies include yellow, red, green, blue, orange, and purple. The figures are scattered across the canvas, some appearing more clearly than others, creating a sense of a diverse and busy community.

# MÓDULOS DE INTERVENCIÓN







# INTERVENCIÓN SOCIOFAMILIAR CON PERSONAS PENADAS







# Intervención Sociofamiliar con las personas penadas



Este es un material de trabajo para desarrollar una intervención grupal e individual con las personas penadas donde se profundice sobre relaciones sociofamiliares y redes de apoyo. Se parte de la importancia de conocer la **interconexión existente** en el sistema sociofamiliar, donde un cambio en una de las partes repercute en las demás. El entorno sociofamiliar puede ejercer como factor de protección, pero también como factor de riesgo, lo que justifica esta intervención.

Este módulo de intervención sociofamiliar con las personas penadas está planteado con una visión genérica, si bien, con especial referencia al medio ordinario. Sin embargo, esta intervención se puede desarrollar con diferentes colectivos y en las distintas formas cumplimiento (cerrado, abierto, medidas alternativas, etc.). Para ello, se deberán adaptar los contenidos y sesiones a cada ámbito de actuación.

## **Objetivos**

- Conocer y favorecer las relaciones familiares y redes de apoyo, dotando de herramientas e instrumentos que permitan mejorar las relaciones existentes.
- Potenciar sistemas de apoyos saludables y resistentes para la consecución de los objetivos de los programas específicos de tratamiento y/o la intervención penitenciaria.

## Estructura de las sesiones

Se plantean diferentes sesiones individuales y grupales de forma presencial con el siguiente orden y temporalización:

N.º	Tipo de la sesión	Título de sesión	Temporalización
<b>1</b>	<b>Individual</b>	<b>Empezando a conocer el apoyo exterior</b>	1 hora y media
<b>TALLER GRUPAL PILARES: HERRAMIENTAS PARA CONSTRUIR APOYOS SÓLIDOS</b>			
<b>1</b>	<b>Grupal</b>	<b>Conociendo mis orígenes</b>	2 horas y media
<b>2</b>	<b>Grupal</b>	<b>Profundizando en mis raíces</b>	2 horas y media
<b>3</b>	<b>Grupal</b>	<b>Entendiendo las relaciones de pareja</b>	2 horas y media
<b>4</b>	<b>Grupal</b>	<b>Mejorando las relaciones de pareja</b>	2 horas y media
<b>5</b>	<b>Grupal</b>	<b>Educando en familia</b>	2 horas y media
<b>6</b>	<b>Grupal</b>	<b>Explorando otras redes de apoyo</b>	2 horas y media
<b>7</b>	<b>Grupal</b>	<b>Mejorando las relaciones sociofamiliares</b>	2 horas y media
<b>2</b>	<b>Individual</b>	<b>Selección a mi persona de apoyo</b>	1 hora

Las sesiones de la intervención sociofamiliar con las personas penadas se desarrollan a continuación.

**SESIÓN INDIVIDUAL 1  
PERSONAS PENADAS**

**EMPEZANDO A  
CONOCER  
NUESTRO APOYO  
EXTERIOR**





# I

## Sesión Individual I. Empezando a conocer nuestro apoyo exterior

### FICHA RESUMEN DE LA SESIÓN INDIVIDUAL

#### \* **Objetivo de la sesión**

- Conocer las redes de apoyo de la vida de la persona penada.

#### \* **Contenidos de la sesión**

- Historia de vida.
- Análisis del apoyo exterior.
- Genograma.

#### \* **Duración**

1 hora y media.

#### \* **Introducción**

Nuestro apoyo exterior es fundamental en el proceso de reincorporación social, por tanto, se hace necesaria la identificación de las personas que van a ser nuestro apoyo en el proceso de intervención sociofamiliar. Para ello, realizaremos una entrevista individual con cada persona penada, profundizando en su historia familiar, redes de apoyo y momentos claves en su trayectoria vital.

Todos los datos obtenidos quedarán registrados en un instrumento común (Ficha Sociofamiliar), donde se refleje el genograma e historia de vida de la persona penada, que sirva de guía a lo largo de todo el programa sociofamiliar.



# 1

## Sesión Individual I. Empezando a conocer nuestro apoyo exterior

### • **Preparación**

- \* Previo a la primera entrevista, se realiza una labor de recogida de información tanto del equipo profesional como de las aplicaciones penitenciarias (cita previa, peculio, comunicaciones, Helena, etc.), recopilando datos relativos a las personas de apoyo y a la situación actual de la persona penada, para familiarizarnos con su entorno más próximo y facilitando así, el desarrollo de la sesión.
- \* Los primeros contactos son esenciales, para el éxito de la intervención es fundamental la relación que se establece entre profesional y participante. Se intentará previo a la primera sesión, tener un encuentro con la persona para presentarnos y concretar la fecha y hora de entrevista individual.
- \* En el caso de que la persona se encuentre en un programa de tratamiento específico, en este encuentro previo se pueden abordar las herramientas utilizadas, para que se aporte esta información evitando reiteraciones y extensión innecesaria. Se indica que puede traer aquellas tareas que haya realizado o esté realizando en el programa de tratamiento sobre su familia o red de apoyo.

### • **Inicio y bienvenida**

- \* Se saluda a la persona penada y, teniendo en cuenta el contenido personal e íntimo de la intervención, la sesión se iniciará creando un clima de confianza y distensión entre la persona participante y el/la profesional comenzando con preguntas o comentarios "triviales" que puedan favorecer la posterior apertura emocional.
- \* Se hace un resumen de las diferentes intervenciones que se van a realizar, motivándole a participar activamente y destacando las ventajas que supone la implicación en este proceso.
- \* Se informará sobre el contenido de la sesión: la trayectoria de vida de la persona y la red de apoyo en su proceso de socialización.

### • **Desarrollo de la sesión**

Con el objetivo de comprobar los posibles apoyos externos que faciliten tanto el desarrollo del programa como el proceso de reincorporación social nos centraremos en conocer la historia de vida de la persona penada para realizar una primera aproximación a las personas que le sirven de referencia en el exterior y que pueden servir de apoyo en el programa de tratamiento sociofamiliar que vamos a desarrollar.



Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

Se mantiene una entrevista semiestructurada donde se reconstruyen las experiencias personales a través de técnicas específicas: Genograma e Historia de Vida.

En contenidos complementarios de esta sesión se incluyen de forma resumida los elementos principales de estas técnicas.

Para la recogida de información (genograma, cronograma e historia de vida) contamos con el **Documento I- Ficha Sistema sociofamiliar** como instrumento de apoyo que además, nos va a facilitar su síntesis y posterior utilización.

Se inicia el relato a través de la realización de un **Genograma** que posteriormente se irá ampliando con la descripción de su **Historia de vida**. A lo largo de su narración, cuando aparezcan en el discurso sucesos relevantes, se registrarán en el **Cronograma** con la fecha aproximada para recoger de forma sistematizada la temporalidad de los acontecimientos más importantes que suceden en su vida.

Incluimos, a continuación, una guía de las cuestiones a abordar en la Historia de vida. Comenzando con la pregunta **Cuéntame, ¿cómo ha sido tu vida?**, intentaremos ir profundizando de forma detallada en las siguientes etapas y aspectos concretos.

**Infancia:** ¿cómo fue tu infancia?

- \* Primer recuerdo personal.
- \* Personas de relevancia en su crianza (¿Quién te crió principalmente?).
- \* Relaciones con sus progenitores o con las personas que se encargaron de su crianza.
- \* Pautas educativas por parte de las personas responsables de su crianza (autoritarias, permisivas, etc).
- \* Existencia o no de enfermedades familiares o propias (hospitalizaciones, datos de salud relevantes, etc.).
- \* Relaciones en el entorno escolar. (Si existieron cambios de colegio, relación con su grupo de iguales o con el profesorado, etc.).
- \* Cambios de residencia.
- \* Problemáticas y momentos positivos existentes en esta etapa.
- \* Otros datos que se consideren relevantes.

**Adolescencia:** cuéntame cuando fuiste un poco más mayor, ¿qué tal fue tu adolescencia?

- \* Trayectoria educativa.
- \* Amistades principales.
- \* Dedicación del tiempo libre.

- \* Comportamientos en esa etapa en la convivencia y en sus relaciones con el exterior.
- \* Otros datos que se consideren relevantes (inicio de consumo de tóxicos, conflictos familiares, etc.).

**Adulthood:** posteriormente, en tu etapa adulta, ¿cómo siguió tu vida?

- \* Etapas laborales.
- \* Acontecimientos relevantes.
- \* Relaciones personales, parejas, descendencia, etc.
- \* Otros datos que se consideren relevantes.

A lo largo de la narrativa se tendrán en cuenta los puntos clave partiendo del esquema de García Martínez (2012) relacionándolos con las personas relevantes que estuvieron a su lado en esos momentos:

- \* **Punto cumbre** (mejor momento de tu vida) - personas de relevancia
- \* **Punto suelo** (el peor) - personas que le ayudaron
- \* **Punto de inflexión** (momentos de cambio, a mejor o a peor) - personas de relevancia

Solicitamos a la persona penada que evoque y estructure los recuerdos de su vida desde un punto de vista personal (valores, ideas, proyectos, planteamientos vitales, relaciones sociales) que nos ayudarán en nuestro objetivo.

Hay que tener en cuenta que, cuando una persona ha tenido una trayectoria de vida amplia y complicada, la narración de su Historia de vida suele pasar a etapas más avanzadas y concretas (en la adultez), por eso será necesario reconducir y estructurar preguntas para obtener la visión de las diferentes etapas vitales: *Infancia, Adolescencia y Adulthood*; intentando profundizar en cada una de ellas y en los hechos más relevantes acontecidos.

Es necesario recordar que el objetivo principal de esta sesión es, a partir del relato de vida de la persona penada, aproximarnos a las personas más relevantes del entorno próximo para identificar a aquella que pueda servir de apoyo en el tratamiento futuro. Así, podemos ponernos en contacto para conocer su disponibilidad y colaboración, abordando las posibles reticencias y fortalezas que dichas personas de apoyo puedan tener en la participación de esta intervención.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

## • *Despedida e ideas fuerza*

- \* Se finaliza la sesión preguntándole su opinión sobre el programa de intervención socio-familiar que va a realizar, resaltando:
  - ◆ La importancia de **conocer nuestra historia** de vida para analizar el qué, el por qué y el para qué.
  - ◆ Reforzar la **implicación**. La persona cómo protagonista en su propio proceso de cambio.
  - ◆ Finalizamos reconociendo la importancia del papel de su red social en su proceso de **reincorporación a la sociedad**, así como la relevancia de que participe y se implique en este programa.
- \* Se agradece la apertura y confianza en la sesión y se le informa, a nivel general, de las próximas acciones del programa.
- \* Se informa de cuando se iniciarán las sesiones grupales. Se aporta un **folleto sobre el programa Alianzas** (Díptico-Al final de esta sesión) y se explica que una vez finalizadas, se realizará una sesión individual para seleccionar a la persona de apoyo. **(Sesión Individual 2)**.

## DOCUMENTO I. FICHA SISTEMA SOCIOFAMILIAR

**PROGRAMA DE TRATAMIENTO:**

**NOMBRE:**

**PROFESIONAL:**

**FECHA:**

**MÓDULO:**

### ► GENOGRAMA FAMILIAR



### HISTORIA DE VIDA

✓ Según vaya relatando acontecimientos relevantes se irán anotando las fechas en el **CRONOGRAMA DE ACONTECIMIENTOS**.

**Primer recuerdo personal:**

### ► INFANCIA

Área de texto para la historia de vida, específicamente para el primer recuerdo personal y la infancia.

► **ADOLESCENCIA**

► **ETAPA ADULTA**

**PUNTO CUMBRE**

**PUNTO SUELO**

**PUNTO DE INFLEXIÓN**

**PERSONAS MÁS RELEVANTES:**

► **OBSERVACIONES:**

► **CRONOLOGÍA DE ACONTECIMIENTOS**

ACONTECIMIENTOS	FECHAS APROXIMADAS
NACIMIENTOS RELEVANTES	
FALLECIMIENTOS RELEVANTES	
UNIONES DE SU FAMILIA ORIGEN (Matrimonios o relaciones de pareja estables)	
SEPARACIONES FAMILIA DE ORIGEN	
UNIONES PROPIAS (Matrimonios o relaciones de pareja estables)	
SEPARACIONES PROPIAS	
CAMBIOS DE DOMICILIO	



"Todo camino tiene un inicio, el recorrido es mejor si lo compartimos hasta llegar al final"

Centro Penitenciario / CIS:

Profesional:



Programa ALIANZAS

Taller Pilares:

Herramientas para construir  
apoyos sólidos



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DEL INTERIOR

SECRETARÍA GENERAL DE INSTITUCIONES  
PENITENCIARIAS



## ¿De que se trata ?

El Programa Alianzas plantea diferentes actividades encaminadas a preparar el proceso de regreso a la comunidad potenciando el valor de las relaciones con nuestro entorno y, especialmente, con las personas que nos apoyan.

## ¿Qué haremos?

- Entrevistas individuales con el/la profesional de trabajo social.
- Entrevistas conjuntas: entrevistas de forma conjunta con el/la trabajador/a social, la persona penada y la persona que le apoya.
- Taller de aprendizaje: seis o siete sesiones grupales para aprender herramientas que faciliten tus relaciones con las personas que ejercen principal apoyo en el exterior así como con la comunidad a la que te vas a reincorporar en el futuro.

## ¿Cuándo?

Entrevista individual

Sesiones Talleres

Sesiones conjuntas

## ¿Dónde?



## CONTENIDOS COMPLEMENTARIOS

### **Genograma y ecomapa**

El **genograma** contiene información relevante sobre los miembros de una familia, es un formato para dibujar un árbol genealógico que registra información sobre los miembros de una familia y sus relaciones. Los genogramas muestran la información familiar en una forma que provee de un vistazo rápido los patrones familiares complejos y una fuente rica de hipótesis acerca de cómo un problema clínico puede estar conectado con el contexto familiar y la evolución del problema y del contexto con el tiempo.

El genograma nos ayuda a identificar:

- La estructura de su familia
- Las relaciones entre los miembros de su familia

Realizamos el **genograma** sobre papel. Para elaborarlo, la fuente principal será la entrevista con la persona penada, aunque también es de gran utilidad la información que podemos extraer de documentos sobre ella y sobre todo a través de la familia y de los/as profesionales del establecimiento.

Según la información que nos va aportando de su familia (3 o 4 líneas genealógicas), continuaremos construyendo el genograma, haciendo especial hincapié en aquellos miembros con los que tenga mayor relación, se encuentren más implicados o, si existiera distanciamiento, puedan retomar su relación. Iniciando la prospección por sus progenitores y continuando con su familia adquirida en el caso de que la tuviese.

El **ecomapa** nos ayudará a recoger las relaciones de la persona penada o la familia con su entorno afectivo y social. Este instrumento, que aporta información sobre las redes de soporte social de una persona, es fundamental para los procesos de reincorporación social.

### **Cronograma**

El **cronograma** recoge de manera cronológica, los acontecimientos más importantes y significativos de la vida de una persona y permite conocer la forma en que se ha ido desarrollando a lo largo de la vida. Vernet (2001), refiere que en muchas ocasiones en el cronograma se encuentra la respuesta a conductas que pueden parecer aparentemente incoherentes.

Detallamos, a modo descriptivo los acontecimientos más significativos de la vida de la persona penada, de forma cronológica:

- Nacimientos y muertes.
- Inicio de relación/matrimonios y separaciones (familia de origen).
- Inicio de relación/matrimonios y separaciones (propios).
- Cambios de domicilio.
- Cambios en su sistema educativo

## **Historia de Vida**

A partir de la reconstrucción de las experiencias personales, la historia de vida es una estrategia de investigación para generar versiones alternativas de la historia social.

Una historia de vida o biografía de vida es una técnica narrativa que consiste en la elaboración de un relato autobiográfico con finalidad terapéutica. Según Bonet (2003) es un instrumento de narrativa que se construye a través del curso de la vida.

La historia de vida no es narrada de forma objetiva, es la descripción de como ha sido sentida e interiorizada por la persona protagonista.

Con la realización de la **Historia de Vida** pretendemos conocer los elementos esenciales de la dinámica individual de la persona penada en su interacción con su entorno familiar histórico-social, permitiendo conocer y conferir significado al contexto cultural, comprender su subjetividad y orientar la acción.

*Se aporta el siguiente material sobre estilos educativos y apego por si se considera necesario identificarlos en cada participante.*

## **Estilos educativos y tipos de apego**

Utilizando el modelo de Baumrind (1991), conocemos que existen tres estilos educativos diferentes de los padres en el ámbito familiar (Santrock, 2003; Ceballos y Rodrigo, 1998; García y Ramírez y Lima, 1998).

**El estilo autoritario** no utiliza el afecto y el apoyo. Se basa en el control firme, la imposición de normas y el uso de castigos. Progenitores/as que utilizan este estilo pueden favorecer valores deterministas y de conformidad, e inhibir valores de autodirección y estimulación. Se exige sumisión ante la norma impuesta, de forma que no hay un proceso de integración de la misma como propia y sus efectos son poco duraderos.

**El estilo democrático** tiene como principios básicos el respeto, la exigencia adecuada, las normas razonables a su edad, el control firme, la negociación y explicación de las normas, y el refuerzo de los comportamientos deseados más que el castigo de los

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

no deseados. Progenitores/as democráticos/as promocionan valores de autodirección y valores prosociales. Se trata de interiorizar el mensaje recibido haciéndolo suyo.

**El estilo permisivo** se caracteriza por la falta de control y de límites, con un exceso de tolerancia y renuncia a influir en sus hijos e hijas. Progenitores con este estilo fomentan valores de autodirección como la autonomía y la independencia e inhiben valores prosociales como la solidaridad y la justicia.

## TIPOS DE APEGO RECIBIDO

**El apego seguro** facilita el bienestar y el ajuste social, además de ser un factor protector de los comportamientos problemáticos.

**El apego evitativo** favorece el distanciamiento mutuo las personas responsables de crianza y su descendencia, lo que reduce la influencia de los adultos sobre los y las menores.

**El apego ansioso-ambivalente** genera en la adolescencia comportamientos de búsqueda mezclados con sentimientos de enfado hacia sus progenitores/as.

**El apego desorganizado** provoca miedo y desorientación en las relaciones familiares.


Consideramos necesario en este punto, analizar el tipo **de estilo educativo** que la persona interpreta que ha recibido, para poder identificar las dificultades que han podido influir en su trayectoria de vida.

También es preciso identificar las **fortalezas futuras** que pueden favorecer el proceso de reincorporación social.

Destacamos la relevancia del **apego** en el desarrollo futuro del proceso de reincorporación social.

Basándonos en las definiciones del autor Santrock (2003), analizamos el apego que han podido recibir en sus primeras etapas de vida. El relato que traslada la persona permitirá conocer el tipo de apego que percibe en la actualidad con sus referentes familiares más cercanos/as.

**TALLER GRUPAL CON  
LAS PERSONAS PENADAS**



**TALLER PILARES:  
HERRAMIENTAS  
PARA CONSTRUIR  
APOYOS SÓLIDOS**



SESIÓN GRUPAL 1  
PERSONAS PENADAS

# CONOCIENDO MIS ORÍGENES





# I

## Sesión Grupal I. Conociendo mis orígenes

### FICHA RESUMEN DE LA SESIÓN GRUPAL

#### \* **Objetivo de la sesión**

- Identificar la relevancia e influencia de la familia de origen a lo largo de nuestra vida.

#### \* **Contenidos de la sesión**

- Conceptos básicos de la familia.
- Influencia de la familia de origen especialmente en los primeros años de nuestra infancia.
- El valor de la familia y su factor de protección.

#### \* **Duración**

2 horas y media.

#### \* **Introducción**

Profundizaremos en la importancia de la familia de origen en nuestras vidas y su función de protección y de apoyo emocional. Conoceremos la relevancia que tiene la familia en los primeros años de vida y cómo repercute este periodo en el futuro de las personas, haciendo hincapié en la influencia que ejercen en la creación de nuestra identidad y personalidad.





# 1

## Sesión grupal I. Conociendo mis orígenes

«Entendiendo de dónde vengo, entiendo quién soy». (Anónimo/a)

### • Inicio y bienvenida

- \* Se da la bienvenida al grupo y se comprueba la asistencia. Si es un grupo que no está cohesionado, porque no esté vinculado a otro programa de tratamiento, se comienza la sesión con dinámicas de presentación de cada participante.
- \* Se presenta el tema a tratar en la sesión, señalando los horarios de inicio, descanso y finalización.
- \* Se establecen las reglas básicas de participación, siendo imprescindible mantener el respeto, discreción y apoyo cuando se traten temas de contenido sensible y privado, no interrumpiendo ni acaparando la atención del grupo.

### • Desarrollo de la sesión

- ✓ Se inicia la sesión visualizando un video emotivo relacionado con la familia de origen. <https://www.recreoviral.com/reflexion/alemanes-edeka-video-de-navidad/>.

Se genera un espacio de dialogo para identificar los diferentes sentimientos que nos genera nuestra familia directa. Posteriormente, se traslada la siguiente pregunta: **¿pensáis que el apoyo familiar es importante en vuestro proceso actual de tratamiento?** Se dejan unos minutos para reflexionar sobre el papel que tiene la familia en su evolución personal y tratamental, señalando que es una parte fundamental del éxito en la reinserción social.

## I. ¿Qué son y cómo funcionan las familias?

Se realiza una lluvia de ideas para definir en grupo lo que entienden por **familia**. Se busca que construyan una definición amplia y diversa de la familia, teniendo en cuenta la transformación que ha tenido en la sociedad a lo largo del tiempo (en contenidos complementarios se aporta una definición que puede servir de referencia). Asimismo, se solicita que nombren los diferentes miembros que creen que constituyen o pueden constituir una familia.

De forma habitual, los miembros que conforman la familia de origen son el grupo de personas tanto de línea ascendente familiar (padre, madre, responsables de crianza, abuelos/as, tíos/as, etc.) como de línea transversal (hermanos/as, primos/as, cuñados/as, etc.).

A continuación, se deja un espacio para compartir los sentimientos que les generan, observando que en gran medida existe un vínculo **fuerte e intenso** que nos une con diferentes

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

familiares, por ejemplo, con un hermano, un padre, una abuela o una madre. Posteriormente, se invita al grupo a identificar las distintas emociones que se producen en los distintos subsistemas familiares, es decir, la **diferencia** que se puede dar entre la relación con una hermano/a o la relación con un/a abuelo/a. Cada relación tiene su función e importancia y no tiene por qué ser la misma, ya que, depende normalmente de las experiencias vividas con esa persona.

En la **familia** se establecen diferentes **alianzas relacionales**, con diferentes niveles de **vinculación y poder** según las vivencias que se han compartido: conyugales (pareja), parental/marental (progenitores con hijos/as), fraternales (hermandad) o relaciones con otras generaciones (abuelos/as).

En cada familia existen familiares, con una relación más o menos cercana, que han podido ser más importantes o relevantes y con quienes se han podido generar vínculos fuertes y trascendentales. Por ejemplo, una tía, un primo o una abuela han podido desempeñar funciones claves de protección y/o educación en nuestro desarrollo personal. Es necesario destacar el valor de su ayuda y detectar quiénes han sido y son nuestros **pilares** fundamentales. Para entender esto, realizamos la dinámica I.



### Dinámica I. Con quién cuento

Las familias tienen un funcionamiento **dinámico**, cuando se producen cambios en algunos de sus miembros, el sistema familiar se ve influenciado/afectado por estos cambios. Por ejemplo, en una familia con bebés, la dinámica familiar que se establece es diferente a la que existe cuando sus hijos/as llegan a la adolescencia. Las familias y las personas que la conforman requieren **ajustes** en su sistema familiar para adaptarse a las necesidades de cada una de las etapas por las que atraviesan.

*Se observa un ejemplo de ese dinamismo en las familias, cuando una persona **ingresa en prisión**. Se pide que de manera aleatoria mencionen qué ajustes en la dinámica familiar piensan que surgen, normalmente, con el ingreso en prisión de un/a familiar. Se deja un breve espacio para tratar este tema en grupo.*

El ingreso en prisión es un acontecimiento que genera cambios en el sistema familiar. Las familias se tienen que reajustar a la nueva situación, generando modificaciones en los roles familiares, desequilibrios y adaptaciones a las nuevas dinámicas familiares (sobrecarga de trabajo, cambio de domicilio, dificultades económicas, etc.).

## 2. La Familia de origen, nuestra huella personal

La familia de origen normalmente juega un papel trascendental en nuestras vidas. Existe una huella característica de nuestros/as familiares en los diferentes ámbitos de nuestra

vida. Es decir, la mayoría de las personas partimos de un sistema familiar que nos ha imprimido un **sello personal**.

Cada familia, como las personas que la componen, es diferente, única e irrepetible. Tienen costumbres y maneras de ser concretas que pueden haber heredado de su “árbol familiar” o pueden haberlas elegido conscientemente. Es esencial comprender más a fondo nuestra historia familiar para, a través de ella conocernos mejor. Este conocimiento personal podrá favorecer una relación más consciente con nuestra familia y con nosotros/as mismos/as.



## Dinámica (inter-sesión) 2. Cuánto conozco a mi familia

Nuestra familia ha influido, en gran medida, en la creación de la persona que somos a día de hoy. A través de ella, hemos aprendido a conocer el mundo en el que vivimos, entendiendo cómo son las relaciones interpersonales, creándonos un sistema de valores y adquiriendo una identidad que conforma una **unión indivisible** entre “el yo” y “mi familia”.

Muchas de nuestras dificultades personales o fortalezas surgen de la **primera infancia**, concretamente desde nuestra concepción, gestación, nacimiento y primeros años (aproximadamente hasta los 13 años). De ahí que, experiencias difíciles o traumáticas vividas a temprana edad, pueden producir conflictos que son necesarios tratar profesionalmente para que no generen daños y bloqueos en el futuro.

Existen factores biológicos, familiares, personales y ambientales que no son determinantes pero que conforman paulatinamente nuestra **personalidad**. Es un hecho inevitable que todo lo ocurrido en nuestra familia, junto a nuestras experiencias más individuales, constituyen una parte de **nuestra identidad**. Las personas que nos han criado/cuidado en nuestra infancia, nuestra madre, padre u otras personas (a partir de aquí, en el texto, **responsables de la crianza**), tienen una influencia significativa en la creación de quienes somos en la actualidad, dejando una huella imborrable.

Las personas responsables de la crianza tienen una influencia a lo largo de nuestra vida, especialmente, en las **primeras etapas de nuestro crecimiento**, debido a que es en ese periodo donde somos más vulnerables y cuando se desarrolla principalmente nuestro cerebro y, con todo ello, parte de nuestra personalidad futura. Las etapas iniciales más representativas para el desarrollo como personas las analizamos en la siguiente tabla:

EDAD	FASES DE DESARROLLO	QUÉ NECESITAN - CARACTERÍSTICAS	A QUIÉNES NECESITAN - REFERENTES PRINCIPALES
0-3	<b>PRIMER PERIODO -FASE APEGO-</b>	<b>Desarrollo físico/afectivo/social.</b> Necesidades básicas fisiológicas, de protección y de amor. No se tienen recuerdos (inconsciente).	<b>Progenitores/Tutores/as.</b> <b>Principalmente una figura de apego.</b>
4-9	<b>INFANCIA</b>	<b>Juego como elemento socializador.</b> Mediana conciencia de la realidad.	<b>Progenitores y Familiares/Educadores/as / Primeras amistades.</b>
10-13	<b>PREADOLESCENCIA</b>	<b>Juego y riesgo.</b> Conciencia de la realidad.	<b>Familiares/ Grupo de iguales.</b>
14-17	<b>ADOLESCENCIA</b>	<b>Revolución biopsicosocial. El Yo contrariado.</b> Repercusión de lo vivido en etapas anteriores.	<b>Grupo de iguales.</b>
+ 18	<b>En esta etapa tendrá mayor repercusión lo vivido en las diferentes etapas de desarrollo anteriores, siendo una de las más importantes la del primer periodo-apego e infancia.</b>		

*El objetivo de este análisis es reconocer la importancia de la familia en las diferentes etapas del desarrollo y cómo es el principal referente en los primeros años de vida.*

Los acontecimientos vividos en los primeros años de vida repercuten de manera relevante en las diferentes áreas de nuestra vida adulta. Existen experiencias vividas en la infancia que influyen en la **salud psicofísica** en la vida adulta, por ejemplo, situaciones de gravedad como haber sido víctima de abandono familiar, pueden llegar a ocasionar: trastorno de apego, aislamiento social, autoestima baja, dependencia social, comportamientos agresivos, tristeza, ansiedad crónica, etc. Así, las distintas situaciones vividas en nuestro entorno familiar durante la infancia pueden tener una repercusión directa en nuestro desarrollo infantil y en la salud psicofísica y social adulta. Cuando estas situaciones hayan existido es necesario realizar un trabajo terapéutico que ayude a restablecer esa "herida".

*Se solicita que expongan diferentes ejemplos de sucesos, que pueden ocurrir en la primera infancia, que creen que podrían afectar posteriormente en la etapa adulta (o qué áreas personales podrían afectar).*



### Dinámica 3 (opcional). Características imprescindibles

Subrayar que, a pesar de la enorme influencia que tienen estos aspectos en nuestra vida, no son **determinantes**, ya que el cerebro del ser humano tiene plasticidad y con ello, una capacidad de superación que nos ayuda a recuperarnos de los difíciles sucesos vividos en nuestro pasado. La persona puede ser capaz de **autoconstruirse** al margen de este tipo de acontecimientos, redefinir los mandatos familiares y los comportamientos de **manera resiliente** y enfrentarse al presente de forma constructiva y equilibrada. Pero para ello, en la mayoría de las ocasiones, como comentamos anteriormente, es necesario un trabajo profesional que ayude a “sanar” las heridas personales que puedan existir y que permita relacionarnos de forma más saludable con nuestra familia.

En las primeras etapas, las personas más importantes en el desarrollo de cada menor son las personas que han sido responsables de la crianza, por tanto, es fundamental que exista **una estabilidad** en estas, ya que esto influirá en la creación de una **personalidad equilibrada durante la infancia y futura etapa adulta**. En el siguiente gráfico podemos ver un ejemplo de la influencia que ejercen habitualmente las personas responsables en la crianza:



Este esquema representa, a través de un ejemplo, **la influencia** que ejerce **nuestra familia** a lo largo de nuestra vida y la interconexión con los contextos sociales externos (sociedad y cultural en general, grupos de iguales, escuela, etc.). Destacamos que, en los **primeros años de vida**, las personas referentes serán quienes han sido responsables de nuestra crianza y a medida que vamos creciendo disminuye esa influencia, desligándonos progresivamente de los patrones familiares. En la etapa adulta, tenemos mayor autonomía, se ha conformado en gran medida nuestra personalidad y las decisiones y responsabilidades son propias de nuestro comportamiento. Pero, aun así, debemos de

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

ser conscientes que lo vivido en los primeros años puede determinar en gran medida nuestra etapa adulta.

*En el caso de haber realizado la Dinámica 3, no será necesario trasladar el siguiente punto, ya que se ha trabajado este contenido.*

Esta correlación, entre experiencias vividas en la infancia y comportamientos en la edad adulta, es compleja. Para comprenderla, vamos a conocer los aspectos familiares que son más influyentes:

- **Actitudes y pautas educativas por parte de responsables de la crianza:** las pautas educativas en la crianza condicionan nuestro comportamiento futuro. Las que generan mayor riesgo son: ausencia de límites, exceso de autoritarismo, maltrato físico, sexual y/o psicológico, no permitir expresar emociones, ausencia de contacto físico o amor, sobreprotección, etc.
- **Seguridad y protección:** es necesario un acompañamiento de lo que hacemos cuando somos menores para sentir protección y seguridad.
- **Estructura familiar:** una estructura estable en su conjunto con equilibrio en sus miembros.
- **El ejemplo:** los/as menores se fijan más en la conducta de sus familiares que en sus palabras.
- Y finalmente, la **calidad de afecto** que recibimos en los **primeros años de vida** es fundamental, ya que es el sustento de nuestro equilibrio emocional y educativo.

Hay que tener en cuenta, que las personas responsables de nuestra crianza normalmente no recibieron apoyo y/o formación, no nacieron aprendidas para ejercer el rol de padres y/o madres. Lo hicieron lo mejor que pudieron con los recursos que tenían a su alcance.

*Es importante señalar que, con este análisis, no se pretende realizar juicios de valor, ni relaciones causales directas, es importante apartar las ideas culpabilizadoras que se puedan generar al tratar estos temas. Estas reflexiones lo que buscan es entender la cadena familiar de la que forman parte inherente y conocer cómo cada eslabón familiar ha tenido a su vez, una historia personal a la que hacer frente. Lo relevante es detectar aquellas vivencias que han podido ser más traumáticas y en el caso de ser necesario, abordarlas bajo la tutela profesional adecuada y cualificada.*



#### Dinámica 4. Huellas familiares

### 3. La familia como factor de protección

- ✓ Se visualiza un video relacionado con el esfuerzo y entrega que pueden hacer algunos miembros de nuestra familia de origen. [https://www.youtube.com/watch?v=EAq\\_QUIBrB0](https://www.youtube.com/watch?v=EAq_QUIBrB0). Se deja un espacio para identificar la importancia de la familia.

Hasta ahora, principalmente, hemos analizado la influencia e importancia que tiene la familia en la etapa infantil (valores, protección, cuidados, etc.), pero también es vital su papel en diferentes momentos de nuestra vida adulta. Por ejemplo, imaginamos ¿nuestra boda o el bautizo de una hija sin ningún familiar invitado? o que al ingresar en el hospital por una enfermedad grave ¿no estuviera ningún familiar a nuestro lado?, enlazamos esta reflexión con la siguiente dinámica.



#### Dinámica 5. Valor de la familia

Evidenciamos, por tanto, que nuestra red familiar nos puede proteger ante situaciones complejas y difíciles, a diferencia de otro tipo de redes que, en ocasiones, no ejercen el mismo apoyo de forma incondicional.

*Se deja un espacio para comentar situaciones en las que sus familiares han sido sus principales apoyos.*

La familia tiene un **valor incalculable** y solemos ser conscientes de ello en situaciones especialmente difíciles. No debemos esperar a que ocurran estos acontecimientos para apreciar el papel fundamental que tiene en nuestra vida.

Una persona será menos frágil cuanto mayor y consistente sea su red de apoyo. Poseer una alianza familiar sólida, donde existan relaciones de calidad, permite una mayor integración en el entorno que será un contexto beneficioso para afrontar los diferentes retos de la vida.

*Hay que señalar que esta sesión se orienta a potenciar las relaciones positivas con nuestra familia. Sin embargo, se debe tener en cuenta que en ocasiones existen realidades particulares que, por su efecto nocivo, hacen necesario **cortar vínculos** para que no perjudiquen en nuestra evolución personal. En estos casos cada profesional valorará la posibilidad de buscar apoyos alternativos a los familiares.*



Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

Las alianzas con sus familiares son clave en el proceso de cambio y tratamiento en el que nos encontramos, especialmente ante las dificultades que pueden surgir en todo el proceso actual.

Reforzamos la idea de la importancia que tiene invertir tiempo en conocer mejor a nuestra familia y **valorar** la red familiar, así como, dar espacio para que sus familiares se puedan **involucrar** en el crecimiento personal común. Esta reflexión fue con la que se inició la sesión y ahora la realizamos nuevamente, con un mayor conocimiento del valor de la familia.

- ✓ Para provocar una emoción positiva y constructiva respecto a la familia se finaliza la sesión visualizando el **video “Con la familia la remontada es posible”**.  
<https://m.youtube.com/watch?v=dm6k4EGPyGU&feature=youtu.be>

*Se concluye que la familia es un apoyo fundamental en nuestras vidas, principalmente en los momentos difíciles, nuestra familia es clave para ayudarnos a salir adelante y sentir que conformamos un equipo en el que nos apoyamos conjuntamente.*

### • **Despedida e ideas fuerza**

- \* Se plantea una lluvia de ideas con las siguientes cuestiones: *¿qué es lo que se ha trabajado hoy?, ¿qué es lo que más os ha llamado la atención? Y ¿para qué puede servir este aprendizaje?*
- \* Se da fin a la sesión haciendo un resumen de las ideas más importantes:
  - ◆ Hablamos de **familias**, en plural, para reconocer la gran **diversidad** que existen en las maneras de constituirse, organizarse y funcionar como grupo familiar.
  - ◆ Nuestra familia de origen es clave para **concernos y entendernos** personalmente, siendo su **influencia** primordial sobre todo en los **primeros años** de nuestra vida.
  - ◆ La familia supone un **factor de protección**, principalmente en los momentos más difíciles.
- \* *Se recuerda que en la próxima sesión deberán entregar el **documento 2.1** de la dinámica 2 “Cuánto conozco a mi familia”.*
- \* Se despide al grupo hasta la próxima sesión.

## FICHA DE DINÁMICA I



### Con quién cuento

**Objetivo:** evaluar la percepción que tienen del apoyo que reciben de su familia.

**Guía para la dinámica:** se entrega a cada participante el **documento I.I** y se solicita que lo realicen de manera individual.

Pasados unos minutos se les pregunta si ha sido difícil encontrar personas que puedan ayudar en estas situaciones. Se realiza un debate con las impresiones generales.

**Duración:** 15 minutos.

**Conclusiones:**

- Damos a conocer que existen diferentes tipos de apoyo (material, confianza, compañía, etc.) y las personas que nos ayudan pueden ser diferentes.
- Contar con una red de apoyo familiar estable y positiva, es beneficioso para desenvolvemos en las diferentes situaciones de la vida.
- Es necesario tener un grupo de personas de confianza a quien poder recurrir en momentos de necesidad, normalmente son familiares directos quienes principalmente apoyan en situaciones límites y difíciles.
- Asimismo, es conveniente que nuestra familia cuente también con nuestra ayuda ante las situaciones difíciles proporcionando una ayuda mutua.

**Recursos necesarios:**

- **Documento I.I.** Con quién cuento.

DOC. I.I. CON QUIÉN CUENTO

I.I

Escribe el nombre de las personas de tu familia que consideras más importantes (aproximadamente 7)


Ahora plantéate las siguientes situaciones y elige a una persona de la lista:

- Has tenido una discusión importante con tu pareja, te sientes con ganas de hablar de cómo te encuentras. ¿A quién de esas personas se lo contarías?

--

- Tu casa se ha llenado de agua por la avería de una tubería, especialistas te recomiendan que debes desalojar la casa durante una semana. ¿Con quién contarías para que te deje unos días vivir en su casa?

--

- Se estropea tu coche y no puedes entrar en él, las puertas no abren, tienes las llaves de casa y tu cartera dentro del coche y necesitas ir a una reunión urgente de trabajo. Solamente tienes el teléfono encima ¿A quién llamarías para que te ayude en esta situación?

--

- Te has decidido a realizar el sueño de tu vida y estás pensando en cómo materializarlo, pero tienes algunas dudas y quieres consejo. ¿A quién pedirías consejo?

--

- Ahora, imagínate que alguna de las personas que anotaste en tu lista tiene un problema grave. ¿Quién crees que te lo contaría o te pediría ayuda?

--

## FICHA DE DINÁMICA 2



### Cuánto conozco a mi familia

**Objetivo:** reflexionar sobre la **relevancia de la historia familiar** en nuestra vida y personalidad y, evidenciar el desconocimiento que normalmente tenemos sobre ella.

**Guía para la dinámica:** se reparte individualmente el **documento 2.1.**, con diferentes preguntas del ámbito familiar. Se explica que es un ejercicio personal y que se entregará en la próxima sesión, señalando que será una información a la que no tendrá acceso ninguna otra persona.

Esta **introspección personal** sirve de punto de partida para indagar en la multitud de cuestiones que se desconocen de nuestra familia y que han podido influir en la persona que somos hoy en día. Aquellas personas que sus responsables de crianza no sean padre o madre, podrán desarrollar las preguntas adaptándolas a su situación concreta (respondiendo las preguntas que sean posibles y/o adaptándolas a su situación personal).

A continuación, se proyecta el **video** del anuncio publicitario que ahonda **en el desconocimiento que normalmente se tiene de los diferentes miembros de la familia.**

Para finalizar, se anima a que continúen el análisis y conocimiento de sus raíces e historia familiar, de manera que les ayude a conocerse más a sí mismos/as. Se invita a que hablen asiduamente con familiares a los que tengan acceso y se interesen sobre sus recorridos vitales, sus infancias, anécdotas y dificultades vividas. De esta forma podrán ampliar sus vínculos o su relación, entenderse más y, a la vez, comprenderse mejor a sí mismos/as.

**Duración:** 15 minutos.

*(continúa en la página siguiente)*

## FICHA DE DINÁMICA 2 (cont)

### Conclusiones:

- Muchas de las experiencias vividas son parte de nuestro **crecimiento y superación** personal. Somos resultado de una cadena de experiencias que no podemos obviar, culpabilizar, ni olvidar, simplemente tenemos que ser conscientes de nuestra historia familiar e intentar mejorar cada día aquellas cuestiones que son difíciles de superar.

### Recursos necesarios:

- **Documento 2.1.** Cuánto conozco a mi familia
- **Video Anuncio Ikea-La familia.**  
<https://www.youtube.com/watch?v=grTQHD1cl2w>

## 2.1

*Si necesitas más espacio para escribir puedes escribir detrás de la hoja.  
Entendiendo de dónde vengo, entiendo quién soy.*

**Nombre y apellidos:** \_\_\_\_\_

*Te animamos a contestar estas preguntas que pretenden ayudarte a conocer más tus raíces. La identidad es como una huella que viene impregnada de nuestra historia de vida y ésta a su vez está empapada de la historia de vida de nuestra familia, por eso, es importante conocer y entender el entramado familiar del que procedemos.*

- 1. ¿Conoces a tu **padre** y/o tu **madre**? En caso afirmativo, ¿crees que los conoces bien?, Sus estudios, trabajos que han tenido, sus gustos, sus parejas sentimentales, sus habilidades, a qué tienen miedo, sus hobbies preferidos, etc.

- 2. ¿Sabes la **edad** que tenían tu madre/padre cuando naciste?, ¿conoces cómo fue el **embarazo/gestación/adopción** de tu madre/padre contigo?, ¿sabes si existió alguna complicación médica en la gestación o en el parto? ¿conoces cómo fue tu parto? y ¿cómo fueron tus primeros días de vida?

- 3. ¿Sabes cómo fue la **infancia** de tu padre y tu madre?, ¿conoces cómo fue su adolescencia?, ¿sus momentos felices y/o difíciles?

- 4. ¿Conociste a tus **abuelos/as**? ¿Sabes cómo fue su infancia?, ¿a qué se dedicaban, dónde vivieron, sus historias de vida, etc.?

DOC. 2.1. CUÁNTO CONOZCO A MI FAMILIA

Sesión grupal I. Conociendo mis orígenes

DOC. 2.1. CUÁNTO CONOZCO A MI FAMILIA (cont.)

- 5. ¿Conoces cómo era el **estilo de educativo de tus abuelos/as** con tu padre y tu madre? ¿era un estilo autoritario, permisivo, democrático?, ¿Utilizaban premios o castigos?

- 6. Y a ti, ¿quién te **crió** principalmente?, ¿Quién es la persona que ejerció más **influencia** en tu crecimiento? ¿Identificas cuál fue el **estilo de crianza** que recibiste de tu familia? ¿estilo autoritario, permisivo, democrático?, ¿Utilizaban premios o castigos?

- 7. ¿Con quién pasabas la mayor parte del **tiempo** cuando eras menor?, quienes te cuidaban ¿contaban con **apoyo** familiar? En caso afirmativo ¿sabes qué personas les ayudaban con tu crianza?

- 8. ¿Conociste a tus **antepasados**: bisabuelos/as, tatarabuelos/as...? y/o sabes algo de ellos/as, ¿a qué se dedicaban?, ¿de dónde eran?, ¿cómo eran?, ¿qué hacían?, ¿qué habilidades o enfermedades tenían?

- 9. ¿Cómo era la **relación** de tu madre y tu padre con el resto de familiares? ¿Con quién se llevaban mejor? ¿Y con quién peor?

- 10. ¿Recuerdas cómo era el **hogar** donde residías en tu infancia? ¿Y el hogar donde se criaron tus padres? ¿Tuviste que cambiar de residencia durante tu infancia? En caso afirmativo, ¿conoces los motivos?

- 11. ¿Sabes el **número total de familiares** que conforman tu familia de origen? Padre, madre, hermanos/as, abuelos/as, tíos/as, primos/as, etc. ¿con cuales te llevas mejor?

- 12. ¿Conoces alguna **costumbre** que sea característica de tu familia? ¿Quién la promueve principalmente?

- 13. ¿Qué **acontecimientos** crees que han marcado la vida de tu familia de origen? recuerda algún nacimiento, fallecimiento, separación, enfermedad, accidente, situación de desempleo, conflictos familiares, adicción, violencia, etc. que creas que haya sido clave en tu historia de vida.

*Gracias por tu confianza.*

DOC. 2.1. CUÁNTO CONOZCO A MI FAMILIA (cont.)

Sesión grupal I. Conociendo mis orígenes



## FICHA DE DINÁMICA 3



### Características imprescindibles

**Objetivo:** conocer los aspectos familiares más influyentes.

**Guía para la dinámica:** se expone la relación que existe entre las experiencias vividas en la infancia y los comportamientos en la edad adulta, conociendo los aspectos que pueden ser más influyentes.

Se recortan las diferentes características del **documento 3.1**. Se divide el aula en cinco grupos y cada uno de ellos elige a una persona como portavoz. Se entrega a cada grupo una de las características del **documento 3.1: Afecto recibido, Actitudes y pautas educativas, Seguridad y Protección, Estructura Familiar y el Ejemplo**.

Después de leer la ficha que les ha tocado, la debaten en grupo y anotan por qué consideran que esa característica es **imprescindible**. Se les entrega un papel en blanco y escriben con letra grande el nombre de la característica que defienden.

Posteriormente, las cinco personas portavoces se pondrán al principio del aula, en fila frente al grupo y enseñando el papel que describe su característica. Cada portavoz contará al resto del grupo la característica que defienden y por qué la consideran imprescindible para la infancia. Si tienen dificultades para describirla podrán leer la ficha al grupo. Cada trabajador/a social aclara las posibles dudas.

Una vez expuestas las cinco características, cada participante tendrá que **decidir qué característica considera que es fundamental** y se deberá colocar, individualmente, detrás de la persona que defiende la característica que considera imprescindible.

Se deja un tiempo para que se coloquen y puedan averiguar qué características son las más votadas, resumiendo el orden de prioridad que han decidido por mayoría.

## FICHA DE DINÁMICA 3 (cont)

Se expone que todos los aspectos que se defendían son relevantes e imprescindibles, no pudiéndose establecer un orden de importancia porque todos son necesarios e indispensables en la infancia. La dinámica busca ayudar a entender cuáles son esos aspectos esenciales que se deben facilitar en la infancia e identificar cuáles son los que cada persona considera indispensables, pero en definitiva todos son igual de importantes.

**Duración:** 20 minutos.

**Conclusiones:**

- Existen factores que son necesarios en nuestros primeros años de vida y que deben ser facilitados por nuestro entorno familiar más inmediato.
- Cada persona puede identificar como imprescindible una determinada característica, pero todas son primordiales para el desarrollo de una personalidad saludable.

**Recursos necesarios:**

- **Documento 3.1.** Características imprescindibles.
- **5 folios en blanco y bolígrafos.**

3.1

**EL AFECTO RECIBIDO:** Necesitamos sentirnos queridos en nuestra infancia, existen evidencias de que esto influye en posteriores etapas de nuestra vida: la calidad de cariño recibida en los **primeros años de vida** será el sustento del equilibrio emocional en la etapa adulta (Apego seguro). Los cuidados en los primeros meses y años de la vida tienen una repercusión en las condiciones de **sociabilidad**, la tendencia **criminosa** y/o la **salud** psico-física. Por tanto, la seguridad afectiva es indispensable para la formación de una personalidad saludable y está estrechamente vinculada al apoyo emocional recibido en el entorno familiar. El hecho de recibir afecto y cariño es un elemento clave en el desarrollo psicosocial de cada menor, siendo una necesidad igual de importante que el alimento o la respiración. ESTA CARACTERÍSTICA ES IMPRESCINDIBLE PORQUE: \_\_\_\_\_



**ACTITUDES Y PAUTAS EDUCATIVAS DE LOS/LAS RESPONSABLES DE CRIANZA:** existen pautas en los sistemas educativos en los que hemos sido educados que condicionan nuestro comportamiento futuro. Las que generan mayor riesgo son: ausencia de límites, exceso de autoritarismo, maltrato físico, sexual y/o psicológico, castración emocional (no permitir expresar emociones y sentimientos), exceso de comparación, ausencia de contacto físico, etc. Son necesarias, por tanto, pautas educativas que promuevan la **atención**, la **gestión** adecuada de las **emociones**, **el cariño**, y **el respeto** con los/as menores. ESTA CARACTERÍSTICA ES IMPRESCINDIBLE PORQUE: \_\_\_\_\_



**SEGURIDAD Y PROTECCIÓN.** Es necesario un **acompañamiento** de lo que hacemos cuando somos menores. Sentir **protección y seguridad** es uno de los aspectos más relevantes en nuestro desarrollo. Sentir que nos encontramos en un "territorio seguro", donde se nos va a respetar como persona en nuestra salud física y psicológica. Una de las cuestiones que ayuda a ello es que exista una figura de apego estable (figuras que hayan sido accesibles cuando les reclaman y que su proximidad genere sentimientos positivos). ESTA CARACTERÍSTICA ES IMPRESCINDIBLE PORQUE: \_\_\_\_\_



**ESTRUCTURA FAMILIAR:** una estructura que sea estable en su conjunto con un equilibrio entre sus componentes. Se refiere a que la estructura familiar sea sólida y exista una responsabilidad en los compromisos familiares y, **no tanto, a que ambos progenitores mantengan la convivencia.**

ESTA CARACTERÍSTICA ES IMPRESCINDIBLE PORQUE: \_\_\_\_\_



**EL EJEMPLO:** los/as menores se fijan más en la conducta que en las palabras. Se educa a través de la observación de la vida diaria o a través del ejemplo. De esta forma, el estilo de vida asociado a padres, madres o personas tutoras será importante para las futuras actuaciones que lleve a cabo el o la menor. Por ejemplo tendrá influencia: qué tareas se comparten en el hogar y cuáles no, cómo plantean y/o se resuelven los conflictos, cómo se relacionan con otras personas, cómo expresan sus emociones, etc. Por lo tanto, debe existir una coherencia entre lo que pensamos, sentimos, decimos y hacemos.

ESTA CARACTERÍSTICA ES IMPRESCINDIBLE PORQUE: \_\_\_\_\_



DOC. 3.1. CARACTERÍSTICAS IMPRESCINDIBLES (cont.)

Sesión grupal I. Conociendo mis orígenes

## FICHA DE DINÁMICA 4



### Huellas familiares

**Objetivo:** identificar la transmisión de los valores familiares.

**Guía para la dinámica:** se reparte a cada participante el **documento 4.1 Huellas familiares** y se solicita que registren los cinco valores más preciados que cada persona siente que tiene de sí mismo/a.

Posteriormente, se pide que piensen en una persona conocida de su familia cuyas características y actitudes se asemejen a los valores que han elegido de sí mismos/as.

A continuación, para analizar nuestros propios valores y principios, deberán contestar las preguntas sobre el origen y proyección de sus principios que se detallan en el **documento 4.1.**

Finalmente, se abre un espacio para reflexionar en grupo y tratar las impresiones derivadas de la dinámica.

**Duración:** 15 minutos.

**Conclusiones:**

- Lo que se aprende en nuestra primera infancia deja una **huella profunda**. Quienes nos criaron, nos han enseñado muchos de los elementos que conforman el modo de relacionarnos, las formas de actuar ante la vida, las maneras de entender el mundo, etc.
- Los principios y valores de nuestra familia directa, en su mayoría, nos serán de utilidad, pero en otras ocasiones será preciso “desaprenderlos”, ya que han podido sembrar prejuicios y/o actitudes perjudiciales en nuestra vida.

**Recursos necesarios:**

- **Documento 4.1.** Huellas familiares

## 4.1

Elige tus cinco valores que consideras más preciados y escríbelos por orden de prioridad. Posteriormente, indica qué persona de tu familia crees que tiene ese mismo valor.

N.º	VALORES	FAMILIAR
1		
2		
3		
4		
5		

### Tus principios y valores

1. ¿Qué valores te enseñaron los/as responsables de tu crianza y cuáles te gustaría transmitir a tus hijos/as?

2. ¿Qué tradiciones y/o costumbres de tu familia de origen te gustaría mantener en tu vida?

3. ¿Existe algún valor que sientes que no te inculcaron, pero te parece importante transmitir a tus hijos/as?

4. ¿A quién admiras más en tu familia? ¿Por qué?

DOC. 4.1 HUELLAS FAMILIARES

Sesión grupal I. Conociendo mis orígenes

## FICHA DE DINÁMICA 5



### Valor de la familia

**Objetivo:** sensibilizar sobre el valor que tiene la familia en las situaciones difíciles.

**Guía para la dinámica:** se recorta el **documento 5.1** en tres partes.

Se inicia un debate a partir de la siguiente pregunta **¿en qué tipo de momentos la familia de origen está “siempre” ahí?** Se dejan unos minutos para que aporten situaciones en la que consideran que, generalmente, la familia suele apoyar y estar presente.

A continuación, se solicitan tres personas voluntarias para la lectura de los testimonios recortados del documento **5.1 Testimonios**.

Se deja un tiempo de reflexión para ahondar en las historias y ver como el denominador común de todas ellas, es la importancia del **apoyo familiar**.

**Duración:** 15 minutos.

**Conclusiones:**

- Vislumbramos el valor incalculable que puede tener la familia, de manera relevante, en momentos especialmente difíciles.
- No podemos generalizar, ya que somos conscientes que existen familias que no muestran apoyo o son perjudiciales para nuestro proceso personal, pero a través de estos testimonios podemos ver posibles situaciones de la vida donde la familia cobra un valor fundamental, por ello, es de vital importancia cuidarla y protegerla.

**Recursos necesarios:**

- **Documento 5.1.** Testimonios

## 5.1

Luis tiene 35 años, se ha quedado parado hace tres meses, cuenta con escasa formación y una hipoteca muy elevada que pagar. Se encuentra separado de su pareja y aporta la manutención para el sustento de su hijo de un año.

Debido a los impagos de la hipoteca, le han desahuciado de su casa y se ha trasladado a vivir a casa de sus padres, donde el único ingreso es la pensión de jubilación de su madre.

En ese momento surge una pandemia de un virus contagioso y Luis se ve con muchas responsabilidades que no sabe cómo afrontar. Los tres se apoyan mutuamente para salir de esta situación. Él se dedica a las tareas del hogar, recados y gestiones en el exterior. Sus padres le ayudan económicamente y le animan haciéndole sentir mejor en esta situación.

Finalmente, después unos meses, aunque pasaron momentos muy duros, salen adelante, él encuentra un nuevo trabajo y rehace su vida con una nueva pareja y al año se independiza.

Luis imagina que, si no hubiera tenido esta ayuda de sus padres, podría haber estado en un albergue, en la calle o de una manera muy deplorable.

Luis no olvida aquella etapa tan difícil en la que **gracias al apoyo de la familia salieron adelante.**



Lucía tiene 27 años, tiene una vida saludable, se cuida y se siente plena. Se encuentra actualmente sin pareja y sin descendencia. Vive de manera independiente y trabaja como camarera en un bar. Quiere viajar más pero su economía no se lo permite.

Hace un año se independizó, antes vivía en la casa de sus padres y los visita una vez al mes. Tiene dos hermanos y su relación con toda la familia es buena, aunque cada uno hace su vida.

En un reconocimiento médico del trabajo, le han anunciado que algo no va bien, le han diagnosticado una grave enfermedad y su vida corre peligro. Tiene que ser operada de forma urgente y necesita la donación de un riñón.

Pasa por los días más difíciles de su vida. Todo su entorno, familiares y amistades se vuelcan con ella, la apoyan, la animan y están a su lado.

DOC. 5.1 TESTIMONIOS

Sesión grupal I. Conociendo mis orígenes



DOC. 5.1 TESTIMONIOS (cont.)

Llega el momento definitivo, al final uno de sus hermanos es compatible y se ha ofrecido para donar uno de sus riñones.

Lucía se recupera gracias a ello y **lleva dentro de sí misma el valor de la familia.**



Roberto de 45 años, tiene trabajo estable, se encuentra casado, tiene dos hijos y muchas amistades. Lleva una vida muy placentera y ajetreada. La relación con su familia es buena, aunque distante por cuestiones de su carácter fuerte y diferencias en la forma de ver la vida.

Dedica la mayor parte de su tiempo al trabajo, ocio individual y a divertirse con sus amigos. En un momento difícil de su vida, comete un delito que le lleva a cumplir 10 años de condena.

Durante el primer año de su ingreso en prisión es visitado por algunas amistades, recibe cartas de ellos/as. Pero su familia es la que le visita semanalmente.

Pasados dos años, cada fin de semana sigue acudiendo su familia (padre y madre, hermanos/as, pareja e hijos). A los cuatro años en prisión, los fines de semana acuden por locutorio su familia: hermanos, pareja, padres e hijos.

Después de 6 años en prisión, cada fin de semana acude a visitarlo su madre, pareja e hijos.

Roberto sale en libertad y ha aprendido con qué personas puede contar fielmente en su vida. Ha tenido un “colador” donde **ha “filtrado” lo verdaderamente importante para él, su familia.**



## CONTENIDOS COMPLEMENTARIOS

La familia ha evolucionado como lo ha hecho la sociedad, podemos entender su significado más amplio en la siguiente definición: “Unión de personas que **comparten un proyecto vital de existencia en común**, que se quiere duradero, en el que se generan fuertes sentimientos de pertenencia a dicho grupo, existe un compromiso personal entre sus miembros, y se establecen intensas relaciones de intimidad, reciprocidad y dependencia”. Con esta definición, identificamos que podemos sentir como familia a diferentes miembros, aunque no sean por vínculo de “sangre”, entendiendo una definición más amplia de **las familias**.

*Para conocer o profundizar sobre los tipos de familia se puede realizar la siguiente lluvia de ideas.*

Para conocer la diversidad y las funciones de la familia, realizaremos la siguiente pregunta: **¿Qué creen que necesita una niña o un niño para crecer y desarrollarse positivamente?** Dejamos un espacio de tiempo para que verbalmente planteen las **variables más importantes** para conseguir este propósito, tanto por parte del entorno de cada menor como de las personas responsables de su crianza. (Ej. Protección, un hogar, cariño, etc.). Vamos anotando en la pizarra, una a una, las aportaciones de cada participante. Una vez apuntados diez o más factores, se pregunta si las variables que han aportado creen que están relacionadas con **la edad, la orientación sexual o el estado civil** de las personas que son responsables de la crianza. Dejamos un espacio de reflexión. A partir de esta puesta en común, nos damos cuenta de que las necesidades de cada menor son principalmente **apoyos instrumentales y emocionales** que no tienen que ver con las características personales e íntimas de los miembros de la familia que la componen. No importa la orientación sexual o la edad que tienen nuestros/as familiares, lo que importa es cómo nos cuidan y la protección que nos dan.

Identificamos que las funciones básicas de la familia son: **seguridad, afecto, amor, felicidad, un hogar, confianza, protección, estabilidad, responsabilidad**, etc. y éstas no están vinculadas con la orientación sexual, edad, relación jurídica de sus progenitores, concluyendo, por tanto, que las variables necesarias corresponden más a **“qué” y “cómo”** lo hace, que **“a quién lo hace”**.

Podemos trabajar el aspecto de la diversidad en los tipos de familia a través del video de un anuncio de Coca-Cola. [https://www.youtube.com/watch?v=GNidkQOhc\\_Y](https://www.youtube.com/watch?v=GNidkQOhc_Y)

El tipo de relaciones que establecemos en nuestro círculo familiar son variadas a lo largo del tiempo y de diferentes familiares que conforman nuestro entorno. En ocasiones, están basadas en el respeto, la comunicación y la ayuda mutua y en otras, se producen abusos de autoridad, falta de comunicación y/o violencia. No existen soluciones únicas

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.

Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

para resolver los problemas que se presentan, el reto es identificar las dinámicas y problemáticas que nos perjudican y adquirir herramientas que nos ayuden a afrontar estas dificultades. En sesiones futuras se profundizará en diferentes estrategias que ayuden a mejorar las relaciones sociofamiliares.



## RECURSOS AUDIOVISUALES

### ■ Video Familia

**Resumen:** el vídeo hace referencia a la historia de un anciano que llega a casa junto a su perro después de haber hecho las compras del supermercado y escucha los mensajes de la grabadora donde sus hijos se disculpan por no poder ir a la cena de Navidad. Entonces sus hijos/as reciben una esquela de la muerte de su padre y empiezan las llamadas entre ellos y finalmente todos se reúnen. En medio del luto se abrazan y lloran; abren la puerta de la casa de su padre y lo que encuentran es una mesa para la cena de navidad, y al fondo sale el padre y los saluda, diciendo: “¿Tengo que hacer esto para verlos a todos juntos?”.

**Duración:** 1:47 minutos.

**Enlace:** <https://www.recreoviral.com/reflexion/alemanes-edeka-video-de-navidad/>

### ■ Vídeo de Ikea-familia

**Resumen:** el video trata un anuncio de Ikea en el que nos invita a reflexionar sobre cuánto conocemos a nuestra familia. En una cena en familia por Navidad, una voz en off propone el reto de hacer preguntas a todos los miembros de la mesa. La voz va realizando a diferentes miembros de la familia preguntas triviales y relacionadas con las tecnologías, la actualidad, etc. Las personas las van resolviendo de forma sencilla, pero cuando las preguntas están referidas a algunas personas de su familia desconocen las respuestas y tienen que abandonar el juego. Los fallos llegan cuando la voz pasa a interrogarles sobre su familia más cercana. “¿Dónde se fueron tus padres de viaje de novios?” “¿Qué sueño le queda a tu mujer por cumplir?” Es entonces cuando ninguno de los integrantes de la mesa sabe contestar y la mesa acaba quedándose vacía. Invita a volver a conectar con los que te rodean.

**Duración:** 3:04 minutos.

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=grTQHDIcl2w>

### ■ Video La importancia de la familia

**Resumen:** el vídeo muestra (con una voz en off) diferentes escenas familiares de una familia asiática donde un padre aprecia el inadecuado comportamiento de uno de sus hijos y discuten. Posteriormente, el hijo debido a un accidente laboral tiene una limitación física y no pueda caminar, ni realizar las tareas de la vida diaria. En ese momento se muestra el esfuerzo del padre para que su hijo salga adelante y se recupere, con diferen-

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

tes mensajes tipo: “hijo, paso a paso lo vamos a lograr”. Finalmente, el hijo muestra a su familia cómo puede dar varios pasos y se emocionan.

**Duración:** 3:09 minutos.

**Enlace:** [https://www.youtube.com/watch?v=EAq\\_QUIBrB0](https://www.youtube.com/watch?v=EAq_QUIBrB0)

### ■ Video Con la familia la remontada es posible

**Resumen:** vídeo realizado por la asociación Hirukide, en el que se muestra por qué nuestra sociedad no se ha hundido del todo en esta crisis. El video muestra cómo un padre bombero cuenta en un aula de un colegio en qué trabaja y de qué trata su trabajo. Cuando llega el turno de otro de los padres, su hijo se esconde un poco como si tuviera vergüenza y es que el padre comenta que está actualmente desempleado, pero su discurso finalmente es inspirador y toda la clase se siente motivada por las palabras de ese padre. Este padre plantea a través de una metáfora de un equipo de futbol, que todos los miembros de una familia son importantes y gracias a ello, la remontada es posible.

**Duración:** 3:59 minutos.

**Enlace:** <https://m.youtube.com/watch?v=dm6k4EGPyGU&feature=youtu.be>

### ■ Video La diversidad en la familia

**Resumen:** se trata de un anuncio de Coca-cola “destapa la felicidad” que se desarrolla con el testimonio de diferentes menores de una misma clase del colegio. Cada uno pone de manifiesto al llegar a casa, cómo otro compañero ha cuestionado a su familia. La adecuación y calidad de cada familia es cuestionada por un tema racial, de intercambio de roles, por edad etc. Establece todo el abanico de familias tipo que nos encontramos hoy en día. A partir de ese momento los progenitores le preguntan al menor “Y tú, si pudieras elegir a tu familia, ¿nos elegirías?” Siendo todas las respuestas afirmativas. Acompañando al mensaje “la felicidad, siempre es la respuesta”

**Duración:** 1:02 minutos.

**Enlace:** [https://www.youtube.com/watch?v=GNidkQOhc\\_Y](https://www.youtube.com/watch?v=GNidkQOhc_Y)

**SESIÓN GRUPAL 2**  
**PERSONAS PENADAS**

# **PROFUNDIZANDO EN MIS RAÍCES**





# 2

## Sesión grupal 2. Profundizando en mis raíces

### FICHA RESUMEN DE LA SESIÓN GRUPAL

#### \* **Objetivo de la sesión**

- Identificar diferentes particularidades del sistema familiar de cada participante para facilitar un mayor autoconocimiento.

#### \* **Contenidos de la sesión**

- Ciclo vital familiar.
- Árbol genealógico.
- Roles de género en el sistema familiar y corresponsabilidad familiar.
- El hogar como espacio de apoyo.

#### \* **Duración**

2 horas y media.

#### \* **Introducción**

Realizaremos una sesión para analizar diferentes características del sistema familiar individual: cómo evoluciona a lo largo del tiempo, su amplitud y las diferencias de género que pueden existir en la interacción entre sus miembros.

Con este análisis ampliamos el conocimiento personal de nuestro sistema familiar de manera que nos permita aceptar y mejorar aquellas cuestiones que puedan implicar una limitación en nuestro desarrollo personal.





# 2

## Sesión grupal 2. Profundizando en mis raíces

«Entendiendo de dónde vengo, entiendo quién soy». (Anónimo/a)

### • Inicio y bienvenida

- ✱ Se da la bienvenida al grupo y se comprueba la asistencia.
- ✱ Se presenta el tema a tratar en la sesión, señalando los horarios de inicio, descanso y finalización.
- ✱ Se recuerdan las reglas básicas de participación, siendo imprescindible mantener el respeto, discreción y apoyo cuando se traten temas de contenido sensible y privado, no interrumpiendo ni acaparando la atención del grupo.
- ✱ Se recoge el **documento 2.1** (Cuánto conozco a mi familia) entregado en la sesión 1 preguntando si les ha sido difícil contestar a las cuestiones que se detallan en el documento.

### • Desarrollo de la sesión

*En la sesión anterior se trabajaron aspectos básicos de la familia de origen, en este caso, se realiza una reflexión de las características más relevantes del funcionamiento del sistema familiar propio.*

### 1. Análisis del ciclo vital familiar

Las familias no son estáticas, por lo que cuando analizamos una unidad familiar es necesario adoptar una perspectiva temporal. Esta evolución se basa principalmente en tres factores:

- Los **cambios evolutivos** producidos por los procesos de desarrollo de cada miembro de la familia (ejemplos: crecimiento de hijos/as, envejecimiento, etc.).
- Los **cambios** en los diferentes subsistemas **relacionales** (ejemplos: divorcio, separaciones, etc.).
- Los **acontecimientos** que se producen en la vida de una familia (ejemplos: fallecimientos, emigrar a otro país, etc.).

La propia evolución de las familias implica pasar por diferentes etapas y momentos de crisis, esto es normal, natural y, en ocasiones, predecible.



Ejemplificamos en el siguiente gráfico cinco etapas por las que puede pasar una familia que ha tenido descendencia:

Cada una de estas etapas implica cambios en la composición de la familia y estos conllevan, a su vez, una modificación en los roles que van adquiriendo en las diferentes tareas evolutivas que asumen.

Como se observa en el ejemplo del gráfico el ciclo familiar sucede de la siguiente forma:

- **Construcción de la pareja:** el inicio del ciclo familiar puede comenzar con la **consolidación de una pareja**.
- **La transición a la maternidad y paternidad:** se inicia con la **llegada de descendencia** basada en el compromiso de la crianza y la educación.
- **Etapa de madurez de la familia:** sus hijos e hijas **crecen**, llegan a la adolescencia y adquieren mayor autonomía y se llega a una **etapa más adulta** de los cónyuges, posibilitando una redefinición, reorganización, **estabilidad** o, en ocasiones, una etapa de **crisis de identidad** en algún componente de la unidad familiar.
- **Nido vacío:** comienza con proceso de independencia por parte de sus hijos e hijas, donde la pareja vuelve a conformarse como núcleo principal de la dinámica familiar, una **nueva soltería**, donde existe un sentimiento post-maternidad y post-paternidad de «**nido vacío**».
- **Culminación:** finalmente, son los últimos años de la familia donde existe una retirada de la vida activa o vejez y se asiste a la muerte (más o menos sucesiva de la pareja) y la **disolución** de ese sistema familiar inicial.

No todas las familias tienen esta estructura, cada familia posee un sistema dinámico propio que experimenta diferentes transiciones con cambios y con una evolución dispar a lo largo del tiempo, siendo un ciclo inevitable y natural. Es relevante que los conozcamos porque ayuda a entender los procesos por lo que puede pasar nuestra familia y naturalizarlos.

*Para dar mayor comprensión a este contenido, se plantea un espacio de dialogo en el grupo donde puedan compartir la etapa en la que consideran que se encuentra su familia (de origen y/o adquirida) en este momento. Se intenta que en la exposición representen diferentes situaciones familiares.*

## 2. Análisis del genograma familiar

Analizar nuestro círculo familiar no es una tarea fácil, requiere esfuerzo e implica recabar diversa información que puede ser difícil de asimilar. Nuestro sistema familiar existía antes de que nacióramos y no podemos cambiar los acontecimientos que sucedieron en el pasado, pero sí podemos profundizar en nuestro árbol genealógico, para que nos ayude a construir nuestra memoria personal y emocional.

*Se plantea un ejercicio de análisis del sistema familiar individual que permita obtener a golpe de vista la extensión y estructura familiar, tanto actual como del pasado, más representativa.*



### Dinámica I. Genograma familiar

Nuestro árbol familiar aglutina múltiples experiencias que se hacen presentes en nuestra personalidad y en muchos de nuestros comportamientos, algunos de ellos de forma inconsciente. Son las huellas visibles o invisibles (rasgos físicos, impresiones, actitudes, etc.) de nuestros/as antepasados/as que nos llegan con el sello personal que tiene nuestro sistema familiar. Analizar el lugar que ocupamos, averiguar los elementos que se repiten en nuestro linaje o conocer las razones de los fallecimientos de nuestros/as familiares, es una información muy valiosa para entender la carga emocional que tiene nuestra historia familiar.

*Se anima al grupo a que, en el futuro, continúen de manera más exhaustiva este análisis del árbol genealógico, para que les ayude a reescribir su propia historia. Se les invita a que hablen con familiares que puedan facilitar información y más datos sobre su árbol familiar.*

Existen algunos aspectos que sustentan gran parte de la vida familiar. Las variables que permiten evaluar el equilibrio que se desarrolla en un núcleo familiar son:

- **Autoestima:** los sentimientos e ideas que cada miembro tiene sobre sí mismo/a.
- **La comunicación:** las formas de expresar lo que quieren transmitir.
- **Normas:** las reglas y normas que se utilizan para actuar y sentir.
- **Enlace con la sociedad:** el proyecto de vida familiar donde existen relaciones con el resto de las personas y con las instituciones externas de la familia.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

Si estos cuatro aspectos prevalecen en el núcleo familiar, el potencial de esa familia se incrementa, funcionando como un equipo donde se da y se recibe apoyo recíprocamente y donde todas las personas se nutren entre sí.

*En contenidos complementarios se presenta una tabla que profundiza en estos factores y visualiza como pueden dar lugar a diferentes tipos de funcionamiento de la familia (disfuncional o armonioso).*

Aprendamos a mirar nuestra propia historia de una manera consciente y crítica, esto nos ayudará a analizar, entender y/o mejorar la relación que tenemos con nuestros/as familiares. Si detectamos que en nuestra familia estas variables son deficientes tenemos que realizar un esfuerzo extra para contrarrestar sus efectos nocivos. Asimismo, es esencial valorar el trabajo hecho por cada familiar que, a pesar de las dificultades, hicieron lo posible con los recursos que tenían a su alcance.

*Al final de la sesión, dando continuidad al análisis del sistema familiar individual, se les facilitará un cuestionario (**Ficha de Cuestionario Apgar Familiar**) que será entregado a cada profesional en la próxima sesión.*

### **3. Análisis de los roles de género en el sistema familiar**

En nuestra vida hemos aprendido y se nos han transmitido diferentes estereotipos y roles de género que marcan lo que se espera que seamos como hombres o mujeres. (Por ejemplo, las niñas más sensibles y los niños más traviesos). Son condicionantes que aparecen como verdades absolutas que influyen en la vida, los gustos y las ocupaciones que están implícitos en el rol de ser hombre o de ser mujer y que subordina el género femenino al masculino, debido a la cultura patriarcal, llevándonos a la desigualdad.

En la siguiente tabla podemos observar algunos de los clichés, ideas y patrones de conducta del pasado en relación a la maternidad/paternidad y cómo podemos evitarlos en la actualidad:

ANTIGUOS Y NUEVOS PATRONES DE PATERNIDAD Y MATERNIDAD	
ANTES	AHORA PODEMOS
El padre se consideraba el principal <b>proveedor de recursos</b> económicos, siendo más distante afectivamente por el escaso tiempo compartido. La madre era la encargada del hogar y la descendencia y ejercía la función de sustento emocional.	El hombre no solo puede proveer de recursos, sino que además puede establecer una <b>relación cercana y afectiva</b> . Tiene que haber <b>corresponsabilidad</b> y ambas personas pueden ser amorosas y comprensivas.
Existían <b>roles diferenciados</b> : Padre: Rol de liderazgo y toma de decisiones. Madre: Rol educadora y supervisora de la descendencia.	Ambos miembros de la pareja pueden compartir los roles de liderazgo y crianza al 50%.
El padre, en su mayoría, no participaba en las responsabilidades domésticas y la madre era la principal responsable de estas tareas.	Se reparten las responsabilidades del hogar sin diferencias en la pareja.

*Se deja un espacio para que puedan hacer una reflexión personal sobre el rol que pudo tener su padre y/o madre en base a estos antiguos y nuevos patrones. A continuación, se realiza un análisis sobre la educación que hemos recibido según nuestro sexo de nacimiento (tipos de regalos, actividades extraescolares realizadas, juegos, etc.).*

Por lo tanto, tenemos que ser conscientes que en el proceso de socialización del sistema familiar del que procedemos, de forma mayoritaria, han existido estereotipos de género que, generación tras generación, han marcado nuestra forma de actuar y comportarnos.

Una de las fórmulas para mejorar este aspecto en generaciones futuras es **la coeducación**: educar de la misma manera a niños y niñas y no hacerlo de modo diferente según su sexo. Asignar tareas igualitarias a niños o niñas: barrer, fregar los platos, etc. en base a su edad y no a su género, respetando sus intereses y gustos independientemente de su sexo (por ejemplo, a un niño le solicitan que haga su cama, pero no le dejan jugar con muñecas). También, los roles igualitarios de las personas adultas en el reparto de las tareas del hogar, educar en el ejemplo es la mejor opción, ya que esto influirá en el futuro de sus hijos/as, porque los interiorizarán y los podrán reproducir.



## Dinámica 2. Coeducar



A continuación, se plantea una reflexión sobre los roles de género en el sistema familiar en relación con las responsabilidades familiares en el hogar en el que hemos sido criados. Se solicita que piensen en sus madres, abuelas y bisabuelas y analicen qué tipo de trabajos han desarrollado principalmente en sus vidas: productivos (fuera del hogar), reproductivos (en el hogar, crianza, etc.) o ambos. Se deja un espacio para que piensen y expongan algunos ejemplos personales.

Se muestra al grupo esta viñeta de Quino (incluida al final de la sesión) para que verbalicen qué les sugiere. Una vez apreciada la emoción de la mujer de la imagen, derivada de la sobrecarga de trabajo, se les plantea cómo se podría cambiar esa situación.

Tradicionalmente el **trabajo doméstico y los cuidados** han sido considerados como algo propio de las mujeres, mientras que los hombres se dedicaban a trabajos fuera del hogar. Con la incorporación de la mujer al mercado laboral, no se vio modificando el reparto de tareas, en su mayoría tenían doble carga de trabajo (dentro y fuera del hogar). En la actualidad, la distribución de las responsabilidades familiares está teniendo avances, pero todavía existe una importante desigualdad en el ejercicio de estas labores, principalmente en la relacionada con los cuidados (mayores, menores, hogar, etc.).



## Dinámica 3. Corresponsabilidad

Existen frases que ilustran esta realidad desigual:

- Hijo: “yo ayudo a mi madre con la casa”.
- Marido: “no te quejarás del marido que tienes, te ayudo a hacer las camas y fregar”.
- La pareja: “mi marido me echa una mano y recoge la ropa de la lavadora”.
- Madre: “mi hija me ayuda ordenando su cuarto”.

El denominador común de estas frases es que entiende que las obligaciones son de la “mujer” y ella delega en el resto de las personas las tareas, pero debemos asumir que, en realidad, la responsabilidad es de todos/as.

El hogar es un espacio que compartimos todas las personas que vivimos en él, por lo tanto, es responsabilidad de todas las personas que allí conviven el mantenerlo para que funcione correctamente. La **corresponsabilidad** es repartir el peso de las tareas cotidianas de la vida doméstica y las responsabilidades familiares entre los diferentes miembros de un hogar (hijos/as, parejas u otras personas que residan en el domicilio). Significa, por ejemplo, que todas las personas que residen en un hogar comparten y reparten la misma carga de trabajo.

Por ende, para que la colaboración en el hogar sea equitativa podemos estructurar el reparto de tareas en base a las siguientes variables:

- **La edad:** se tiene en cuenta a las personas de avanzada edad y los/as menores (no es lo mismo repartir las tareas para un menor de 5 años o una persona de 70 años).
- **Situación de salud de cada persona:** valoramos las limitaciones físicas y adaptamos las tareas a dichas circunstancias.
- **El tiempo disponible** según las responsabilidades laborales de cada miembro que resida en el hogar: las tareas domésticas se pueden realizar de manera proporcional al tiempo libre del que se disponga, sin que ello menoscabe el funcionamiento de las tareas del hogar y el tiempo personal de descanso y de disfrute.



#### Dinámica 4. “Ayudar en casa, no es suficiente...”

### 4. El hogar como espacio de apoyo

*Una vez analizados los diferentes aspectos de nuestro sistema familiar, que nos pueden permitir conocernos y entendernos mejor, se cierra la sesión haciendo una reflexión sobre el espacio donde viviremos en el futuro y como éste puede ser un lugar que sirva de apoyo o, por el contrario, convertirse en un espacio generador de tensiones. Se solicita que piensen en el domicilio o domicilios donde han vivido a lo largo de sus vidas, analizando si ha habido cambios y cómo era en el pasado ese espacio de convivencia.*

Reconocemos que es elemental que las personas privadas de libertad tengan un domicilio de referencia “de acogida” que funcione como un espacio estable y que les permita la reconstrucción de la vida en su incorporación a la comunidad (libertad). Somos conscientes que no siempre es fácil ni se tienen todos los recursos personales y materiales adecuados para ello, pero haremos un esfuerzo en promover que nuestro hogar sea un espacio confortable y de protección.

*Se deja un tiempo para compartir inquietudes respecto a la vuelta a su domicilio, viendo qué dificultades creen que se pueden encontrar o se han encontrado.*



Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

Tener acceso a un hogar donde poder planear la acogida para los permisos de salida, fines de semana, etapa de tercer grado y/o libertad condicional, es fundamental en el cumplimiento de la condena. Asimismo, es necesario que exista una vinculación estrecha con una persona que se haga cargo del apoyo en los periodos de adaptación al exterior. Esto facilita un mayor éxito en la etapa de nuestra reintegración a la sociedad.

El funcionamiento de ese hogar se ha tenido que adaptar a los diferentes momentos de la privación de libertad. En la reincorporación al exterior es necesario ajustarse a los hábitos de vida de la familia o personas acogedoras y viceversa. Cada miembro del hogar se habituará a la presencia de una persona que se había ausentado durante un tiempo (más o menos prolongado) y es esencial tener en cuenta estos cambios para anticiparnos a ellos, ya que nos permitirá evitar posibles conflictos o desencuentros.

*La armonía y equilibrio que se desarrolle en ese hogar será vital para su integración en el exterior, por ello, en próximas sesiones se aprenderán herramientas y estrategias que permitan gestionarlas adecuadamente.*



### Dinámica 5 - Post-sesión. Mi hogar

#### • **Despedida e ideas fuerza**

- ★ Se plantea una lluvia de ideas con las siguientes cuestiones: *¿qué es lo que se ha trabajado hoy?, ¿qué es lo que más os ha llamado la atención? Y ¿para qué puede servir este aprendizaje?*
  - Se da fin a la sesión haciendo un resumen de las ideas más importantes:
  - Las familias no son contextos estáticos, sino que son **sistemas dinámicos** que cambian y evolucionan a lo largo del tiempo.
  - El análisis de nuestro **árbol genealógico** nos permite un mayor conocimiento personal.
  - Hemos sido criados/as en un sistema de valores marcado por los estereotipos y roles de género que es necesario modificar para tener una sociedad más igualitaria.
  - Reflexionar sobre la importancia de contar con un espacio, lugar y hogar donde sentir seguridad y apoyo para continuar nuestro proceso de reinserción.
- ★ Se entrega a cada participante el **Cuestionario Apgar** para que lo aporten en la próxima sesión.

- \* Los **documentos de la dinámica 5. Mi hogar y el cuestionario Apgar** servirán para el análisis y diagnóstico de cada caso por parte de cada trabajador/a social.
- \* Se despide al grupo hasta la próxima sesión.

## FICHA DE DINÁMICA I



### Genograma familiar

**Objetivo:** identificar nuestro sistema familiar a través de nuestro genograma familiar.

**Guía para la dinámica:** cada participante dibujará los principales miembros que componen su familia y las relaciones existentes entre ellos, utilizando **indicaciones básicas del genograma** (documento incluido en esta dinámica).

Se muestra la imagen del **Documento Árbol Familiar** al grupo para observar gráficamente cómo formamos parte de un entramado familiar de diferentes generaciones. Se explica que ese árbol puede continuar creciendo hacia abajo, al crear nuestra propia familia a partir de nuestra posición. En nuestro caso, se va a hacer al revés: las raíces del árbol serán nuestra familia de origen (de donde nos nutrimos) y nuestra descendencia o nuevos miembros familiares serán las ramas del árbol (las nuevas ramas, hojas y frutos).

Se explica que vamos a conocernos mejor a través del dibujo simbólico de nuestra familia. Para ello, se reparte el **Documento Guía para la realización del genograma**.

Se pondrá un ejemplo de una familia que puedan conocer (algún sistema familiar conocido por las personas participantes, por ejemplo, televisivo). En el **Documento Ejemplo para cada profesional**, se muestra una familia con un entramado familiar conflictivo y se irá detallando, en la pizarra, los diferentes miembros y sus relaciones, a la misma vez que se explica el modo en el que se dibuja un genograma.

Posteriormente, se reparte a cada participante el **Documento Mi Sistema Familiar**.

Se dejan aproximadamente 10 minutos para que individualmente vayan realizando el genograma e iremos ayudando a aquellas personas que tengan más dificultad en la realización del ejercicio o debido a que sus sistemas familiares sean más complejos de dibujar.

## FICHA DE DINÁMICA I (continuación)

Finalmente se permite un espacio para reflexionar o compartir en grupo las impresiones derivadas de la dinámica. Cada participante se quedará con el documento realizado y será el punto de partida para entender y conocer más exhaustivamente el sistema familiar.

**Duración:** 20 minutos.

### **Conclusiones:**

- Nuestro árbol genealógico es un mapa con una información muy valiosa para entender quiénes somos, de dónde venimos y cuáles son nuestras principales relaciones. Aunque tenemos un pasado, también somos un eslabón de la cadena familiar hacia el futuro.
- Retomando la idea del árbol: si nuestras raíces son fuertes y saludables existirá mayor probabilidad de que nuestras ramas y la frondosidad del árbol sean más vigorosas. Nos sostenemos “gracias” a la fortaleza de nuestras raíces (nuestra familia de origen), y de ello depende, al menos en parte, la calidad de nuestros frutos (familia adquirida), por eso, es tan importante entender, potenciar y mejorar nuestras relaciones familiares.

### **Recursos necesarios:**

- **Documento** Árbol Familiar.
- **Guía para cada participante (o para el grupo) para la realización del Genograma.**
- **Ejemplo para cada profesional de un genograma conocido.**
- **Documento** Mi Sistema Familiar.

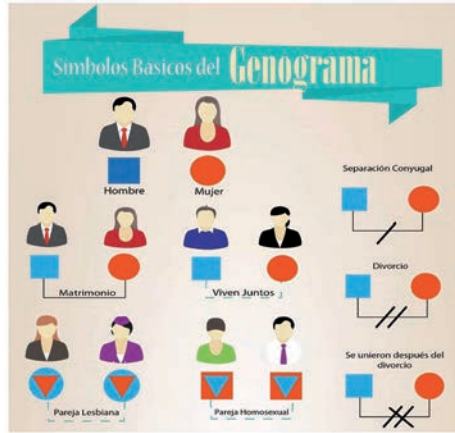
## *Árbol familiar*



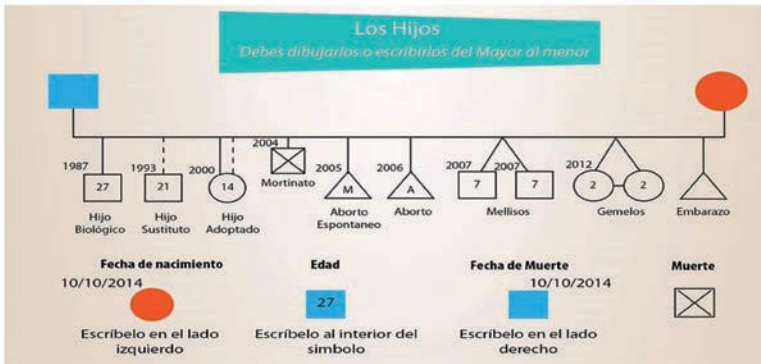
La familia es como un árbol, cada uno/a crece en su propia dirección pero las raíces son las mismas.

## GUÍA PARA REALIZACIÓN DEL GENOGRAMA DEL SISTEMA FAMILIAR

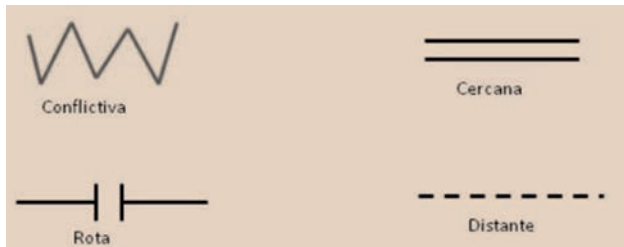
Estos son los símbolos básicos que te ayudarán a realizar tu genograma familiar. Te sugerimos que realices de manera ascendente las diferentes uniones y separaciones familiares, reflejando en el Genograma tu sistema familiar.



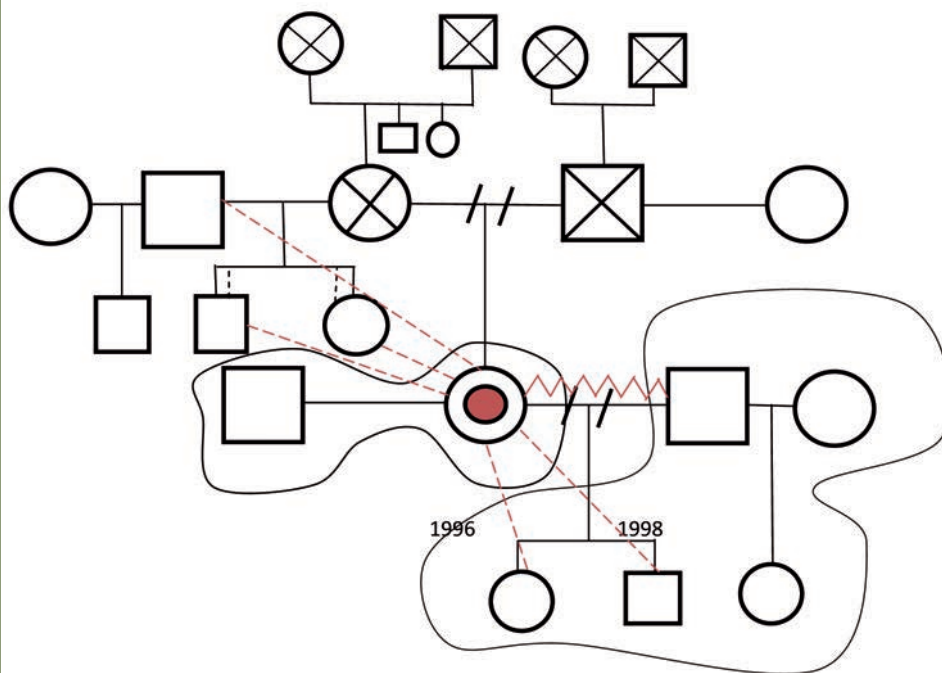
Estos son los distintos tipos de hijos e hijas que puedes reflejar en tu Genograma.



Estos son los tipos de relaciones que puedes destacar con tus familiares que consideres de mayor relevancia para ti. Son líneas que puedes trazar entre ellos/as y tú o entre tus familiares.



### EJEMPLO PARA CADA PROFESIONAL SOBRE GENOGRAMA



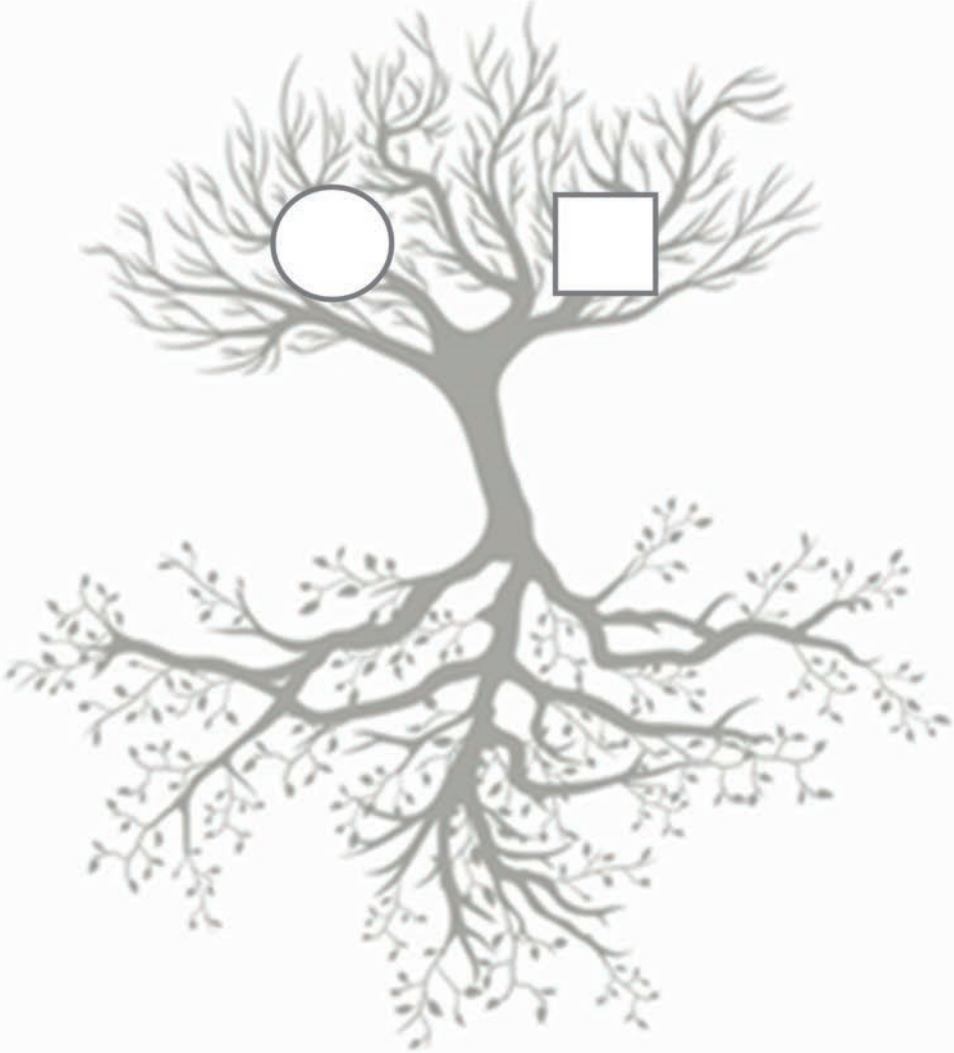
Se va dibujando en la pizarra el genograma a partir de la persona objeto (en rojo). No es necesario describir todos los subsistemas familiares, ya que esta parte de la dinámica se orienta a conocer la utilidad del genograma.

Una vez dibujado el entramado familiar y habiendo destacado las relaciones más representativas, se pregunta al grupo:

- ¿Con qué tipo de apoyo familiar cuenta esta persona?
- ¿Con quién viven sus hijos/as y cuál es su relación?
- ¿Tiene hermanos/as?

Se concluye como, a golpe de vista, se pueden ver las relaciones con su familia de origen y adquirida (distantes) y también el escaso apoyo familiar con el que esta persona cuenta de su familia más directa.

# *Mi sistema familiar*





## FICHA DE DINÁMICA 2



### Coeducar

**Objetivo:** sensibilizar sobre los roles y estereotipos en la publicidad, educación y el juego infantil.

**Guía para la dinámica:** se pretende reflexionar sobre la importancia de la coeducación igualitaria, en contraposición a los patrones de género en los que hemos sido educados/as, a través de los juegos y la publicidad recibida, dando nuevas propuestas desde la igualdad.

Se divide el aula en tres grupos y se reparte a cada grupo una temática del **documento 2.1 (publicidad, juegos y coeducación)**. Se solicita que lean los textos de las imágenes conjuntamente y debatan en subgrupo sobre el tema que les ha tocado.

Pasados unos minutos se pide que una persona portavoz de cada grupo comente al resto el contenido que les ha tocado y las ideas o dudas principales.

**Duración:** 20 minutos.

#### **Conclusiones:**

- Tradicionalmente los juguetes han sido clasificados “para niños” y “para niñas”; esto no es una condición natural y espontánea, se ha convertido aparentemente en «natural» lo que ha sido impuesto y aprendido durante generaciones.
- Coeducar implica la coexistencia de actitudes y valores tradicionalmente considerados de hombres y/o de mujeres, de tal forma, que puedan ser aceptados y asumidos por personas de cualquier sexo.
- No consiste en negar la existencia de rasgos que determinan lo “masculino” y lo “femenino”, sino que se trata de ser consciente de ellos para no inculcarlos como los únicos y necesarios.

#### **Recursos necesarios:**

- **Documento 2.1.** Imágenes sobre publicidad, educación y juegos.

2.1

PUBLICIDAD



Sesión grupal 2. Profundizando en mis raíces

EDUCACIÓN

2.1

### ¿QUÉ ENSEÑARLES A LOS NIÑOS?

**SI ES NIÑO**

- A decir por favor y gracias.
- A cocinar, barrer, lavar y cualquier quehacer del hogar.
- A estudiar y cumplir sus obligaciones.
- A respetar a los hombres y las mujeres, animales y cualquier ser vivo.
- A trabajar y ser útil.

**SI ES NIÑA**

- A decir por favor y gracias.
- A cocinar, barrer, lavar y cualquier quehacer del hogar.
- A estudiar y cumplir sus obligaciones.
- A respetar a los hombres y las mujeres, animales y cualquier ser vivo.
- A trabajar y ser útil.

IDEA ORIGINAL: CHANNA GARCIA AKAJASK. SÍGUENOS EN: [Facebook icon] [Instagram icon]

### Empodera a una niña y cambia el mundo

- Educala para que en un futuro no tenga que depender económicamente de NADIE.
- Enséñale de sexualidad y que solo ELLA decide sobre su cuerpo y su vida.
- Inspírala para que cuide de su cuerpo y esté sana, sin que su apariencia sea lo más importante.
- Motívala a que se exprese cuando está incómoda. Que aprenda a NO CALLAR.
- Muéstrale TODO su potencial, todo lo que puede llegar a ser y hacer.

### CÓMO EDUCAR A UN NIÑO PARA UN MUNDO IGUALITARIO

ESTOS SON ALGUNOS CONSEJOS DE NEUROCIÉNTIFICOS, ECONOMISTAS Y PSICÓLOGOS PARA LOGRAR UNA SOCIEDAD MÁS IGUALITARIA.

**ENSEÑALE A CUIDAR DE SÍ MISMO**  
EN ESPECIAL CUANDO SE TRATA DEL TRABAJO DEL HOGAR COMO LIMPIAR Y COCINAR, QUE EN MUCHOS LUGARES TODAVÍA ES EXCLUSIVO DE LAS MUJERES.

**DEJA QUE MUESTRE TODOS SUS SENTIMIENTOS**  
ENSEÑALE QUE ESTÁ BIEN TENER TODO TIPO DE EMOCIONES, COMO LA TRISTEZA, Y QUE NO ES NECESARIO QUE LAS ESCONDA.

**LA IMPORTANCIA DEL CONSENTIMIENTO**  
SE PUEDE LOGRAR CON DOS SENCILLAS REGLAS: QUE SIEMPRE PREGUNTEN ANTES DE TOCAR A OTRA PERSONA Y QUE "NO" SIEMPRE ES "NO".

**NO USAR LA PALABRA "NIÑA" O "FEMENINO" COMO ALGO NEGATIVO**  
EVITA DECIR: "CORRE COMO NIÑA" O "ES MUY AFEMINADO".  
SER NIÑA NO ES UNA OFENSA. HAY MUJERES INCREÍBLES EN TODO EL MUNDO.

Basado en los personajes de Steven Universe por Rebecca Sugar. FUENTE: "How to Raise a Feminist Son" The New York Times. PICTOLINE

MANU, ¿ESTÁS AHÍ DENTRO?

¡LOS HOMBRES DE VERDAD NO SE ESCONDEN A LLORAR EN EL BAÑO!

LO HACEN FUERA DELANTE DE QUIEN HAGA FALTA PORQUE NO HAY NINGUN PROBLEMA CON LLORAR



2.1

JUEGOS



NI EL ROSA ES "DE NIÑAS"  
NI EL AZUL ES "DE NIÑOS"  
NI LAS MUÑECAS SON "DE NIÑAS"  
NI LOS COCHES SON "DE NIÑOS"

LOS NIÑOS SON NIÑOS,  
LOS COLORES SON COLORES  
Y LOS JUGUETES, JUGUETES

NO DEJEMOS QUE NUESTROS  
PREJUICIOS Y ESTANDARES  
DE ADULTOS  
INTERRUMPAN SU NIÑEZ,  
INOCENCIA Y PUREZA

DÉJALOS JUGAR  
Y EXPLORAR SANAMENTE

Mom's community



Traducción

www.lunarbaboon.com



## FICHA DE DINÁMICA 3



### Corresponsabilidad

**Objetivo:** sensibilizar sobre la necesaria implicación del hombre en las tareas del hogar.

**Guía para la dinámica:** se visualiza un vídeo sobre la corresponsabilidad familiar y el papel del hombre en el trabajo doméstico. Se aportan tres vídeos en el apartado de recursos para trabajar esta temática. Se valora cual es el más adecuado según la configuración del grupo.

Se dejan unos minutos para que puedan intercambiar sus impresiones. El video está enfocado desde una mirada principalmente masculina, trata el tema con un toque de humor e ironía. Con esta dinámica se pretende crear un clima cercano en relación con el tema de la corresponsabilidad de las tareas del hogar.

**Duración:** 10 minutos.

**Conclusiones:**

- En España, el 70% del trabajo doméstico todavía lo ejercen las mujeres, así que faltan muchos hombres “que entren al trapo” y, por tanto, exista corresponsabilidad en las tareas domésticas.

**Recursos necesarios:**

- Reproductor de video y pantalla.
- Video **The Cleaner - Entra al Trapo**  
<https://www.youtube.com/watch?v=NRpuZXRBOE>
- Video **Sentador de madres**  
<https://www.youtube.com/watch?v=uwfFOylxUM8>
- Video **“Los ayudadores”**  
<https://www.youtube.com/watch?v=N4IWOGT0txU>

## FICHA DE DINÁMICA 4



### Ayudar en casa, no es suficiente...

**Objetivo:** reflexionar sobre el reparto desigual de las tareas domésticas y poner en valor el esfuerzo y el volumen de trabajo que suponen estas labores.

**Guía para la dinámica:** se pretende realizar una dinámica para profundizar en lo aprendido sobre corresponsabilidad familiar.

Se reparte individualmente el **documento 4.1 Tareas en el Hogar** y se solicita que registren las diferentes actividades del hogar según la persona que las realiza. Pueden hacerlo a partir de una relación sentimental con la que hayan convivido o según su rol como hijos/as cuando vivían con sus progenitores.

Una vez hayan rellenado el documento, se solicita que hagan un balance de la realidad en el reparto de tareas y reflexionen si ha existido sobrecarga por parte de algún sexo. Se dejan unos minutos para el debate. Ante aquellos ejemplos donde la figura masculina haya sido quien realice más tareas en el hogar, se matiza que se analiza la realidad mayoritaria, no los casos particulares. Lo importante es que se avanza hacia un reparto equitativo de tareas del hogar, de forma que el listado de tareas esté compensado en la columna de "AMBOS".

Posteriormente, se proyecta el **video "Ayudar en casa no es suficiente, hay que repartir la carga mental"** para darnos cuenta que no solo existe carga física sino también mental al sobrellevar las tareas del hogar en soledad.

**Duración:** 20 minutos.

#### **Conclusiones:**

- Las labores del hogar han sido poco valoradas: si vemos de manera pormenorizada el volumen y esfuerzo que significa llevar un hogar, podemos darnos cuenta de la importancia y el peso que en realidad tienen.

## FICHA DE DINÁMICA 4 (continuación)

- Para crear un sistema de funcionamiento familiar sano y equilibrado, es necesario hacer un reparto equitativo de todas las tareas que conlleva el trabajo familiar.

### Recursos necesarios:

- **Documento 4.1** Tareas en el hogar
- Video Ayudar en casa no es suficiente, hay que repartir la carga mental del Psicólogo Álvaro Soler.  
<https://www.youtube.com/watch?v=IVHRst02Ksk>

## 4.1

**TAREAS EN EL HOGAR**

Registramos con una cruz la distribución de las tareas en el hogar de manera mayoritaria, según la experiencia personal como hijo/a o como pareja:

TAREAS DEL HOGAR	PADRE	MADRE/ PAREJA	AMBOS/ AS	OTRAS PERSONAS*
Hacer las camas.				
Realizar el desayuno.				
Organizar el menú semanal.				
Poner la mesa.				
Realizar el almuerzo/comida.				
Preparar la merienda (si hay menores).				
Realizar la cena.				
Fregar los platos o preparar el lavavajillas.				
Fregar el suelo.				
Realizar la lista de la compra.				
Hacer la compra.				
Limpiar de baños.				
Limpiar el polvo de la casa.				
Ainear las mantas, alfombras, etc.				
Limpiar los cristales.				
Ordenar la casa.				
Organizar y realizar zafarranchos de limpieza.				
Recoger la ropa sucia tras la ducha.				
Poner la ropa en la lavadora				
Tender la ropa de la lavadora.				
Planchar la ropa.				
Ordenar la ropa en los armarios.				
Hacer cambios de temporadas de la ropa de los armarios.				
Compra de ropa para menores de la familia.				
Compra de utensilios necesarios para la casa, vestuario de la familia o decoración.				
Realizar gestiones bancarias o de gastos con compañías (luz, teléfono, internet...).				

\* señalar si la persona que se encarga de esa actividad es hombre o mujer.

(continúa en la página siguiente)



4.1

TAREAS DEL HOGAR	PADRE	MADRE/ PAREJA	AMBOS/ AS	OTRAS PERSONAS*
Coser o hacer arreglos de ropa.				
Acompañar a los/as menores al colegio.				
Apoyar a sus hijos/as en las tareas del colegio.				
Acudir a las tutorías del colegio.				
Acompañar a las actividades extraescolares de los/as menores.				
Mantenimiento del hogar (desperfectos, electricidad, fontanería, etc.).				
Mantenimiento de las plantas del hogar.				
Bajar la basura.				
Apoyar tareas domésticas de las personas mayores de la familia.				
Acompañamiento a consultas médicas de las personas dependientes del hogar.				
Higiene de las personas dependientes del hogar.				
Organización de vacaciones de la familia y ocio familiar.				

\* señalar si la persona que se encarga de esa actividad es hombre o mujer.

## FICHA DE DINÁMICA 5 (post-sesión)



### Mi hogar

**Objetivo:** reflexionar sobre el hogar donde las personas penadas se van a establecer e incorporar en su adaptación al exterior.

**Guía para la dinámica:** se entrega al final de la sesión a cada participante el **Documento 5.1 Mi hogar** y se solicita que expliquen sus expectativas respecto al hogar donde los van a acoger.

Esta es una dinámica posterior a la sesión, la persona penada deberá entregárselo a cada trabajador/a social, quien evaluará según la información especificada si es necesario profundizar o intervenir de forma individual en el caso que se detecte alguna carencia o problemática.

**Duración:** 10 minutos post la sesión.

**Conclusiones:**

- Contar con un hogar que posea unas determinadas características (comunicación, clima positivo, salubridad, no hacinamiento, etc.) puede favorecer la integración de la persona penada, resaltando la importancia del hogar como un factor de protección en la reinserción social.

**Recursos necesarios:**

- **Documento 5.1.** Mi hogar.

## 5.1

**NOMBRE:**

**DIRECCIÓN:**

¿Conozco el domicilio en el que voy a vivir cuando resida en el exterior, permisos, etc.?

En caso afirmativo, describo cómo es y cómo me siento en ese hogar. Si en este momento no tengo definido el lugar donde voy a estar en mi periodo de libertad o semi-libertad, intento describir cómo voy a conseguir ese objetivo y cómo me gustaría que fuera ese hogar.

## FICHA DE CUESTIONARIO



### Cuestionario Apgar familiar

**Objetivo:** conocer la forma en que la persona percibe el funcionamiento de su familia en la actualidad.

**Guía para el cuestionario:** se entrega al final de la sesión a cada participante el **Cuestionario Apgar Familiar** y se solicita que en un momento de tranquilidad respondan a las preguntas del mismo. Nos lo devolverán completado en la siguiente sesión o a largo de la semana.

Con la realización del cuestionario se pretende identificar a aquellas familias con problemáticas o disfunciones familiares, con el objetivo de ofrecer un mayor seguimiento y orientación en el programa.

Este cuestionario está conformado por cinco preguntas de temas claves considerados marcadores de las funciones de la familia, trazadas para conocer el estado funcional de la misma. (APGAR: **A**daptación, **P**articipación, **G**radiente de recurso personal, **A**fecto, y **R**ecursos). *Para dudas que puedan surgir a cada profesional de trabajo social en la realización de este Cuestionario consultar el apartado de esta Guía: Material Técnico de Apoyo.*

La interpretación de la puntuación será en base a:

<b>Nunca</b> (0 Puntos)	<b>Casi Nunca</b> (1 punto)	<b>Algunas veces</b> (2 puntos)	<b>Casi siempre</b> (3 puntos)	<b>Siempre</b> (4 puntos)
----------------------------	--------------------------------	------------------------------------	-----------------------------------	------------------------------

#### Escala para la calificación de funcionalidad familiar de la familia, de acuerdo a APGAR Familiar

<b>FUNCIÓN</b>	<b>PUNTUACIÓN</b>
<i>Buena función familiar</i>	18-20
<i>Disfunción familiar leve</i>	14-17
<i>Disfunción familiar moderada</i>	10-13
<i>Disfunción familiar severa</i>	9 o menos

## FICHA DE CUESTIONARIO *(continuación)*

**Duración:** -10 minutos post la sesión

**Recursos necesarios:**

- **Cuestionario Apgar familiar.**

<b>NOMBRE Y APELLIDOS:</b>	
<b>Fecha:</b>	

<b>Función</b>	<b>Nunca</b>	<b>Casi Nunca</b>	<b>Algunas veces</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>Siempre</b>
Me satisface la ayuda que recibo de mi familia cuando tengo algún problema o necesidad.					
Me satisface la participación que mi familia me brinda y me permite.					
Me satisface cómo mi familia acepta y apoya mis deseos de emprender nuevas actividades.					
Me satisface cómo mi familia expresa afectos y responde a mis emociones, como rabia, tristeza, amor, etc.					
Me satisface cómo compartimos en mi familia: a) el tiempo para estar juntos b) los espacios de la casa c) el dinero.					
<b>PUNTAJE PARCIAL</b>					
<b>PUNTAJE TOTAL</b>					

**CUESTIONARIO APGAR FAMILIAR**

**Sesión grupal 2. Profundizando en mis raíces**

## CONTENIDOS COMPLEMENTARIOS

El ciclo vital familiar son las diferentes etapas por las que pasa una familia a lo largo del tiempo, está inmerso en la cultura y costumbres a las que pertenece la familia, por lo que no podemos decir que haya formas correctas o incorrectas de transitar por las diferentes etapas. Cada fase del ciclo vital aparece unida a ciertos riesgos y oportunidades. Situar correctamente el momento evolutivo de la familia permite conocer, a priori, de una forma aproximada, cuáles pueden ser las debilidades y los recursos de la familia en ese momento.

Se detallan los diferentes tipos de familias que se pueden encontrar según las variables analizadas en la sesión:

### TIPOS DE FAMILIAS SEGÚN FACTORES DE ANÁLISIS

FACTORES	FAMILIA CON PROBLEMAS (DISFUNCIONALES)	FAMILIA NUTRICIA (ARMONIOSAS)
<b>Autoestima</b>	Disminuida	Elevada
<b>Comunicación</b>	Indirecta y Vaga (escasa)	Directa y sincera
<b>Reglas/Normas</b>	Rígidas y fijas	Flexibles, humanas y susceptibles a los cambios
<b>Enlace con la sociedad</b>	Temeroso e inculpador	Abierto y confiado

Tabla de elaboración propia a partir de conceptos Virginia Satir (1976)

*Se pregunta de forma aleatoria, sobre la relación que tienen estas variables con las diferentes dinámicas familiares. Ejemplo, las familias con múltiples problemáticas, cómo creen que será la autoestima de sus miembros, ¿alta o baja?, ¿existirá buena o escasa comunicación?, y así con el resto de los factores.*

*Al analizar estos aspectos nos damos cuenta de lo importante que es mejorarlos en nuestro núcleo familiar.*







## RECURSOS AUDIOVISUALES

### ■ The Cleaner - Entra al Trapo

**Resumen:** campaña de sensibilización del Ayuntamiento de Elche y la Casa de la Dona (2017) para concienciar sobre la desigualdad de género en las tareas del hogar. En el vídeo podemos apreciar bajo el tono de humor el papel del hombre en las tareas de limpieza del hogar. Se trata un formato tipo anuncio, con una toma visual de un producto "The Cleaner", un paño de limpieza del polvo. Una voz en off se dirige a los hombres intentando despertar conciencias y transmitiendo ideas del tipo "la mejor versión de ti todavía no ha visto la luz" o "las tareas del hogar son duras. Pero para duro tú.". Finaliza aportando datos estadísticos sobre la desigualdad en el reparto de las tareas domésticas.

**Duración:** 01:08 minutos.

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=NRpuZXRS>

### ■ Sentador de madres, navidad en igualdad

**Resumen:** campaña de sensibilización (2016) de la revista feminista colaborativa digital Locas del Coño Magazine para concienciar sobre la desigualdad en el reparto de las tareas del hogar. Se trata de un irónico vídeo impregnado de sátira que utiliza formato de anuncio de producto para las madres en la cena de navidad. Se representa a una madre en el día una cena de navidad trasladando el siguiente mensaje: "empieza la cena y, con ella, el baile de la desigualdad". Vemos a la mujer en el papel de 'madre' corriendo de un lado a otro para atender las necesidades de todos los comensales, hasta que la voz en off se pregunta: "¿Qué pasa? ¿Es que nadie más sabe apagar el horno? ¿Nadie sabe dónde está la cocina? ¿O será la mala costumbre?" Es entonces cuando presentan la solución definitiva para acabar con este problema: el 'sentador de madres'. Un cinturón que permite que sean los demás los que puedan hacer esas tareas y ella estar cómodamente sentada en la mesa. El mensaje busca luchar contra la desigualdad respecto a las tareas que desarrollan las mujeres, que en ocasiones son invisibles y poco valoradas

**Duración:** 01:29 minutos.

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=uwfFOyxUM8>

### ■ Yo me ocupo - Los ayudadores

**Resumen:** campaña de sensibilización por la paridad en las tareas doméstica (2020) realizada por La Iniciativa Spotlight, con una alianza de la Unión Europea y las Naciones Unidas (#YoMeOcupa), que pone el foco en los hombres para que asuman su responsabilidad en las tareas del hogar y de cuidado. Se trata de un video que busca promover la reflexión de los hombres sobre su papel en casa, visualizándose diferentes imágenes de hombres explicando que ellos ayudan, que echan una mano, pero que la realidad es que no son parte activa del trabajo del hogar, esperan a se lo pidan o apoyan puntualmente. El video se caracteriza por una voz en off, con tono sarcástico y de humor, que invita a los hombres a darle importancia a la labor compartida de planificación, organización y toma de decisiones en el hogar.

**Duración:** 01:15 minutos.

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=N4IW0GT0tXU>

### ■ Ayudar en casa no es suficiente, hay que repartir la carga mental

**Resumen:** vídeo del psicólogo Álvaro Soler del Proyecto Aprendemos Juntos del BBVA (2019) en colaboración con El País y Santillana. Se recoge una entrevista al psicólogo Alberto Soler que trata sobre el reparto necesario de las tareas del hogar. En la entrevista habla principalmente de la carga mental que todavía continúa recayendo en las madres, destaca el concepto de la 'copaternidad', donde los hombres "no ayudan en casa", sino que se responsabilizan de aquello "que es también su responsabilidad, de forma realmente igualitaria". Álvaro conversa con un diálogo directo y claro respecto a: "El concepto del hombre moderno que ayuda a su mujer en casa debería estar obsoleto. Porque cuando los hombres decimos que ayudamos a nuestras mujeres en casa, estamos dando por hecho de que eso es responsabilidad vuestra". Hace especial hincapié en que "repartir tareas no funciona, sino que lo que realmente funciona es homogeneizar el descanso".

**Duración:** 5:36 minutos.

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=IVHRst02Ksk>



**SESIÓN GRUPAL 3**  
**PERSONAS PENADAS**

# **ENTENDIENDO LAS RELACIONES DE PAREJA**





# 3

## Sesión grupal 3. Entendiendo las relaciones de pareja

### FICHA RESUMEN DE LA SESIÓN GRUPAL

#### \* Objetivo de la sesión

- Promover un mayor conocimiento de los diferentes aspectos que conforman las relaciones de pareja.

#### \* Contenidos de la sesión

- Relaciones de pareja.
- Componentes en una relación de pareja.
- Mitos en el amor: Micromachismos y relaciones virtuales.
- Ciclo de las parejas.

#### \* Duración

2 horas y media.

#### \* Introducción

En esta sesión conoceremos cómo funcionan las relaciones de pareja, reflexionando sobre las diferentes percepciones existentes en torno a la misma y los componentes que la conforman.

Analizaremos la idea del amor romántico y los mitos existentes en torno a esta idea conociendo los denominados *micromachismos* y las relaciones emocionales en espacios virtuales y/o a distancia, para reflexionar sobre algunos tipos de relaciones que se inician en el contexto penitenciario.



# 3

## Sesión Grupal 3. Entendiendo las relaciones de pareja

«Si alguna vez dudé de ser un ganador, hoy sé que a tu lado jamás fui un perdedor».  
(Antonio Vega)

### • Inicio y bienvenida

- ✳ **Nota aclaratoria:** es probable que muchas de las personas participantes en el programa no tengan pareja en la actualidad, sin embargo, encontramos un amplio porcentaje de personas cuya persona principal de apoyo es o ha sido su pareja. Es importante, además, apuntar que los conocimientos y pautas que se transmiten, tanto en esta sesión como en la siguiente, facilitan conocimientos y habilidades para establecer relaciones personales “seguras”, independientemente de si éstas tienen o no un carácter emocional.
- ✳ Se da la bienvenida al grupo y se comprueba la asistencia.
- ✳ Se presenta el tema a tratar en la sesión, señalando los horarios de inicio, descanso y finalización.
- ✳ Se recuerdan las reglas básicas de participación, siendo imprescindible mantener el respeto, discreción y apoyo cuando se traten temas de contenido sensible y privado, no interrumpiendo ni acaparando la atención del grupo.
- ✳ Se recoge el documento **5.1 Mi Hogar** y el **Cuestionario Apgar familiar** de la sesión anterior.

### • Desarrollo de la sesión

- ✓ Se inicia la sesión con la proyección de un vídeo (en la siguiente dinámica) para introducir el concepto pareja de una manera visual y distendida.



#### Dinámica 1. Reflexionamos sobre las relaciones de pareja

### 1. La pareja, conceptos básicos para entenderla

Se puede definir la **relación de pareja** como el vínculo sentimental que une a las personas. Son, en general, experiencias de vital importancia en nuestras vidas. Las características de las relaciones de pareja dependen de las diferentes épocas, sociedades y culturas. Existen tantos tipos de relaciones de pareja como parejas existen en el mundo.



Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

En nuestra sociedad en concreto, las relaciones de pareja son la base de la familia, la institución social básica de nuestra sociedad. En una amplia mayoría de los casos las relaciones de pareja se basan en la libre elección del compañero o compañera. Sin embargo, ésta es una realidad propia de culturas occidentales, no siendo generalizable a la totalidad de las culturas.

En contenidos complementarios se detallan, con mayor amplitud, las diferentes tipologías de pareja que se pueden encontrar en otras culturas. En caso de querer profundizar sobre este tema se puede realizar la siguiente dinámica.



## Dinámica 2. Vamos a Jugar. (Opcional)

### 2. Componentes en una relación de pareja

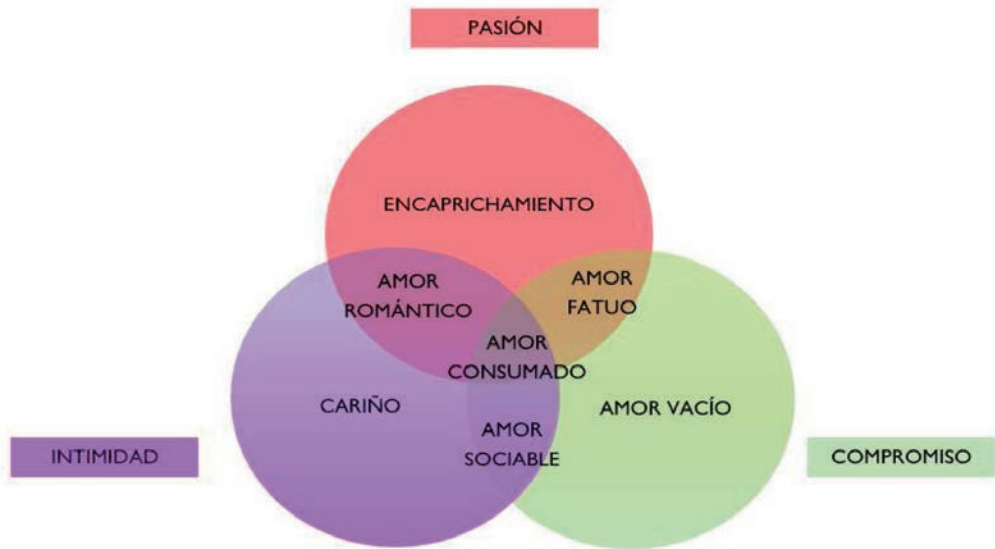
Las relaciones de pareja no se sustentan únicamente en un componente biológico, sino que existen otra serie de componentes determinados por el contexto social y cultural de la propia pareja.

Se solicita que comenten qué componentes diferencian una relación de pareja de otro tipo de relaciones (por ejemplo, una relación de pareja respecto a una relación de una abuela y su nieto).

Se han identificado tres componentes en el amor: Intimidad, pasión o romance y compromiso.

- **Intimidad:** se trata del apoyo afectivo, la comunicación, la seguridad en la pareja o la capacidad de compartir ámbitos sociales, económicos o emocionales. Este componente tiende a aumentar con el tiempo de duración de la relación.
- **Pasión o romance:** atracción física, activación fisiológica y excitación sentida hacia la pareja. La atracción por lo novedoso y el deseo de seducir tienden a disminuir tras el tiempo de convivencia.
- **Compromiso:** responsabilidad e interés que se siente hacia la otra parte de la pareja y decisión de permanecer junto a ella a pesar de potenciales relaciones. Este elemento se relaciona con la exclusividad y la estabilidad y tiende a aumentar con el paso del tiempo.

Se generan distintos **tipos amorosos** en función de la combinación de estos componentes: **cariño, encaprichamiento, amor romántico, etc.**, que se pueden visualizar en el siguiente gráfico. Estos conceptos se definen y se amplían en contenidos complementarios.



*Se plantea un espacio de reflexión en el que cada participante pueda exponer sus opiniones en relación a los componentes del amor, fomentando el debate y la elaboración conjunta de los contenidos y conceptos de esta sesión, basándonos en sus propias experiencias personales.*

### 3. Relaciones de pareja y mitos

En el ámbito de las relaciones emocionales, podemos percibir una tendencia a asumir roles diferenciados entre mujeres y hombres (socialización de género). La socialización femenina tiende a promover la idea del amor como uno de los ejes vertebradores de la propia existencia. Sin embargo, la socialización masculina tiende a colocar las relaciones de pareja en un segundo plano frente a otro tipo de situaciones (carrera profesional, relaciones de amistad, deportivas, etc.). En el apartado contenidos complementarios se amplía la información relativa a este tema para su consulta.

En este sentido, parece estar muy arraigada, en nuestra sociedad, la idea del “**amor romántico**” y más, concretamente, los “Mitos del amor romántico”: conjunto de ideas sobre el amor que son ampliamente compartidas por gran parte de la sociedad y que perpetúan un modelo de amor determinado basado en la exclusividad, fidelidad y emparejamiento. Existen varios mitos del amor romántico.

Mitos de amor romántico que resulta interesante conocer:

- **Mito de la media naranja:** en alguna parte hay alguien predestinado para cada persona.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

- **Mito de la pasión eterna o perdurabilidad:** la pasión intensa de los primeros días debería durar siempre.
- **Mito de la omnipotencia:** el amor todo lo puede. En base a este amor verdadero, los obstáculos no influyen en la pareja.
- **Mito del matrimonio o convivencia:** el amor debe conducir a una unión estable de la pareja y es la única razón para el matrimonio.
- **Mito de la exclusividad:** el amor romántico únicamente puede sentirse por una persona al mismo tiempo.
- **Mito del emparejamiento:** la relación de pareja es inherente a la naturaleza humana y está presente en todas las culturas.
- **Mito de los celos:** los comportamientos de control de la pareja son una muestra de amor hacia la misma.
- **Mito de la compatibilidad entre amor y maltrato:** los comportamientos violentos son compatibles con el amor e incluso pueden ser prueba de éste.

Vamos a conocer y reflexionar sobre alguno de ellos en la siguiente dinámica.



### Dinámica 3. Los mitos del amor romántico

*Una vez finalizada esta dinámica, se identifican los mitos del amor romántico en el siguiente ejercicio. Ello nos servirá para interiorizarlos y detectarlos fácilmente en la vida cotidiana.*



### Dinámica 4. Reflexionamos sobre los mitos del amor

Además de los mitos del amor, un concepto que es necesario conocer y reflexionar en grupo son los **micromachismos**: comportamientos interpersonales en los ámbitos psicológico, económico, sexual y social. Se trata de pequeños abusos, microviolencias o comportamientos socialmente aceptados y normalizados en la vida cotidiana, que ayudan a perpetuar los roles de género.

*Para profundizar en este tema se realiza la siguiente dinámica que ayuda a reconocer este tipo de comportamientos tan normalizados en nuestra sociedad.*



## Dinámica 5. Vídeo “Si no lo has visto, míratelo”

### 4. Relaciones a distancia y/o virtuales

Antes de finalizar la sesión se introduce una reflexión sobre las relaciones virtuales (relaciones 2.0.): se trata de un tipo de relaciones que no tienen lugar en un espacio físico sino en un espacio virtual. Este tipo de relación, en ocasiones, es el preámbulo de relaciones posteriores en un entorno físico. Sin embargo, son numerosos los casos en los que se circunscriben únicamente al entorno virtual. La sensación que se genera en este entorno es de mayor seguridad, tanto en las relaciones sexuales (cibersexo) como en un plano más emocional, con la protección que ofrece una pantalla en contraposición al riesgo emocional de mantener una relación en el plano físico o real.

De forma similar a las relaciones virtuales, en el entorno penitenciario se producen relaciones en las que no media un contacto físico diario, ni existe libertad para compartir determinadas acciones que se deseen (actividades, sentimientos, muestras de afecto, etc.) y de esta forma, se crean estilos de relaciones “ficticias” e incluso idealizadas y/o mitificadas.

*Se les solicita que expresen experiencias propias o ajenas sobre relaciones de pareja:*

- *Iniciadas y mantenidas sólo en prisión.*
- *Iniciadas en el exterior con ingreso posterior en prisión.*
- *Relaciones de pareja solo en el exterior.*

*Se identifica la complejidad principalmente de las relaciones iniciadas y mantenidas en prisión, siendo conscientes de lo superfluas y diferentes que suelen ser de la realidad de pareja en el exterior.*

- ✓ *Para finalizar la sesión se visualiza el vídeo con letra de la Canción “Contigo”, canción del grupo “La Otra”, que reivindica el respeto, la libertad y la igualdad en las relaciones de pareja. <https://www.youtube.com/watch?v=2hrtObEhXUg>*

*Mediante la visualización de este vídeo se pretende promover la aplicación de los conceptos desarrollados desde la reflexión personal de cada una de las personas asistentes.*

#### • **Despedida e ideas fuerza**

- ✳ *Se plantea una lluvia de ideas con las siguientes cuestiones: ¿qué es lo que se ha trabajado hoy?, ¿qué es lo que más os ha llamado la atención? Y ¿para qué puede servir este aprendizaje?*

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

- \* Se da fin a la sesión haciendo un resumen de las ideas más importantes:
  - La pareja es un *“vínculo sentimental que une a dos personas”*. Las características de las relaciones de pareja dependen de las diferentes épocas, sociedades y culturas.
  - Las relaciones de pareja se sustentan en un componente biológico –“amor”– y en varios componentes de carácter socio-cultural. Estos componentes son la intimidad, la pasión y el compromiso.
  - Existen diferentes creencias en torno a la concepción del amor, denominadas *“Mitos del amor romántico”*. Se trata de un conjunto de ideas compartidas que perpetúan un modelo de amor determinado y que son la confluencia entre las tradiciones culturales y las condiciones socio-políticas de la época.
- \* Se entrega el **documento inter-sesión “Mi relación de pareja”** para que cada participante lo trabaje durante la semana y lo aporte en la siguiente sesión.
- \* Se despide al grupo hasta la próxima sesión.

## FICHA DE DINÁMICA I



### Reflexionamos sobre las relaciones de pareja

**Objetivo:** analizar las diferentes percepciones y opiniones en torno a las relaciones de pareja.

**Guía para la dinámica:** se proyecta el video “*Chicken or the Egg*”. Se invita al grupo a reflexionar sobre los aspectos formulados en el **Documento 1.1 Las relaciones de pareja**.

Una vez completado el documento se abre un espacio de debate promoviendo la participación de todas las personas.

**Duración:** 15 minutos.

**Conclusiones:**

- Reflexionar sobre las relaciones de pareja y cómo nos posicionamos ante las mismas, permite ampliar las perspectivas sobre este tema.
- Es importante fomentar el respeto y el diálogo aceptando las opiniones ajenas.

**Recursos necesarios:**

- **Proyector de video y audio.**
- **Enlace internet:** <https://vimeo.com/67487897>
  - Título vídeo: “*Chicken or the Egg*”.
- **Documento 1.1.** Las relaciones de pareja.

CON QUIÉN CUENTO

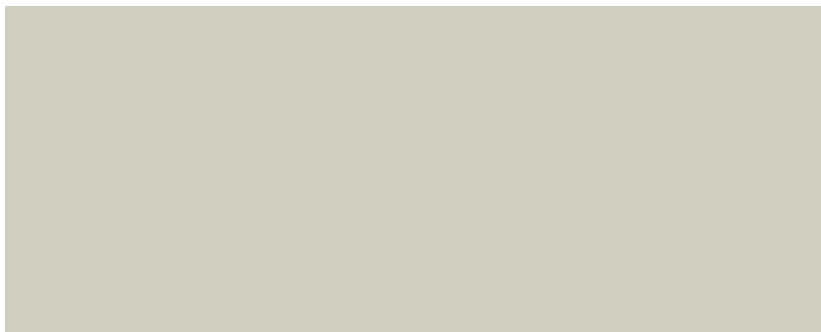
1.1

Contesta a las siguientes preguntas según tus propias creencias. Se trata de conocer tu opinión, así que recuerda que no hay respuestas “buenas” o “malas”.

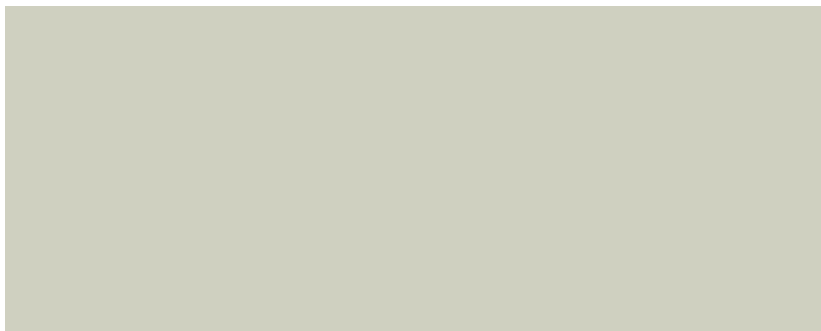
➤ ¿Qué es para ti una relación de pareja?



➤ En una relación de pareja, ¿qué sería para ti lo más importante? ¿Por qué?



➤ ¿Para ti, ¿cómo sería una relación de pareja “perfecta”?



## FICHA DE DINÁMICA 2



### “Vamos a jugar”. (Dinámica Opcional)

**Objetivo:** promover el conocimiento de las relaciones de pareja en diferentes culturas.

**Guía para la dinámica:** se realizan dos o tres equipos con todas las personas participantes (en función del número de asistentes). Se formulan las preguntas del **Documento 2.1. Preguntas Vamos a jugar**. Cada equipo dispondrá de una bocina o campanilla. Deben hacerlo sonar una vez hayan consensuado la respuesta. Cuando el primer equipo haga sonar su bocina o campanilla, su portavoz dice en voz alta la respuesta acordada. Si ésta es correcta, el equipo gana 1 punto. Si la respuesta es incorrecta, hay rebote. El primero del resto de equipos que haga sonar la bocina o campanilla y formule la respuesta correcta ganará 1 punto.

Gana el equipo que más puntos consiga.

**Duración:** 15 minutos.

**Conclusiones:**

- Las relaciones de pareja pueden ser diferentes en otras culturas. Es importante conocerlas para entender las distintas realidades existentes.

**Recursos necesarios:**

- **Documento 2.1.** Preguntas “Vamos a jugar”.
- **Bocinas o campanillas.**
- **Cartulina y rotuladores para el marcador.**



PREGUNTAS VAMOS A JUGAR

2.1

1. En la sociedad de los *Igbo*, en Nigeria, las relaciones de pareja:
  - a. **Son libremente escogidas.**
  - b. Son concertadas por familiares.
  - c. Son escogidas por alguna autoridad.
  
2. En la India:
  - a. Es obligatorio aportar una dote o pago a la familia de la novia.
  - b. Es obligatorio aportar una dote o pago a la familia del novio.
  - c. **El sistema de dotes está prohibido por Ley.**
  
3. En la religión musulmana las relaciones sexuales por lo general:
  - a. Tienen como finalidad la fertilidad.
  - b. Tienen como finalidad el bienestar de la pareja.
  - c. **Ambas respuestas son correctas.**
  
4. En Estados Unidos:
  - a. El matrimonio homosexual es legal únicamente en algunos Estados.
  - b. El matrimonio homosexual es legal en la mayoría de los Estados.
  - c. **El matrimonio homosexual es legal en la totalidad de los Estados.**
  
5. En España:
  - a. El matrimonio homosexual es legal.
  - b. La poligamia (matrimonio con varias personas) está prohibida.
  - c. **Ambas respuestas son correctas.**

## FICHA DE DINÁMICA 3



### Los mitos del amor romántico

**Objetivo:** observar de manera audiovisual los principales mitos del amor romántico ya explicados.

**Guía para la dinámica:** se visiona el **video Los mitos del amor romántico**, elaborado por Prisma Comunitario. Se debate posteriormente sobre las diferentes percepciones que tienen sobre los mitos explicados.

**Duración:** 15 minutos.

**Conclusiones:**

- Existen diferentes mitos del amor en nuestra sociedad.
- En muchas ocasiones estos mitos del amor se encuentran en nuestras propias relaciones y es necesario identificarlos y generar alternativas a los mismos.

**Recursos necesarios:**

• **Proyector de video y audio.**

• **Enlace internet:**

<https://www.youtube.com/watch?v=tW-fGEt6BWk>

○ Título vídeo: “Los mitos del amor romántico”.

## FICHA DE DINÁMICA 4



### Reflexionamos sobre los mitos del amor romántico

**Objetivo:** promover la reflexión sobre los denominados “mitos del amor romántico” y las relaciones de parejas de cada participante, facilitando un espacio de intercambio donde generar alternativas diferentes a estos mitos.

**Guía para la dinámica:** se reparte individualmente el documento 4.1 **Escala de mitos sobre el amor**, para posteriormente compartir en grupo. El objetivo es reflexionar acerca de los mitos sobre el amor.

A continuación, el documento **4.2 Reformulando los mitos del amor** servirá de guía a cada profesional para elaborar en conjunto las cuestiones planteadas, mediante lluvia de ideas.

**Duración:** 20 minutos.

**Conclusiones:**

- Profundizamos en los diferentes mitos del amor en nuestra sociedad.
- En muchas ocasiones estos mitos del amor se encuentran en nuestras propias relaciones y es necesario identificarlos y generar alternativas a los mismos.

**Recursos necesarios:**

- **Documento 4.1. Escala de mitos sobre el amor.**
- **Documento 4.2. Reformulando los mitos del amor.**

## 4.1

Nos gustaría conocer tu opinión acerca del amor. Contesta a las siguientes afirmaciones, marcando con una cruz la casilla que tú creas adecuada. Ten en cuenta que 1 = completamente en desacuerdo, 2 = en desacuerdo, 3 = indiferente, 4 = de acuerdo y 5 = completamente de acuerdo.

<b>Creencias sobre el amor</b>					
1. En alguna parte hay alguien "predestinado/a para cada persona".	1	2	3	4	5
2. La pasión intensa del inicio de una relación debería durar siempre.	1	2	3	4	5
3. El amor es ciego.	1	2	3	4	5
4. El matrimonio es la tumba del amor.	1	2	3	4	5
5. Se puede ser feliz sin tener una relación de pareja.	1	2	3	4	5
6. Los celos son una prueba de amor.	1	2	3	4	5
7. Separarse o divorciarse es un fracaso personal.	1	2	3	4	5
8. Se puede amar a alguien a quien se maltrata.	1	2	3	4	5
9. Se puede maltratar a alguien a quien se ama.	1	2	3	4	5
10. El amor verdadero lo puede todo.	1	2	3	4	5

## ESCALA DE MITOS SOBRE EL AMOR

## Sesión Grupal 3. Entendiendo las relaciones de pareja

4.2

Guión para la construcción de ideas alternativas a los mitos de amor romántico.

<b>En el amor lo ideal es conocer a tu media naranja.</b>	
Conclusiones:	Idea alternativa:
<b>El amor es para siempre.</b>	
Conclusiones:	Idea alternativa:
<b>Se debe aguantar todo por amor.</b>	
Conclusiones:	Idea alternativa:
<b>La finalidad del amor es casarse y tener hijas/os.</b>	
Conclusiones:	Idea alternativa:
<b>Si estás enamorado o enamorada, no puedes sentir atracción por otra persona.</b>	
Conclusiones:	Idea alternativa:
<b>Si tengo pareja, no puedo tener relaciones íntimas con otras personas.</b>	
Conclusiones:	Idea alternativa:
<b>La relación debe finalizar si ya no siento pasión por mi pareja.</b>	
Conclusiones:	Idea alternativa:
<b>Si mi pareja no siente celos es que ya no me quiere.</b>	
Conclusiones:	Idea alternativa:
<b>“Los que más se pelean, son los que más se desean”.</b>	
Conclusiones:	Idea alternativa:

## FICHA DE DINÁMICA 5



### Si no lo has visto, míratelo

**Objetivo:** profundizar en la reflexión de los micromachismos como realidad normalizada en nuestra sociedad.

**Guía para la dinámica:** para profundizar en esta temática se visualiza el **vídeo Si no lo has visto míratelo** (Noveno B Producciones. Paz con Dignidad), que ayuda a reconocer e identificar este tipo de comportamiento. Se reflexiona en grupo sobre este concepto.

**Duración:** 25 minutos.

**Conclusiones:**

- Damos a conocer los micromachismos existentes en nuestra sociedad.
- Es importante identificar, reconocer y en la medida de lo posible evitar los micromachismos en nuestras relaciones.

**Recursos necesarios:**

- **Proyector de video y audio.**
- **Enlace internet:** <https://youtu.be/pDx0GgmDHIQ>
  - Título vídeo: “Si no lo has visto míratelo”.

DOCUMENTO INTER-SESIÓN “MI RELACIÓN DE PAREJA”

Reflexiona sobre las siguientes ideas y anota tus conclusiones. Si no tienes pareja actualmente, piensa en tu última relación.

- 1. Describe tu relación de pareja o la relación de pareja que para ti haya sido más importante. Edad de inicio, tiempo de relación, situación convivencia, existencia de hijas o hijos.**
- 2. Cuando tu pareja tiene un problema y necesita tu ayuda, ¿Cómo reaccionas? Si es al revés, y quien necesita ayuda eres tú, ¿Cómo esperas que reaccione tu pareja? ¿Cómo reacciona? Pon algún ejemplo.**
- 3. ¿Cómo habláis entre vosotros/as o en pareja? ¿Habláis de manera frecuente? ¿De qué temas soléis hablar?**
- 4. ¿Cómo os demostráis afecto? ¿Se ha visto afectada vuestra intimidad con el ingreso en prisión? ¿En qué sentido?**
- 5. ¿Compartíais gastos e ingresos en vuestra relación antes de entrar en prisión? ¿Cómo os organizabais en libertad? ¿Cómo os organizáis económicamente durante la estancia en prisión?**
- 6. Antes de entrar en prisión, ¿cómo organizabais vuestro tiempo libre? ¿Hacíais actividades de ocio en pareja? ¿Qué actividades de ocio te gustaría hacer con tu pareja, pero no podéis hacer al estar en prisión?**
- 7. ¿Cómo es tu relación con la familia y amigas o amigos de tu pareja? ¿Y la de tu pareja con tu familia y amistades? Pon un ejemplo.**

*Si necesitas más espacio, escribe detrás de esta página*

## CONTENIDOS COMPLEMENTARIOS

### **Relaciones de pareja en otras culturas.**

Las características de las relaciones de pareja dependen de las diferentes épocas, sociedades y culturas. En una amplia mayoría de los casos las relaciones de pareja se basan en la libre elección del compañero o compañera. Sin embargo, ésta es una realidad propia de culturas occidentales, no siendo generalizable a la totalidad de las culturas.

En **Nigeria**, en la sociedad de los Igbo, una de las mayoritarias del país, las relaciones de pareja son libremente escogidas. Uno de los aspectos que guía las relaciones maritales es la fertilidad, es decir, estas relaciones se conforman con un objetivo básico: tener descendencia. De esta manera, las separaciones por infertilidad son ampliamente aceptadas a nivel social (Rodríguez, 2013).

En la **India** los matrimonios son concertados previamente, siendo normalmente los padres de la novia quienes seleccionan a la pareja de acuerdo al estatus familiar principalmente. El matrimonio para las mujeres es un hecho imprescindible, y las familias de éstas deben aportar una dote o pago a la familia del marido para poder contraer matrimonio. Aunque esta práctica está prohibida por ley desde 1961, este sistema de dotes está extendido a nivel social y continúa vigente a través de un *sistema de regalos*.

En la **religión musulmana** hay diversidad de costumbres relacionadas con el matrimonio. Por lo general, se acepta que el matrimonio no debe ser nunca forzado, es decir, debe existir consentimiento en ambos miembros de la pareja. Sin embargo, en numerosos países la tendencia es que los primeros contactos se establezcan previamente por los padres. De acuerdo al Corán ambas partes de la pareja deberían estar conformes, si bien es la decisión del varón la que es definitiva. En este contexto, las relaciones sexuales se limitan –o deberían limitarse– al matrimonio y tienen como finalidad la fertilidad, pero también el bienestar de la pareja. Las relaciones homosexuales son consideradas delito. En algunos países la poliginia (un hombre casado con varias mujeres) es aceptada bajo determinadas condiciones (Arabia Saudita o Emiratos Árabes Unidos, por ejemplo). En contraste la poliandria –matrimonio de varios hombres con una sola mujer– no está permitida. Como curiosidad, se conocen muy pocas sociedades que practiquen la poliandria: algunos enclaves en la India, Nigeria o Sri Lanka.

Frente a estos ejemplos, en **Estados Unidos** la libertad de elección de la pareja es absoluta. Las relaciones sexuales prematrimoniales gozan de una amplia aceptación, así como el divorcio o formas de cohabitación en pareja alternativas al matrimonio. Destaca además el reconocimiento social de las parejas homosexuales. De hecho, el matrimonio homosexual está reconocido legalmente en todo Estados Unidos desde el año 2015.



Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

Respecto a la poligamia, ésta no está reconocida legalmente, sin embargo, sí se practica en algunas regiones con alta presencia de mormones.

En **España** las relaciones de pareja tienden a formarse bajo la idea de “amor romántico”, y la práctica totalidad de las parejas se basan en la libertad de elección de la persona. El matrimonio homosexual está legalizado, por lo que las parejas pueden estar compuestas por personas del mismo o diferente sexo. Ni en España ni en ningún país de la Unión Europea se permite la poligamia. Si analizamos la realidad de las relaciones de pareja en nuestro país desde un punto de vista legal, éstas pueden no estar inscritas legalmente o pueden estar formalizadas de manera oficial por los diferentes registros de Uniones de Hecho o mediante la formalización del matrimonio.

### **Componentes en una relación de pareja (Ampliación)**

Si bien se tiende a identificar las relaciones de pareja con el amor, se trata de dos conceptos diferentes. Por un lado, El amor es un *proceso netamente biológico relacionado con la reproducción y la crianza. Se encuentra determinado por nuestras funciones sistémicas y mediado por estructuras cerebrales* (Fisher, 2002). Desde un punto de vista puramente biológico, el amor es la necesidad fisiológica de una pareja exclusiva para la cópula, la reproducción y la crianza y cuya satisfacción genera placer (Maureira, 2011).

Este proceso se observa en otras especies animales, y no es exclusivamente en los humanos. Sin embargo, las relaciones de pareja no se sustentan únicamente en este componente biológico, sino que existen otra serie de componentes determinados por el contexto social y cultural de la propia pareja. Son numerosos los autores que han estudiado los diferentes componentes del amor en un contexto más amplio al biológico y las interacciones que se producen entre éstos. Lee (1977) habla de tres componentes primarios:

*Eros o amor pasional* - pasión irresistible, sentimientos intensos, fuerte atracción física y actividad sexual.

*Storge o amor amistoso* - compromiso duradero que se desarrolla lenta y prudentemente marcado por el cariño, la amistad y la intimidad.

*Ludus o amor lúdico* - poca implicación emocional y pocas expectativas de futuro.

La mezcla de estos componentes primarios genera diferentes estilos de amor: *Ágape o amor altruista* –renuncia absoluta y entrega desinteresada–, *pragma o amor pragmático* –basado en la búsqueda racional de la pareja ideal. La edad, el status social, la capacidad maternal o paternal son algunos de los elementos que caracterizan este estilo de amor– o *manía o amor obsesivo* –fuerte dependencia de la pareja, celos intensos, posesividad, desconfianza y ambivalencia–.

Sternberg (1989) a partir de la **Teoría triangular del amor** identifica diferentes componentes en el amor: intimidad, pasión y compromiso:

**Intimidad:** Se trata del apoyo afectivo, la comunicación, la seguridad en la pareja o la capacidad de compartir ámbitos sociales, económicos o emocionales. Este componente tiende a aumentar con el tiempo de duración de la relación.

**Pasión o romance:** Atracción física, activación fisiológica y excitación sentida hacia la pareja. La atracción por lo novedoso y el deseo de seducir tienden a disminuir tras el tiempo de convivencia.

**Compromiso:** Responsabilidad e interés que se siente hacía la otra parte de la pareja y decisión de permanecer junto a ella a pesar de potenciales relaciones. Este elemento se relaciona con la exclusividad y la estabilidad y tiende a aumentar con el paso del tiempo.

En función de la combinación de estos componentes se generan diferentes tipos amorosos: “cariño”, con alto grado de intimidad, pero sin pasión ni compromiso, **“encaprichamiento”**, con alto grado de pasión sin intimidad ni compromiso, **“amor vacío”**, con predominio del compromiso, pero sin intimidad ni pasión, **“amor romántico”**, con alto grado de intimidad y pasión, **“amor sociable”** con intimidad y compromiso, sin pasión, **“amor fatuo”**, con pasión y compromiso, sin intimidad y el **“amor consumado”**, formado por los tres componentes: pasión, intimidad y compromiso.



### **Mitos del amor romántico (Ampliación).**

De acuerdo a la teoría de la socialización diferencial (Walker y Barton, 1983) la diferente socialización de género en el ámbito de las relaciones emocionales promueve la asunción de roles diferenciados entre mujeres y hombres en las relaciones afectivas. Las personas *“adquieren identidades diferenciadas de género que conllevan estilos cognitivos, actitudinales y conductuales, códigos axiológicos y morales y normas estereotípicas de conducta asignadas a cada género”*. Si bien parece que esta socialización diferenciada pudiera

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

estar superada, lo cierto es que se trata de un modelo muy arraigado que continua vigente en nuestra sociedad y perpetua el amor romántico patriarcal.

Determinar el calado que este tipo de actitudes tiene en nuestras propias relaciones emocionales adquiere gran interés, ya que estas creencias pueden funcionar como indicadores de sistemas de dominación y dependencia, favoreciendo en ocasiones la violencia en la pareja como explicaremos en sesiones posteriores. A mediados de la edad media surge la idea del amor romántico y cortés, desvinculado del sexo. Según Smith (2001) el **amor romántico** es *cualquier atracción intensa que envuelve la idealización del otro sin un contexto erótico con la expectativa de que la relación perdure por algún tiempo en el futuro*. La concepción romántica del amor de pareja se basa en el *amor imposible, en el que las mujeres eran capaces de dejarse morir por amor* (Coria), y esto implica en sí mismo, desigualdad al interiorizarse socialmente este mensaje.

Existen diferentes creencias en torno a la concepción del amor, denominadas en diferentes estudios "*Mitos del amor romántico*". Se trata de un conjunto de ideas acerca del amor que son ampliamente compartidas por gran parte de la sociedad y que perpetúan un modelo de amor determinado basado en la exclusividad, fidelidad y emparejamiento, con connotaciones monógamas, heterocentristas y fuertemente influenciadas por cuestiones religiosas (Bosch et. Al. 2007) (Yela, C., 2003). Si bien hacen referencia a una creencia, los mitos se formulan como una verdad absoluta. *Los mitos amorosos vigentes en una determinada época son el resultado de la confluencia entre el legado normativo de las tradiciones culturales y las condiciones socio-político-económicas del momento* (Merino Verdugo, 2018), (Yela, C., 2002).

### **Familia política**

Cada relación de pareja es una realidad diferente. Se trata de un vínculo emocional que se establece entre dos personas, cada una de ellas con su personalidad y creencias. Aunque es una relación entre dos personas y estas dos personas son protagonistas de la relación, es cierto que estas dos personas suelen "venir acompañadas". En ocasiones las familias políticas o propias pueden suponer un problema o foco de conflictos en la relación, y –a veces– ponen a prueba la cohesión de la pareja. Las relaciones con la familia política implican una mayor dificultad ya que cada persona tenemos diferentes formas de entender la familia y nuestras relaciones con ésta. Las discusiones motivadas por la familia política no tienen una solución mágica. Por lo general, hay una serie de pautas que pueden ayudar a mejorar estas relaciones: establecer límites de manera precisa junto a la pareja, establecer un tiempo y un espacio equilibrado entre ambas partes de la familia o intentar comprender los motivos que subyacen en el problema, aceptando las diferencias con la otra parte.

Éstas pueden ser estrategias que nos ayuden a mejorar las relaciones familiares. De acuerdo a Cañamares (2018) "*debemos encontrar nuestro sitio en la nueva relación que se*

### Sesión Grupal 3. Entendiendo las relaciones de pareja

*establece. Esto requiere tiempo y práctica. Para ello hay que actuar de una manera asertiva, defendiendo nuestro punto de vista, nuestras costumbres y nuestros valores, pero sin imponerlos a los demás y respetando sus propios valores, costumbres y puntos de vista”.*



## RECURSOS AUDIOVISUALES

### ■ Video “Chicken or the Egg”

**Resumen:** cortometraje cómico de animación en el que un cerdo come únicamente y de manera continua, huevos. Sin embargo, un día se enamora de una gallina. En ese momento debe elegir entre el pollo o el huevo.

**Duración:** 3:21 minutos.

**Enlace:** <https://vimeo.com/67487897>

### ■ Video de Los mitos de amor romántico

**Resumen:** vídeo musical en el que se suceden diferentes imágenes reflexionando sobre los diferentes mitos de amor romántico en nuestra sociedad agrupándolos en cuatro grupos: el amor todo lo puede, el amor verdadero predestinado, el amor es lo más importante y requiere entrega total y el amor es posesión y exclusividad.

**Duración:** 2:50 minutos.

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=tW-fGEt6BWk>

### ■ Video Si no lo has visto, míratelo

**Resumen:** cortometraje que cuenta la historia de un grupo de amistades (parejas) que se juntan en una casa para pasar un día juntos. A lo largo de la historia aparecen 18 micromachismos que se analizan para reflexionar sobre la interiorización de los mismos.

**Duración:** 4:50 minutos.

**Enlace:** <https://youtu.be/pDx0GgmDHIQ>

### ■ Video canción la Otra

**Resumen:** vídeo musical en el que los artistas “La Otra” y “El Kanka” interpretan la canción “Contigo”.

**Duración:** 2:59 minutos.

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=2hrtObEhXUg>

### ■ La gran historia de la pareja” (La noche temática)

**Resumen:** documental que recoge las relaciones de la pareja a lo largo de los diferentes momentos históricos, analizando su evolución y concepción en las distintas culturas y sociedades

**Duración:** 45:42 minutos.

**Enlace:** <https://youtu.be/L7M4Z-Y9SA4>

## RECURSOS COMPLEMENTARIOS

### **Películas relacionadas con la temática:**

- “Carmen y Lola”. Arantxa Echevarría.
- “Dates”. Bryan Elsley.
- “Easy”. Joe Swanberg.
- “Elisa y Marcela”. Isabel Coixet.
- “En otro país”. Hong Sang Soo.
- “Love”. Judd Apatow.
- “10.000 km.”. Carlos Marques-Marcet.

### **Libros para profundizar en los mitos del amor romántico:**

- A tres metros sobre el cielo. Federico Moccia.
- Tengo ganas de ti. Federico Moccia.
- Saga Crepúsculo (Crepúsculo, Luna nueva, Eclipse y Amanecer). Stephenie Meyer.

### **Aplicación**

- App “Detectamor” desarrollada por el Instituto Andaluz de la Mujer. Laboramorio. Instituto Navarro para la familia e igualdad (referencia disponible en bibliografía).

**SESIÓN GRUPAL 4  
PERSONAS PENADAS**

**MEJORANDO  
LAS RELACIONES  
DE PAREJA**







# 4

## Sesión Grupal 4. Mejorando las relaciones de pareja

### FICHA RESUMEN DE LA SESIÓN GRUPAL

#### \* Objetivo de la sesión

- Profundizar en el conocimiento de los distintos aspectos que conforman las relaciones de pareja y cómo modificar éstos para una mejor convivencia.

#### \* Contenidos de la sesión

- Variables en una relación de pareja.
- Parejas en evolución.
- Vínculos emocionales y resolución de conflictos en la pareja.

#### \* Duración

2 horas y media.

#### \* Introducción

En esta sesión ahondaremos en los comportamientos que se producen en las relaciones de pareja analizando las dinámicas que conforman la misma.

Se facilitarán herramientas para la resolución positiva de los conflictos y de ayuda para las crisis que se presentan en las relaciones de pareja.



# 4

## Sesión Grupal 4. Mejorando las relaciones de pareja

«No me quieras tanto, quíéreme mejor». (Rozalén)

### • **Inicio y bienvenida**

- ✱ Se da la bienvenida al grupo y se comprueba la asistencia.
- ✱ Se presenta el tema a tratar en la sesión, señalando los horarios de inicio, descanso y finalización.
- ✱ Se recuerdan las reglas básicas de participación, siendo imprescindible mantener el respeto, discreción y apoyo cuando se traten temas de contenido sensible y privado, no interrumpiendo ni acaparando la atención del grupo.

### • **Desarrollo de la sesión**

Para introducir la temática de esta sesión se realiza la siguiente dinámica de reflexión grupal.



#### **Dinámica 1. El romanticismo, un merengue envenenado**

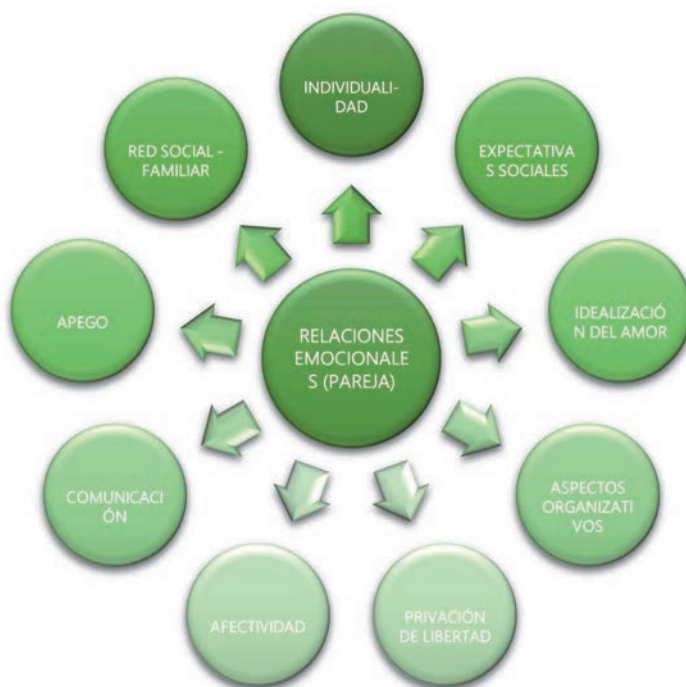
### **I. Variables que componen una relación de pareja**

Existen una serie de factores o variables que influyen en el modo en que las relaciones de pareja se constituyen, se mantienen o finalizan.

Se realiza una "lluvia de ideas" a partir de la pregunta: *¿qué aspectos influyen en una relación de pareja?* Después de este acercamiento a la temática, se pueden clarificar los siguientes conceptos.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

Concurren variables y factores que influyen y determinan en gran medida la manera en que construimos nuestras relaciones, tal y como se refleja en el gráfico siguiente.



*En contenidos complementarios (variables que componen una relación de pareja) se encuentran definidos todos estos conceptos, que se pueden utilizar para profundizar en el tema. En este caso, se van a enfatizar las relaciones de pareja en el contexto penitenciario.*

Existe una importante variable: **la privación de libertad**. La entrada en prisión supone una ruptura con el entorno relacional e implica un gran impacto tanto en la pareja (si existe) como en la persona que se ve privada de libertad. Por norma general, se experimenta un sentimiento de ansiedad ante esta separación forzada, siendo un momento de "crisis", cambio, readaptación o incluso ruptura de la relación donde pueden existir importantes momentos de celos, inseguridades, etc.

Añadido a esto, otro aspecto a tener en cuenta es la formación de nuevas parejas en el entorno penitenciario, realidad conocida por el equipo de tratamiento.

*A continuación, se puede realizar la siguiente dinámica por si se considera necesario ampliar o reforzar los contenidos explicados.*



## Dinámica 2. Variables de una relación de pareja (opcional)

### 2. Vínculos en las relaciones de pareja

En las relaciones de pareja (y esto es extensible al resto de relaciones que establecemos en la vida cotidiana) encontramos personas que se interrelacionan entre sí. Pueden surgir conflictos, altibajos o diferentes fluctuaciones. Es importante saber que **las relaciones perfectas no existen**. Sin embargo, es cierto que cuanto más favorable y positiva sea nuestra relación, mayor bienestar nos va a proporcionar.

Existen vínculos emocionales más favorables que otros, que muestran una serie de características concretas basadas principalmente en el esfuerzo y compromiso de ambos miembros para construir, desarrollar y reforzar una relación emocional que sea satisfactoria para ambas partes. Estas características se basan principalmente en las siguientes variables:

- Tiempo de calidad compartido.
- Un sistema de comunicación abierto basado en el respeto.
- La confianza y el compromiso.
- Un alto grado de cercanía e intimidad.
- La aceptación de la otra persona.
- Una adecuada resolución de los conflictos.

En el ámbito penitenciario existe una realidad innegable: las relaciones emocionales que las personas privadas de libertad mantienen con otras personas privadas de libertad o con personas en el exterior tienen un carácter diferente. Es importante tomar conciencia de las carencias emocionales y/o afectivo-sexuales que se pueden generar en este contexto para que éstas no provoquen relaciones que en otro tipo de situaciones no tendríamos.

En primer lugar, tal y como comentamos en la sesión anterior, no existe libertad de elección en multitud de decisiones cotidianas que realizan las parejas en el exterior (utilización del tiempo libre, decisión de convivencia en vivienda independiente o momento y lugar en el que mantener relaciones sexuales, por ejemplo), además existe, por lo general, una importante separación física –tanto si se mantiene relación con personas dentro

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria  
del centro penitenciario o personas en el exterior– que determina en multitud de ocasiones la intensidad o la dependencia en las relaciones emocionales que se establecen.



### Dinámica 3. ¿Cómo soy en mi relación?

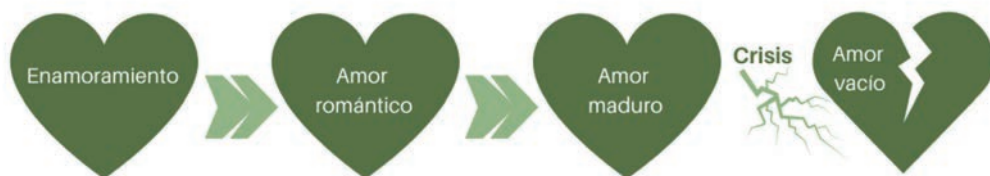
## 3. Parejas en evolución

*Se pregunta en qué fase o momento creen que se encuentra su relación de pareja. Se promueve un debate para que puedan extrapolar su situación a las posibles fases que una relación de pareja puede tener.*

Las relaciones de pareja se modifican a lo largo del tiempo, experimentan cambios y atraviesan diferentes etapas a lo largo de la relación. No todas las parejas pasan por las mismas fases, ni la duración es igual en todas ellas. Como ya hemos dicho, cada pareja es diferente y actúa de una manera personalizada, sin embargo, conocer estas etapas nos puede ayudar a comprender mejor nuestras propias relaciones emocionales.

A grandes rasgos, podemos diferenciar tres etapas en las relaciones de pareja:

- 1.- Fase de enamoramiento o de lujuria.** Se siente una atracción muy intensa hacia la otra persona y es la fase en la que estamos con más ilusión y deseo.
- 2.- Fase de amor romántico.** Durante esta fase se construye la confianza hacia la otra persona y se fortalecen los lazos afectivos. Normalmente tienden a aparecer crisis que se resuelven en función de la capacidad de negociación y comunicación de los miembros de la pareja.
- 3.- Fase de amor maduro.** Durante esta etapa suele disminuir la intensidad de la atracción (pasión) aumentando el cariño, la intimidad o la complicidad. El vínculo emocional no es tan pasional y la relación se basa en la comunicación, la negociación y el dialogo.



En ocasiones, la relación se puede volver vacía y rutinaria y se produce el “enfriamiento definitivo” o amor vacío, caracterizado por una ausencia de motivación en la relación.

#### 4. Crisis en las relaciones de pareja

*Se inicia este punto preguntando al grupo: ¿por qué creéis que surgen los conflictos en una relación de pareja? Posteriormente se reflexiona sobre la convivencia en general y los conflictos que ésta conlleva (compañeros o compañeras de piso, hermanas o hermanos, etc.).*

Como indicábamos anteriormente las relaciones de pareja van evolucionando y atraviesan diferentes etapas. En estas etapas, pueden surgir diferentes crisis. Normalmente, estas crisis se pueden percibir de manera negativa, y en ocasiones, pueden provocar una ruptura de la relación. Esta percepción viene en gran medida motivada por la idea del amor romántico, sin embargo, las crisis pueden ser un factor positivo ya que en la medida que ambas personas interactúan y las resuelven de forma saludable, la relación podrá crecer y hacerse más satisfactoria.

Una relación de pareja saludable o sana genera bienestar y satisfacción. A veces, encontramos que, en determinadas etapas, la pareja empieza a generar limitaciones y malestar o sufrimiento. Cuando la relación de pareja deje de ser un espacio satisfactorio y sintamos que nos limita en nuestra vida, es importante plantearnos la ruptura como una alternativa saludable para nuestro bienestar y crecimiento personal. Para ello, es importante contar con estrategias para poder resolver la ruptura de forma sana, aprendiendo a sobrellevar esta situación de forma saludable. En contenidos complementarios se recogen algunas pautas para afrontar estas rupturas de manera positiva.

Un aspecto preocupante en los conflictos emocionales es que en ocasiones se utiliza la violencia. En este sentido, antes de seguir con la temática de intervención, hay que reforzar que **“nunca el amor va a ser una forma de violencia, ni la violencia una forma de amar”**. Por ello, en esta sesión vamos a tratar de aprender a utilizar herramientas alternativas a la violencia que nos permitan superar las crisis o conflictos que podamos tener en nuestras relaciones.

Es fundamental aprender a resolver las crisis que puedan surgir en nuestras relaciones de pareja de manera saludable. Hemos recopilado algunas sugerencias que pueden ayudarnos a la resolución positiva de estas discusiones en nuestras relaciones:

- **Abordar los conflictos en un momento de relajación**, evitar –en la medida de lo posible– los momentos de tensión y estrés y mantener una actitud de calma.
- **Mantener una actitud de escucha y diálogo**, prestar atención a lo que la otra parte nos quiere decir tanto con la mente como con el cuerpo, teniendo especial cuidado con la comunicación no verbal.



Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

- **Centrarse en los aspectos positivos** y en los beneficios de la relación. Se trata de buscar los puntos que nos unen en vez de los aspectos que nos separan y sopesar si nos producen bienestar y no nos limitan
- **Identificar y expresar las emociones y sentimientos** propios con **asertividad y empatía**.
- **Focalizar en conductas concretas y en el momento presente**, evitar volver a las conductas pasadas. Es importante centrarse en la conducta o situación sin extender el conflicto a la persona.
- **Plantear la discusión desde la generación de alternativas** a los conflictos desde una posición de “ganar - ganar”, evitar la perspectiva “ganar - perder” y abordarlas con una actitud conciliadora siempre.
- **Evitar ignorar el conflicto**, ya que, al negarlos, éstos se van acumulando y pueden manifestarse en momentos o lugares quizá poco apropiados y de manera explosiva o inadecuada.
- **Desarrollar una actitud creativa** en los conflictos, buscar alternativas satisfactorias para ambas partes teniendo la mente abierta a posibles soluciones que la otra parte puede aportar.
- Una vez que el conflicto se ha solucionado es importante **celebrar el acuerdo alcanzado**, ya que hemos conseguido encontrar una solución beneficiosa para ambas partes. En este sentido, sería adecuado realizar una celebración simbólica conjunta para reforzar ese vínculo de confianza y equilibrio que hemos sido capaces de generar.

*En próximas sesiones se profundizará en la resolución de conflictos ampliando las estrategias y herramientas para mejorar las relaciones personales. En contenidos complementarios se han recopilado un conjunto de sugerencias que pueden ayudar a resolver positivamente estas discusiones o momentos de tensión.*



#### Dinámica 4. Resolvemos conflictos

- ✓ Para finalizar la sesión, se visualiza un vídeo canción “Estima ’m lliure (Quiéreme libre) – El rap de Sura” que reivindica la necesidad de mantener relaciones de pare-

*ja igualitarias basadas en el buen trato y en el respeto.* [https://www.youtube.com/watch?v=W03Wal8\\_7y0](https://www.youtube.com/watch?v=W03Wal8_7y0)

Se pretende facilitar la aplicación de los conceptos relacionados con la violencia de género desde la reflexión personal de cada una de las personas asistentes.

## • **Despedida e ideas fuerza**

- \* Se plantea una lluvia de ideas con las siguientes cuestiones: *¿qué es lo que se ha trabajado hoy?, ¿qué es lo que más os ha llamado la atención? Y ¿para qué puede servir este aprendizaje?*
- \* Se da fin a la sesión haciendo un resumen de las ideas más importantes:
  - Existen una serie de variables o factores que determinan la forma en que **construimos nuestras relaciones.**
  - Las relaciones perfectas no existen, es importante **adquirir herramientas para una correcta resolución** de los posibles **conflictos** que surjan en nuestras relaciones de parejas.
  - **Nunca el amor** va a ser **violento**, ni produce sufrimiento o malestar en la relación, ni la violencia es una forma de amar.
- \* Se despide al grupo hasta la próxima sesión.

## FICHA DE DINÁMICA I



### El romanticismo, un merengue envenenado

**Objetivo:** introducir la temática de los componentes de las relaciones de pareja.

**Guía para la dinámica:** se proyecta el video “El romanticismo, un merengue envenenado”. Se invita a al grupo a reflexionar sobre el contenido del vídeo.

**Duración:** 10 minutos.

**Conclusiones:**

- El **amor romántico** es un mito en el que se establecen formas de comportamiento y relación muy determinadas.
- En esta dinámica se analiza el **romanticismo** y el papel sumiso de las mujeres que este mito del amor romántico parece promover.

**Recursos necesarios:**

- **Proyector de video y audio.**

- **Enlace internet:**

<https://www.youtube.com/watch?v=O0xugw98bSc>

- Título vídeo: “El romanticismo, un merengue envenenado”.

## FICHA DE DINÁMICA 2



### Variables en una relación de pareja

**Objetivo:** promover el conocimiento de las diferentes variables que influyen en una relación de pareja.

**Guía para la dinámica:** se entrega a cada participante el **documento 2.1 Conceptos básicos: variables en las relaciones de pareja**. Deben unir con una flecha cada uno de los conceptos con la definición que consideren más acertada. Previamente a la dinámica se han explicado los contenidos, lo que facilitará su realización.

**Duración:** 15 minutos.

**Conclusiones:**

- Existen diferentes variables que conforman una relación de pareja: factores socioculturales, apego, comunicación, aspectos organizativos, afectividad, red sociofamiliar o crianza de hijos.

**Recursos necesarios:**

- **Documento 2.1.** Conceptos básicos: Variables en las relaciones de pareja.

CONCEPTOS BÁSICOS

2.1

Une con una flecha cada concepto con la definición que consideres más adecuada.

FACTORES SOCIOCULTURALES	Necesidad humana universal de formar vínculos afectivos estrechos a los que recurrir en momentos de sufrimiento o estrés.
APEGO	Expresión de afecto, apoyo o contacto físico entre los miembros de la pareja.
COMUNICACIÓN	Orientación de los progenitores a incidir en el bienestar, la supervivencia, el desarrollo y la educación de sus hijos o hijas.
ASPECTOS ORGANIZATIVOS	Influyen en las dinámicas relacionales: la individualidad, las expectativas sociales o la idealización del amor son factores que determinan las características de las relaciones emocionales.
AFECTIVIDAD	Vehículo a través del cuál expresamos sentimientos, deseos y opiniones en la relación.
RED SOCIOFAMILIAR	Aspectos de carácter más mundano y cotidiano que inciden en el ritmo y la dinámica de la relación: organización económica, distribución del tiempo o actividades domésticas entre otros.
CRIANZA DE HIJ@S	Estructura familiar y social que ofrece ayuda y apoyo a los miembros de la pareja.

## FICHA DE DINÁMICA 3



### ¿Cómo soy en mi relación?

**Objetivo:** promover la reflexión sobre las propias relaciones emocionales, fomentando la toma de conciencia de sus propias parejas y su comportamiento dentro de las mismas.

**Guía para la dinámica:** al finalizar la sesión anterior se ha repartido el **documento inter-sesión Mi relación de pareja**. Esta tarea las han realizado las personas participantes durante la semana para promover la reflexión sobre sus relaciones emocionales.

En esta sesión se ponen en común los contenidos recogidos en el documento.

Es importante motivar al grupo para conseguir la participación de todas las personas, se tendrá en cuenta el contenido emocional de este tema a la hora de moderar la dinámica. Se presta especial atención a las relaciones emocionales en el **contexto penitenciario**. Si una persona no tiene pareja en la actualidad, puede tener como referencia la relación emocional más importante que haya mantenido, para valorar posteriormente cómo se podría haber mejorado.

**Duración:** 30 minutos.

#### **Conclusiones:**

- Las relaciones emocionales experimentan **cambios y modificaciones** a lo largo del tiempo.
- Cada pareja es diferente, la **comunicación** entre las personas que la forman es fundamental para conocer y comprender nuestra relación.

#### **Recursos necesarios:**

- El documento inter-sesión **Mi relación de pareja** aportado a cada participante en la sesión anterior.

Reflexiona sobre las siguientes ideas y anota tus conclusiones.

- 1. Describe tu relación de pareja o la relación de pareja que para ti haya sido más importante. Edad de inicio, tiempo de relación, situación convivencia, existencia de hijas o hijos.**
- 2. Cuando tu pareja tiene un problema y necesita tu ayuda, ¿Cómo reaccionas? Si es al revés, y quien necesita ayuda eres tú, ¿Cómo esperas que reaccione tu pareja? ¿Cómo reacciona? Pon algún ejemplo.**
- 3. ¿Cómo habláis entre vosotros/as o en pareja? ¿Habláis de manera frecuente? ¿De qué temas soléis hablar?**
- 4. ¿Cómo os demostráis afecto? ¿Se ha visto afectada vuestra intimidad con el ingreso en prisión? ¿En qué sentido?**
- 5. ¿Compartíais gastos e ingresos en vuestra relación antes de entrar en prisión? ¿Cómo os organizabais en libertad? ¿Cómo os organizáis económicamente durante la estancia en prisión?**
- 6. ¿Cómo os repartíais las actividades domésticas? ¿Participabais de manera igualitaria?**
- 7. Antes de entrar en prisión, ¿cómo organizabais vuestro tiempo libre? ¿Hacíais actividades de ocio en pareja? ¿Qué actividades de ocio te gustaría hacer con tu pareja, pero no podéis hacer al estar en prisión?**
- 8. ¿Cómo es tu relación con la familia y amigas o amigos de tu pareja? ¿Y la de tu pareja con tu familia y amistades? Pon un ejemplo.**

**9. Si tenéis hijos/as en común, ¿cómo planteáis y organizáis su cuidado y crianza?**

**10. ¿Cómo ha afectado o crees que afectaría a tu relación de pareja la entrada en prisión? En caso de haber iniciado una relación de pareja en prisión, ¿cómo crees que la prisión afecta a tu relación?**

*Si necesitas más espacio, escribe detrás de esta página*

**DOCUMENTO INTER-SESIÓN “MI RELACIÓN EN PAREJA”**

**Sesión Grupal 4. Mejorando las relaciones de pareja**



## FICHA DE DINÁMICA 4



### Resolvemos conflictos

**Objetivo:** visibilizar las crisis que se producen en las relaciones de pareja fomentando una resolución positiva de los mismos y favoreciendo el diálogo y reflexión en el grupo.

**Guía para la dinámica:** se divide el grupo en 3 subgrupos. A cada uno de éstos se les entrega el **Documento 4.1 (Versión A/B/C) Conflictos en la pareja**. Cada subgrupo debate las cuestiones que se plantean en el documento, exponiendo las conclusiones alcanzadas al resto del grupo. Finalizada la exposición se reparte a cada participante el **Documento 4.2 Decálogo para resolver conflictos** para que puedan aplicarlo en su vida cotidiana.

**Duración:** 30 minutos.

**Conclusiones:**

- En toda pareja existen crisis y tensiones que es necesario saber afrontar de manera correcta.
- El diálogo y respeto para expresar las emociones y sentimientos con nuestra pareja es fundamental para saber resolver tensiones de manera saludable.

**Recursos necesarios:**

- **Documento 4.1. (A/B/C)** Conflictos en la pareja.
- **Documento 4.2.** Decálogo para resolver conflictos.
- **Folios y bolígrafos.**

## 4.1.

### HISTORIA DE CARMEN Y LUIS.

Carmen y Luis llevan casados casi 20 años. Luis trabaja como dependiente en una tienda de electrodomésticos. Tienen dos hijos de 18 y 16 años. Carmen se ha ocupado del cuidado y crianza de sus hijos. No ha trabajado nunca, pero ahora quiere iniciar su vida laboral y para ello se apunta a un curso de inserción laboral que ofrece el servicio de empleo público de su ciudad. A Luis no le gusta que su pareja trabaje, considera que no es necesario y le genera inseguridad.

### CUESTIONES PARA EL DEBATE.

- Qué opináis de esta situación? ¿Es real? ¿Os ha ocurrido alguna vez?
- ¿Qué haríais si fuerais Luis? ¿Y si fuerais Carmen?
- ¿Cómo resolveríais este conflicto? Escenificar la solución que planteáis al resto del grupo.
- ¿Cómo creéis que se sienten? ¿Por qué creéis que actúan así?

## CONFLICTOS EN LA PAREJA - A

## Sesión Grupal 4. Mejorando las relaciones de pareja

## 4.1.

### HISTORIA DE ROCÍO Y SANTIAGO.

Rocío y Santiago han tenido una hija hace 5 meses. Ambos han disfrutado sus correspondientes permisos de maternidad y paternidad, y se tienen que incorporar a sus respectivos trabajos en breve. Rocío ha solicitado plaza en una guardería del barrio, pero Santiago quiere que su madre se ocupe del cuidado de la niña. No se ponen de acuerdo entre ellos.

### CUESTIONES PARA EL DEBATE.

- Qué opináis de esta situación? ¿Es real? ¿Os ha ocurrido alguna vez?
- ¿Qué haríais si fuerais Rocío? ¿Y si fueseis Santiago?
- ¿Cómo resolveríais este conflicto? Escenificar la solución que planteáis al resto del grupo.
- ¿Cómo creéis que se sienten? ¿Por qué creéis que actúan así?

## 4.1.

### HISTORIA DE ALMUDENA Y ERNESTO.

Almudena y Ernesto se encuentran en prisión. Han comenzado una relación hace un par de semanas. Almudena ha solicitado un trabajo en los talleres del centro. Estos talleres son mixtos, trabajan en él tanto internos como internas. A Ernesto no le gusta que Almudena trabaje en un taller donde trabajan otros internos, porque le da miedo que pueda conocer a otra persona.

### CUESTIONES PARA EL DEBATE.

- Qué opináis de esta situación? ¿Es real? ¿Os ha ocurrido alguna vez?
- ¿Qué haríais si fuerais Almudena? ¿Y si fueseis Ernesto?
- ¿Cómo resolveríais este conflicto? Escenificar la solución que planteáis al resto del grupo.
- ¿Cómo creéis que se sienten? ¿Por qué creéis que actúan así?

## CONFLICTOS EN LA PAREJA - C

## Sesión Grupal 4. Mejorando las relaciones de pareja

## 4.2.

Cuando tengas o preveas tener un conflicto, recuerda estos consejos...

1.- CALMA.



2.- DIALOGO Y ESCUCHA.



3.- CÉNTRATE EN LO POSITIVO.



4.- EMPATÍA Y ASERTIVIDAD.



5.- CÉNTRATE EN EL PRESENTE, NO EN EL PASADO



6.- CÉNTRATE EN LA CONDUCTA.

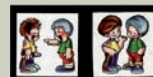


7.- CONCILIA.



8.- AFRONTA/RESUELVE EL CONFLICTO.

RECUERDA: Si genera malestar o limita tu vida es mejor afrontar una ruptura de manera saludable.



9.- SÉ CREATIVO/A.



10.- CELEBRA EL ACUERDO.



## CONTENIDOS COMPLEMENTARIOS

### **Variables que componen una relación de pareja. (Ampliación)**

En el ámbito de las relaciones emocionales, podemos percibir una tendencia a asumir roles diferenciados entre mujeres y hombres (socialización diferenciada) tal y como se explicó en la sesión previa. Añadido a esta diferente socialización encontramos múltiples variables que intervienen en la formación y mantenimiento de una relación de pareja. Podemos hablar, por un lado, de factores socioculturales y, por otro, de factores personales, más intrínsecamente relacionados con cada una de las personas que conforman la relación.

Los **factores socioculturales** influyen en las diferentes maneras de entender y construir las relaciones de pareja. Destacamos tres de éstos, al ser los que en mayor medida influyen en la diferente percepción de las relaciones emocionales:

- **Individualidad:** *priorización de los logros personales frente a los logros de la relación: solvencia económica, éxito laboral, satisfacción de los propios deseos, libertad personal, etc.* (Melero, 2008). Autores Lewis, 1999, Goodwin y Findlay, 1997 y Sprecher, 2002 sugieren que las sociedades con mayor nivel de individualidad tienden a generar relaciones de carácter más pasional frente a relaciones pragmáticas o de amistad, situación motivada quizá por la menor interdependencia entre las personas que se observa en estas sociedades.
- **Expectativas sociales:** se trata de las ideas que tenemos sobre el papel o función que la relación debe o debería tener. En este aspecto, uno de los elementos de mayor trascendencia en la actualidad es la igualdad entre géneros. La tendencia hacia una expectativa más igualitaria en cuanto a los roles de género se traduce, en múltiples ocasiones, en desajustes o tensiones entre los miembros de la pareja, tensiones probablemente menos frecuentes en épocas anteriores.
- **Idealización del amor:** la idealización del amor es la base de nuestras relaciones emocionales, al menos de manera bastante extendida en nuestra sociedad actual. En este sentido, la sensación de estar enamorado o enamorada genera una inyección de felicidad a la persona que así se siente. Sin embargo, en este punto, sería necesario comprender que el enamoramiento no es una emoción eterna. Es decir, una vez pasada la fase de idealización –que puede ser más o menos larga– aparecen sentimientos de desilusión y decepción que son importantes identificar para poder adaptar nuestras expectativas a la realidad.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

En las relaciones de pareja no influyen únicamente estos factores socioculturales, sino que además hay una serie de **variables con un carácter más individual** que influyen y determinan en gran medida este tipo de relación.

- Según Bowlby (1969) la **conducta de apego** es la búsqueda de protección ante amenazas externas. *En el niño se concreta en buscar la protección de la madre. Una función de la pareja es mantener y auxiliar al otro. Lo que se haga y cómo se haga va a estar relacionado con las conductas de apego que aprendimos en la infancia.* (García, 2019). En las relaciones de pareja, igual que en cualquier otro sistema social, se van a activar las relaciones de apego, existiendo una importante relación entre los estilos de apego, las dinámicas de pareja y la satisfacción de la misma.
- **La comunicación en la pareja** es el “*mecanismo principal por el cual la pareja expresa sus sentimientos y se transmite información relevante al otro, siendo el vehículo principal utilizado en la resolución de problemas, aspecto por lo tanto esencial para la calidad de la relación*” (Melero, 2008). La comunicación en la pareja es –quizá– uno de los elementos claves para una dinámica adecuada. Existe una diferencia de género, importante en la comunicación. Así, se percibe que las mujeres tienden a utilizar un sistema comunicativo basado en la amistad y el interés por la otra persona y embargo, los hombres, por norma general entienden la comunicación como una herramienta para transmitir hechos (Beck, 1988). Esto no es una generalidad, sino que se trata de una tendencia, pero es importante conocer las diferentes funciones de la comunicación en los miembros de la pareja, ya que la percepción que cada persona tenga de la comunicación –en ocasiones– puede implicar conflictos y es un elemento clave para la propia dinámica de la relación.
- La **afectividad** en las relaciones implica expresiones de afecto, apoyo en los momentos de necesidad o contacto físico. Las formas de expresar amor y cariño van desde palabras cariñosas hasta un contacto más físico, compartir tiempo de calidad con la otra persona o bien realizar favores o regalos para un mayor bienestar de la pareja. En este caso, al igual que en la comunicación, las personas tenemos diferentes maneras de expresar afecto, y es necesario conocer no sólo nuestra propia afectividad, sino también la de nuestra pareja, para mantener relaciones de pareja más satisfactorias. Unido con la afectividad, o como una extensión de la misma, las **relaciones sexuales** que la pareja mantenga es una variable con una importancia vital en numerosas ocasiones. Algunas investigaciones señalan que a medida que la relación va avanzando, la frecuencia de las relaciones sexuales tiende a disminuir cediendo espacio a una mayor intimidad afectiva y un mayor compromiso (Sternberg, 1988). Sin embargo, otros estudios sugieren que este descenso en las relaciones sexuales depende en mayor medida del grado de comunicación sexual e intimidad que exista entre los miembros de la pareja (Gottman y Silver, 2001).

- Los **“aspectos organizativos”** tienen un gran impacto en las relaciones de pareja. Se trata de una serie de aspectos más mundanos y de la vida cotidiana que marcan el ritmo e influyen de manera notable en la dinámica de la relación. Desde la organización económica (ingresos con los que la pareja cuenta, gastos o inversiones, sistema de ahorro, decisión del gasto, etc.) tanto en fases previas de noviazgo como en estadios más establecidos de la relación donde ya existe convivencia, hasta la distribución del tiempo libre en actividades de calidad de manera conjunta y tiempo libre de disfrute personal o participación en las tareas domésticas necesarias. Todos estos aspectos organizativos inciden de manera positiva o negativa en las relaciones emocionales.
- La **red social y familiar** de los miembros de la pareja es también otra de las variables que es necesario conocer y analizar, ya que en múltiples ocasiones esta red define la dinámica de la relación. En los contenidos complementarios de la sesión previa ya indicamos cómo podía influir la familia política en nuestras relaciones. En este sentido, la red social y familiar si bien es un elemento positivo en las relaciones, en ocasiones se puede convertir en un importante foco de conflictos. Se trata de mantener un equilibrio satisfactorio para ambas partes de la pareja entre el tiempo que se comparte de manera individual con la red sociofamiliar y el que se disfruta de manera conjunta.
- Otro elemento o variable destacable en el desarrollo de la relación se encuentra en la **decisión de tener o no tener hijos/as en común**, y en la existencia de descendencia de relaciones emocionales previas que una o ambas partes aportan a esta relación.

*En esta unidad no se profundizará en este aspecto, ya que se trabajará en unidades posteriores.*

- En el contexto en el que nos encontramos, existe una importante variable que es necesario considerar: **la privación de libertad**. La entrada en prisión supone una ruptura con el entorno relacional e implica un gran impacto tanto en la pareja (si existe pareja) como en la persona que se ve privada de libertad. Por norma general, se experimentan sentimientos de ansiedad ante esta separación forzada, siendo un momento de “crisis”, cambio, readaptación o incluso ruptura de la relación donde pueden existir momentos de celos, inseguridades, etc. Añadido a esto, otro aspecto a tener en cuenta es la formación de nuevas parejas en el entorno penitenciario, realidad frecuente y conocida por profesionales de instituciones penitenciarias.

## **Vínculos en las relaciones de pareja. (Ampliación)**

El vínculo emocional que caracteriza nuestras relaciones de pareja es uno de los vínculos fundamentales a lo largo de nuestra vida. Implica una serie de *“lazos afectivos importantes, una historia en común y un espacio donde la comunicación y el compromiso están*



Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

presentes” (Ortega, 2012). Tanto los vínculos que se establecen en las relaciones de pareja, como la percepción que cada una de las personas tiene de los mismos, influyen notablemente en su salud, en un plano físico, psicológico y social. Encontramos por lo tanto una fuerte interrelación entre los vínculos emocionales positivos o negativos y la mayor o menor sensación de bienestar. Además, en nuestra sociedad actual, existe una importante tendencia a idealizar las relaciones de pareja o sentimentales. Conviene señalar que las relaciones perfectas no existen. Las relaciones son sistemas en las que dos personas interactúan entre sí de manera constante y en el ámbito de esta interrelación pueden surgir discusiones o conflictos con consecuencias directas en nuestra salud emocional. Es decir, todas las relaciones de pareja tienen altibajos y fluctuaciones y es necesario conocer cómo estos se generan, las motivaciones que subyacen y cómo hacer frente a los mismos de la manera más adecuada posible.

### **Ciclos en las relaciones de pareja. (Ampliación)**

En la unidad anterior apuntamos cómo las relaciones de pareja se modifican a lo largo del tiempo, experimentan cambios y pasan por diferentes etapas. Vamos a profundizar en esta unidad en los diferentes ciclos que pueden atravesar las relaciones emocionales.

Todas las parejas pasan por diferentes fases a lo largo de su existencia. Sin embargo, no se trata de fases estandarizadas, ni con una duración determinada, sino que en cada pareja tiene unas características diferentes. Desde el punto de vista del modelo sistémico, cada pareja es un sistema propio en el cual las crisis evolutivas van a ser imprescindibles y, al mismo tiempo, aconsejables para su propia reorganización. En multitud de ocasiones se tiende a evitar o rehuir los conflictos, sin embargo, las discusiones en las relaciones de pareja son situaciones sumamente frecuentes que van a permitir y provocar modificaciones en el sistema relacional y –en ocasiones– implicarán nuevas etapas en la relación (Ríos, 2005).

Ya apuntamos en la sesión previa el peso que la cultura tiene en las relaciones de pareja. En este caso nos vamos a detener en los ciclos de las parejas que se han identificado en las sociedades occidentales (Pinto, 2012):

- 1.- **Elección de la pareja.** Median tanto elementos puramente biológicos (deseo sexual, apariencia, etc.) como factores psicosociales (personalidad, estatus social, etc.). *La atracción se hace a través de la intuición que nos indica que con esa persona podemos compartir la vida.*
- 2.- **Enamoramiento.** El proceso de enamoramiento implica deseo sexual, un apego positivo y sentirse complementado. En esta fase inicial –comúnmente denominada *luna de miel*– se tiende por un lado a la idealización del amor, y por otro a idealizar a la persona amada.

- 3.- **Simbiosis.** La simbiosis implica la unión entre personas estableciendo un vínculo de pareja interdependiente. De acuerdo con Caillé (1992) *“entre ambos miembros de la pareja construirán una entidad denominada “nosotros”*. Watzlawick, Beavin y Jackson (1971) establecen dos tipos de simbiosis: la simétrica –ambas partes de la pareja intentan igualar su conducta de manera recíproca– y la complementaria –una domina y otra es dominada–.
- 4.- **Desencanto.** Se trata de una etapa por la que más tarde o más temprano pasan todas las parejas. Ocurre cuando termina la idealización y percibimos que la otra persona no es tan perfecta como pensábamos y tiene defectos e imperfecciones. Se trata de un proceso lento –que ocurre con mayor frecuencia en fases de convivencia– en la que nos vamos adaptando a la otra persona y a su manera de ser. Según Wachs (2001) *la manera de mantener la relación es **dialogando, negociando y siendo capaces de modificar reglas***.
- 5.- **Lucha de poder.** Implica la confrontación de necesidades incompatibles en la que cada miembro de la pareja se esfuerza por imponer su deseo. En este momento la pareja se verá obligada a negociar, siendo imprescindible la cooperación de las dos personas. En esta fase los conflictos pueden resolverse, postergarse o empeorarse.
- 6.- **Separación o divorcio.** Cuando la relación es tóxica o cuando la pareja ya no es fuente de bienestar o satisfacción se puede producir la separación o el divorcio. Cuando una relación finaliza las parejas suelen pasar por las fases características del duelo: shock, negación, reacciones hostiles, culpa, depresión o tristeza y aceptación o reorganización. (Sánchez, R. y Martínez, R., 2014).
- 7.- **Reencuentro.** La lucha de poder ocurrirá durante toda la relación. Los estilos de negociación y el afrontamiento que de estos conflictos realicen las parejas, implicará, en ocasiones, el “reencuentro” de la relación, es decir, se reorganizará la vida en pareja pasando a nuevas fases de la relación.

### **Crisis en las relaciones de pareja (Ampliación)**

Las crisis forman parte de la evolución de la pareja dentro de su ciclo vital. Estas crisis pueden desembocar en una ruptura de la relación (Valencia, D. y Ospina, M. 2016). Los conflictos en las relaciones de pareja tienden a ocurrir en áreas concretas de la relación: responsabilidades, poder, economía, familia de origen, crianza de las hijas e hijos, actividades sociales y de trabajo, sexualidad e intimidad y comunicación. Al mismo tiempo, estas crisis suelen aumentar en número o en intensidad en épocas de cambios importantes en la relación: maternidad y paternidad, jubilaciones, fallecimientos, enfermedades, entrada en prisión, inicio de actividad laboral, etc. Numerosas investigaciones (Holman y Jarvis, 2003, Sanz, 2000 y Gottman, 1994) sugieren que *“el impacto negativo de los conflictos depende de dos factores: el grado de satisfacción que existe en la relación en ese momento y el grado de importancia que tenga el tema sobre el que se discrepa para cada*

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

*miembro y para la relación*" (Melero, 2008). De acuerdo con un estudio realizado por la Universidad de Tennessee (Raver, 2019) las parejas más felices suelen discutir por temas que son fáciles de resolver ignorando aquellos que no tienen solución.

A pesar de esta vertiente positiva de los conflictos, si es cierto que en múltiples ocasiones éstos desencadenan la utilización de violencia en las relaciones de pareja. Según De Celis (2011) *"la violencia de pareja es un conjunto complejo de diferentes tipos de comportamientos violentos, actitudes, sentimientos, prácticas, vivencias y estilos de relación entre los miembros de una pareja íntima que produce daño y malestar grave a la víctima"*. La Ley Orgánica 1/2004 define la violencia de género como *"una violencia que se dirige sobre las mujeres por el hecho mismo de serlo, por ser consideradas, por sus agresores, carentes de los derechos mínimos de libertad, respeto y capacidad de decisión"*.

Para prevenir la violencia en la pareja es necesario adquirir una serie de estrategias que nos permitan afrontar las crisis y rupturas con positividad. El taller reGENER@r (Bascones, A. et al. 2021) expone algunas pautas que se pueden trabajar para afrontar una ruptura:

- Gestionar pensamientos, frenando pensamientos negativos.
- Aceptar sentimientos, gestionando de manera adecuada los sentimientos naturales ante una ruptura.
- Asumir, centrándonos en nuestra propia responsabilidad.
- Aprender a perdonar buscando ayuda profesional si es necesario.
- Quererse mucho, reforzando nuestra valía.
- Avanzar, invirtiendo tiempo y esfuerzo en nuestro proyecto personal de vida.



## RECURSOS AUDIOVISUALES

### ■ Video El romanticismo, un merengue envenenado

**Resumen:** cortometraje perteneciente a la campaña “Échale Cabeza” impulsada por el Ayuntamiento de Sevilla en el que se analiza el romanticismo y el papel sumiso de las mujeres que éste parece promover.

**Duración:** 2:23 minutos

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=O0xugw98bSc>

### ■ Vídeo canción “Estima ´m lliure (Quiéreme libre) – El rap de Sura”

**Resumen:** vídeo en el que un grupo de jóvenes interpretan el rap “Estima ´m lliure (Quiéreme libre)”, creado por ellos con la ayuda de Toni Mejías (Los Chikos del Maiz) tras talleres de concienciación (Sura Associació Escola de Segona Oportunitat)

**Duración:** 4:14 minutos.

**Enlace:** [https://www.youtube.com/watch?v=Wo3Wal8\\_7y0](https://www.youtube.com/watch?v=Wo3Wal8_7y0)

### ■ Video “El orden de las cosas”

**Resumen:** cortometraje de Jorge Esteban Alenda y Cesar Esteban Alenda. En este vídeo la vida de la protagonista discurre en la bañera y a través de diferentes simbolismos se analiza la violencia de género y el sufrimiento que esta problemática ocasiona.

**Duración:** 19:58 minutos.

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=hfGsrMBsXIQ>

### ■ Video “No sólo duelen los golpes”

**Resumen:** monólogo de Pamela Valenciano en el que analiza en primera persona los estereotipos del amor romántico y la violencia de género.

**Duración:** 1:24 minutos.

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=3Q0RfnjGSJc>

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

### ■ Vídeo “Piel

**Resumen:** spot de la campaña contra la violencia de género (2012) realizado por Diego Andrés, Beatriu Boronat, Aaron Calatayud y M<sup>a</sup> del Mar de Enrique.

**Duración:** 1:00 minutos.

Enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=FSmkwm8L9bA>

### ■ Vídeo “La inteligencia social en pareja”

**Resumen:** vídeo en el que la escritora Elsa Punset ofrece una serie de consejos para mejorar las relaciones de pareja identificando los comportamientos más destructivos y las alternativas de afrontamiento.

**Duración:** 5:47 minutos.

Enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=kKEdSRwIWnk>

### ■ Vídeo “Dos secretos de las parejas felices”

**Resumen:** vídeo en el que la escritora Elsa Punset analiza la fase de enamoramiento en las parejas y cómo se pueden incorporar elementos y comportamientos en parejas más consolidadas para mantener una relación positiva.

**Duración:** 3:48 minutos.

Enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=PBLbDujQZnQ>

### ■ Vídeo “Querernos bien”

**Resumen:** cortometraje elaborado por la Federación de Enseñanza de UGT que analiza la violencia de género, especialmente en el entorno educativo y de la juventud.

**Duración:** 14:55 minutos.

Enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=LcnCtAqth6s>

### ■ Recurso “12 vídeos para trabajar la violencia de género en el aula”

**Resumen:** página web en la que se recopilan 12 vídeos que pueden ser de utilidad para trabajar la violencia de género.

**Enlace:**

<http://cedec.intef.es/12-videos-para-trabajar-la-violencia-de-genero-en-el-aula>

SESIÓN GRUPAL 5  
PERSONAS PENADAS

# EDUCANDO EN FAMILIA





# 5

## Sesión Grupal 5. Educando en familia

### FICHA RESUMEN DE LA SESIÓN GRUPAL

#### \* **Objetivo de la sesión**

- Tomar conciencia de la importancia de la infancia y los vínculos afectivos.
- Conocer la influencia de la dinámica penitenciaria en las y los menores.
- Aprender los diferentes estilos de crianza y educativos, haciendo mayor hincapié en los respetuosos.

#### \* **Contenidos de la sesión**

- Desafíos que aparecen en la realidad penitenciaria cuando existen menores a cargo.
- Cómo afecta el encarcelamiento en los y las menores.
- Importancia del vínculo afectivo.
- Principios para la crianza respetuosa y disciplina positiva.

#### \* **Duración**

2 horas y media.

#### \* **Introducción**

Promoveremos la reflexión sobre el compromiso que existe cuando se es responsable de la crianza de menores, conociendo cómo se puede ejercer dicho rol durante la privación de libertad.

Se hará hincapié en la importancia de la etapa de la infancia en el desarrollo de las personas, reconociendo el apego como un elemento clave.

Se facilitarán herramientas educativas y se tomará conciencia del impacto que tiene, en los y las menores, la privación de libertad de sus progenitores/as.





# 5

## Sesión Grupal 5. Educando en familia

*«La mejor manera de “enseñarle” a respetar a tus hijos es simplemente respetándoles. Aprenden casi todo con nuestro ejemplo». (Louma Sader)*

### • **Inicio y bienvenida**

- \* Se da la bienvenida al grupo y se comprueba la asistencia.
- \* Se presenta el tema a tratar en la sesión, señalando los horarios de inicio, descanso y finalización.
- \* Se recuerdan las reglas básicas de participación, siendo imprescindible mantener el respeto, discreción y apoyo cuando se traten temas de contenido sensible y privado, no interrumpiendo ni acaparando la atención del grupo.
- \* Se plantea que, para aquellas personas que actualmente no sean responsables de menores, la sesión se oriente a reflexionar y ofrecer pautas de crianza para la interacción con menores que existan en su entorno próximo o que podrían educar en un futuro.
- \* Esta sesión pretende reflexionar sobre la relación materno y paterno filial en la realidad penitenciaria, sin embargo, habrá que realizar una valoración individual de aquellos casos en los que la tipología delictiva de la persona penada pueda interferir en el trabajo a realizar (orden de alejamiento en el pasado, delito relacionado con menores, casuísticas específicas de violencia de género, etc.). En estos casos se deberán adaptar los contenidos de la sesión para que no sean incompatibles con su situación legal y familiar.

### • **Desarrollo de la sesión**

Las personas responsables de la educación de menores tienen un papel muy importante en sus vidas, sin embargo, la mayoría se encuentra ante esa situación sin haber recibido una formación previa. Por ello, es necesario adquirir conocimientos básicos que ayuden en esta tarea.

### **I. Transformación del estilo de vida familiar al llegar la descendencia**

*Se inicia la sesión realizando una lluvia de ideas, sobre la transformación en el estilo de vida que puede implicar la maternidad y/o paternidad. Se realiza la siguiente pregunta:*

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

*¿Cómo creéis que cambia la vida cuando se tiene descendencia? Se pretende reflexionar sobre nuestras expectativas ante el rol que se adquiere al ser responsables de crianza.*

El rol de la maternidad y paternidad demanda grandes dosis de implicación y esfuerzo, pero también el vínculo que genera y el acompañamiento en la crianza, en todo su proceso de desarrollo, puede aportar una importante satisfacción personal.

La transición a la maternidad y paternidad constituye un proceso que implica cambios a nivel personal y familiar que pueden alterar tanto las conductas de la familia como las relaciones. Es importante, realizar una reflexión sobre el momento más adecuado para formar una familia y asumir las responsabilidades que ello implica.

## **2. El vínculo afectivo en la infancia**

Parte de lo que somos en nuestra vida adulta depende de lo que hayamos vivido en nuestro entorno familiar, principalmente en lo acontecido en los primeros años de nuestra vida. Existen factores biológicos, familiares, personales y ambientales que no son determinantes, pero que afectan al desarrollo de nuestra personalidad.

En los primeros años de vida es donde se establecen las bases de la futura personalidad, aspectos como la seguridad, confianza y bienestar son necesarios para un desarrollo saludable.

- ✓ Para profundizar en el tema se proyecta el video de Álvaro Bilbao: Entender el cerebro de los niños para educar mejor  
<https://www.youtube.com/watch?v=pQEAY0nDZ3g>

Es importante conocer las diferentes fases evolutivas de los niños y las niñas para poder acompañarles adecuadamente. Como vimos en las primeras sesiones, las fases de desarrollo son las siguientes:

Edad	Fases de desarrollo	Características	Referentes principales
0-3	<b>PRIMER PERIODO- FASE APEGO</b>	Desarrollo físico/afectivo/social Necesidades básicas fisiológicas, de protección y de amor	Progenitores/tutores/as Principalmente una figura de apego
4-9	<b>INFANCIA</b>	Juego como elemento socializador Mediana conciencia de la realidad	Progenitores/as y familiares/educadores/as Primeras amistades
10-13	<b>PREADOLESCENCIA</b>	Juego y riesgo Conciencia de la realidad	Familiares/ Grupo de iguales
14-17	<b>ADOLESCENCIA</b>	<b>Revolución biopsicosocial.</b> <b>El Yo contrariado</b> Repercusión de lo vivido en etapas anteriores	Grupo de iguales
+ 18	En esta etapa tendrá mayor repercusión lo vivido en las diferentes etapas de desarrollo anteriores, siendo una de las más importantes la del primer periodo-apego e infancia		

En la primera infancia, los y las menores son pura emoción: las partes de su cerebro relacionadas con el pensamiento, el entendimiento, etc. no están totalmente desarrolladas. Cuando se han vivido experiencias difíciles en esta etapa, es necesario sanarlas para que no generen daños y bloqueos en su futuro.

### ¿Cómo se establece el vínculo afectivo?

En base a la atención y la respuesta que se dé a las demandas y necesidades de cada menor, se establecerá un tipo de apego o vínculo. Cuando se responde a las necesidades (hambre, sueño, miedo, frío, etc.) de cada bebé con rapidez y eficacia, aceptando sus sentimientos, dándole consuelo y seguridad, se desarrollará un apego seguro, de este modo, siente que le aceptan y consuelan cuando llora o cuando tiene cualquier dificultad.

Un **apego seguro** proporciona mayor seguridad, consuelo y protección, cada menor sabe que su responsable de crianza va a estar presente cuando le necesite, siente que le quieren, aceptan y valoran. Este tipo de relación no se limita únicamente a cubrir necesidades básicas (alimentación, aseo, etc.) sino que, además, implica una comunicación afectiva (cariño, juegos, etc.).

Los efectos y consecuencias del apego seguro en un o una menor se traducirán en una actitud más activa y en una interacción más confiada con su entorno.



## Dinámica 1. Educando desde el respeto

### 3. Principios básicos de la crianza

Quienes educan tienen una labor importante ante la cual no han recibido formación previa. Se suma, además, la situación penitenciaria. Por ello, se considera importante adquirir conocimientos básicos, que nos ayuden en esta tarea trascendental que supone la labor educativa.

Cuando se educa se ponen en práctica herramientas y estrategias aprendidas. Existen diferentes estilos de crianza, que se pueden clasificar principalmente en tres tipos<sup>1</sup>:

ESTILO EDUCATIVO	CARACTERÍSTICAS	CONSECUENCIAS FUTURAS <sup>2</sup>
<b>AUTORITARIO</b>	Rígido y severo La obediencia es la virtud Importancia de los castigos	Comportamientos hostiles Baja autoestima Desconfianza Conductas agresivas
<b>PERMISIVO/PASIVO</b>	Control escaso Flexibilidad extrema Evitan castigos, límites y normas	Dependencia Inseguridad
<b>DEMOCRÁTICO/ ASERTIVO</b>	Proveen responsabilidades Fomentan diálogo y comunicación Plantean normas con posibilidad de negociación	Estabilidad emocional Elevada autoestima Autonomía e iniciativa personal

Cada persona es diferente y cada familia tiene una historia y unas circunstancias distintas. No existen pautas educativas rígidas, sino que tenemos que estar abiertos/as a las necesidades específicas que tiene nuestra familia, para poder atenderlas de la forma más adecuada a cada situación y momento evolutivo.

En la labor de educar se requiere de un **equilibrio emocional** a diario por parte de quien educa. Esto no es fácil, requiere de una revisión autocrítica de nuestro comportamiento para tener mayor efectividad en la guía y educación de los y las menores.

Si deseamos prevenir conductas inadecuadas en el futuro en los y las menores, es importante desde la etapa infantil incidir en crear un ambiente familiar en equilibrio, donde cada menor perciba cariño, amor y motivación, con una disciplina y límites respetuosos que promuevan una comunicación activa. Este esfuerzo favorecerá su sano desarrollo

<sup>1</sup> Nos centraremos en detallar estos tres estilos para facilitar el aprendizaje, teniendo en cuenta la limitación del tiempo, se especifica que existen también otros estilos educativos (negligente, sobreprotector, etc.), que los participantes han podido trabajar o conocer en otros programas.

<sup>2</sup> Las consecuencias de los estilos educativos son orientativas, ya que esto no es una ciencia exacta.

desde diferentes vertientes: la afectiva, social e intelectual y, paralelamente, ayudará a atenuar los riesgos de un futuro comportamiento inadecuado.

Como hemos visto en sesiones previas es necesaria la implicación de ambos miembros de la pareja o de otras personas responsables de crianza en la labor de educar (coeducación).

Actualmente sabemos que existen múltiples pautas educativas que promueven un mayor respeto a los derechos de las niñas y niños (tales como crianza natural, respetuosa, disciplina positiva, con amor, etc.). En el próximo apartado ahondaremos en la **Crianza respetuosa**, ya que es amplia y se concibe como un estilo de vida más allá de un sistema educativo. Asimismo, haremos un esbozo de lo que es la **Disciplina positiva**.

### Crianza respetuosa

Derivada del estilo educativo democrático nace la crianza respetuosa, se basa en el respeto al menor y se fundamenta en la teoría del apego, **pa/marentalidad positiva**, neurociencias del desarrollo afectivo y cumplimiento de los Derechos Humanos. Somos conscientes de que no existe una fórmula mágica, podemos aprender de todas las corrientes educativas y adquirir técnicas que nos ayuden en la labor educativa.

*Se plantea un debate con las siguientes preguntas: ¿Imaginan que por una desavenencia pongamos a una persona adulta contra la pared para que reflexione por lo que ha hecho?, ¿o que enviemos a nuestra madre a dormir sin cenar porque no se ha portado como creemos que debía hacerlo? ¿O que nuestro jefe nos castigue sin movernos de la silla por no haber hecho bien nuestro trabajo? Pues si resulta difícil imaginarnos estas situaciones entre adultos, ¿por qué qué pensamos que sí se deben utilizar estas estrategias con los niños y niñas?*

La crianza respetuosa cuestiona estas formas de tratar a nuestros/as menores, planteando que, si para las personas adultas no son buenas estrategias, para la infancia tampoco son adecuadas. Nos ayuda a encontrar herramientas para resolver las situaciones del día a día; de modo que los y las menores cooperen sin necesidad de tratarles irrespetuosamente.

Este tipo de crianza nos da las claves para entender el comportamiento de los y las menores, lo que sienten, piensan, esperan o necesitan. Proporcionarles una atención con **amor y respeto**, ayuda a promover un futuro de personas con mayor seguridad y emocionalmente saludables. Para conseguir resultados favorables es necesario entender la educación desde un punto de vista integral y con objetivos a corto, medio y largo plazo. Recomendamos conocer más profundamente este tipo de estilo de crianza y adquirir herramientas que nos ayuden en la labor de educar.

Se trata de un estilo de crianza que se encuentra en sintonía con los derechos de los/as menores y/o adolescentes, se basa en la reafirmación de la voluntad y la capacidad de decisión, dando respuestas a las necesidades de los y las menores motivando el reconocimiento, el ejercicio de sus derechos y promoviendo estrategias respetuosas.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

Los principios básicos que rigen este tipo de crianza son:

- **Límites** claros basados en el respeto, firmeza y disciplina razonable a su edad.
- **Respeto a la integridad física y emocional** descartando correcciones físicas y/o agresiones psicológicas, buscando siempre una alternativa respetuosa según los ritmos evolutivos de cada menor (sin correcciones físicas, ni castigos, etc.).
- **Empatía y amor:** sintonizar con sus necesidades y responder a ellas de manera oportuna y amorosa. Permitir expresar sentimientos y necesidades (“te entiendo”, “es normal que te sientas así”, etc.).
- **Horizontalidad:** tratar a cada menor como nos gustaría que nos trataran. Son personas y por ende tienen los mismos derechos que las personas adultas.
- **Autorregulación propia:** emprender un camino de autoconocimiento que establezca recursos de gestión emocional y conocimientos que ayuden a los/as adultos/as a acompañar a sus menores de manera respetuosa.

No nacemos con experiencia en este asunto, pero es una inversión muy valiosa indagar sobre las mejores herramientas que ayuden a esta labor. Para ello, es básico leer, averiguar y pedir ayuda a profesionales especializados en la materia. Animamos principalmente a que conozcan las diferentes corrientes y disciplinas que existen en la actualidad, que respetan a las niñas y niños en su proceso de crecimiento y desarrollo psicoemocional.

### Disciplina positiva

La disciplina positiva también promueve las relaciones de respeto mutuo en nuestras relaciones.

Los **principios básicos** para desarrollar una disciplina positiva son:

- Relaciones basadas en el **respeto mutuo**, alentando a los niños y niñas a sentirse capaces, a través de la **amabilidad y la firmeza**.
- Necesidad de **pertenencia y sentirse importante**. Conectar con cada menor para que sienta que importa y que se le tiene en cuenta.
- Centrarse en la **búsqueda de soluciones y ver el error como una oportunidad** para aprender.
- Atender las necesidades de cada menor e involucrarle en su aprendizaje.
- Enseñar habilidades para la vida: sociales, emocionales y cognitivas (respeto, cooperación, resolución de conflictos, etc.).

Las **herramientas** más efectivas son las que se pueden utilizar y adaptar a la situación y las características de cada menor. Ejemplos:

- Animar y motivar en vez de alabar y recompensar.
- Preguntar en vez de ordenar.
- Ver los errores como una oportunidad para valorar la ayuda de otras personas.
- Crear una rueda de opciones cuando existe un conflicto: cómo pedir perdón o hablar de cómo se sienten.

*Se pueden utilizar las imágenes que se encuentran al final de la sesión para complementar este contenido.*

- ✓ Para reflexionar podemos ver el siguiente video: **Límites mejor que castigos**  
<https://www.youtube.com/watch?v=T60KuY8n82c>



## **Dinámica 2. Practicando la disciplina positiva**

*Para finalizar este apartado, se reflexiona sobre la importancia del autocuidado en la crianza: tener hábitos de vida saludables (descanso, alimentación, deporte, etc.), saber pedir ayuda cuando se necesita, rodearse de relaciones sanas, aprender a conocerse, etc. Esto contribuirá a estar bien para poder cuidar adecuadamente a nuestras/os hijas/os.*

## **4. Cómo afecta el encarcelamiento en los y las menores**

El ingreso en prisión de las personas responsables de crianza supone una crisis en el núcleo familiar. La imposibilidad de compartir un espacio físico dificulta la consolidación de rutinas, el ejercicio de responsabilidad y el fortalecimiento del vínculo afectivo.



## **Dinámica 3. Resolviendo preguntas**

La privación de libertad, así mismo, puede repercutir en la situación familiar, implicando dificultades económicas, cambios de residencia, de colegios, de rutinas, etc. y esto puede afectar directamente en las y los menores.

Cada menor siente la pérdida de una manera diferente: puede presentar trastornos psicológicos, sentirse estigmatizado/a, mostrar orgullo como mecanismo de defensa contra el dolor, sentir vergüenza o, bien, idealizar la relación con su madre o padre.

Esta situación puede provocar comportamientos disruptivos en la escuela o actitudes desafiantes en el entorno familiar.

*Se lee la carta de una menor que ha escrito a su madre, analizando cómo gestionar sus emociones.*



Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria



#### Dinámica 4. Carta de una menor a su madre

Con la siguiente dinámica se aportan herramientas para mejorar o facilitar las distintas formas de comunicación en el entorno familiar.



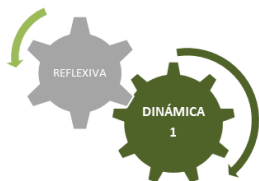
#### Dinámica 5. Preparando la visita con mamá o papá

Finalmente, se lee la siguiente frase planteando una reflexión grupal sobre la importancia de la relación afectiva con los y la menores: “Un día, tu hijo o hija cometerá un error, o tomará una mala decisión, y acudirá a ti en lugar de huir de ti. Entonces entenderás el inmenso valor de una crianza respetuosa, positiva y pacífica”. (L. R. KNOST).

#### • Despedida e ideas fuerza

- \* Se plantea una lluvia de ideas con las siguientes cuestiones: *¿qué es lo que se ha trabajado hoy?, ¿qué es lo que más os ha llamado la atención? Y ¿para qué puede servir este aprendizaje?*
- \* Se da fin a la sesión haciendo un resumen de las ideas más importantes:
  - El establecimiento de un **apego seguro** es la base de un desarrollo saludable porque proporciona a cada menor seguridad emocional y confianza.
  - Existen fórmulas de crianza basadas en el **respeto**, la **comunicación**, el **afecto**, el **entendimiento** y la **empatía** que permiten disfrutar de las relaciones familiares.
  - Es necesario conocer que la privación de libertad influye en el desarrollo y bienestar de los y las menores, para así, adquirir estrategias que ayuden a afrontar las situaciones que se pueden derivar.
- \* Se despide al grupo hasta la próxima sesión.

## FICHA DE DINÁMICA I



### Educando desde el respeto

**Objetivo:** : tomar conciencia de la importancia que tiene establecer un vínculo emocional seguro desde la infancia.

**Guía para la dinámica:** se entrega a cada participante el **documento I.1 Ejemplos cotidianos** para que lo cumplimenten.

Posteriormente, se comparte la información con el resto de las personas participantes. Cada profesional irá orientando las respuestas que se exponen con el tipo de apego que pueden generar.

**Duración:** 10 minutos.

**Conclusiones:**

- Es importante analizar cómo reaccionamos ante determinadas situaciones y cómo a partir de nuestras reacciones estamos creando un vínculo determinado con nuestros/as menores.
- El apego se va desarrollando ante las diversas necesidades infantiles que requieren atención y cuidado por parte de la persona adulta.

**Recursos necesarios:**

- **Documento I.1.** Ejemplos cotidianos.

1.1

**EJEMPLOS COTIDIANOS**

**Rosa tiene siete años, llega a su casa llorando porque no le han dejado jugar al fútbol en el patio de su colegio.**

**Marca la casilla que contenga lo que más se parece a lo que tú harías. Explica brevemente por qué.**

Le preguntamos por qué está llorando.

Rosa pide que le vayamos a recoger y llevar todos los días a la puerta del cole.

Le decimos que iremos cuando podamos, no cuando ella diga.

Preguntamos qué le pasa.

Rosa nos dice que no es nada y se va a su habitación.

No le damos importancia y seguimos con nuestras tareas.

Le intentamos calmar y le preguntamos qué le ha pasado.

Rosa expresa cómo se siente y buscamos conjuntamente una solución para cuando esto vuelva a pasar.

Le decimos que estamos cansados de que todos los días se comporte igual, que es una niña "mimosa" y no sabe hacerse respetar. Rosa empieza a dar patadas a una silla.

Recriminamos su actitud y le castigamos a que se ponga con una silla cara a la pared. Le decimos que si sigue con esa actitud vamos a tirar sus juguetes a la basura.

## FICHA DE DINÁMICA 2



### Practicando la disciplina positiva

**Objetivo:** reconocer, en situaciones cotidianas, estrategias de afrontamiento que nos posibiliten ejercer una disciplina positiva.

**Guía para la dinámica:** se proponen distintas situaciones en el contexto penitenciario para aprender a resolverlas con herramientas de la disciplina positiva.

Se entrega a cada participante el **documento 2.1 Situaciones en prisión**, para que identifiquen cuál sería su respuesta. Se facilita un listado (**documento 2.2 Herramientas de Disciplina positiva**) con orientaciones basadas en la Disciplina Positiva para que sirva de referencia.

El grupo reflexiona y expone el motivo por el cual ha planteado esta forma de resolver la situación.

Se pueden formular otros ejemplos y encontrar soluciones que mejoren la comunicación e interacción entre los miembros de la familia. Mediante esta dinámica, se va a promover un espacio de reflexión que posibilite mejorar las relaciones familiares.

**Duración:** 10 minutos.

#### Conclusiones:

- La Disciplina Positiva ayuda a tomar conciencia de los sentimientos que subyacen en las prácticas educativas y a entender cómo estas influyen en el desarrollo, crecimiento y comportamiento infantil. Ayuda a comprender la conducta inadecuada en menores, promoviendo **actitudes y estrategias positivas**.

#### Recursos necesarios:

- **Documento 2.1.** Situaciones en prisión.
- **Documento 2.2.** Herramientas de disciplina positiva.

## 2.1

**Situación 1:** *llamas por teléfono a tu hijo (14 años) y te dice que no quiere acudir a la próxima comunicación, por vis a vis, porque ha quedado con unos amigos y no le apetece mucho.*

Reflexiona cuál de las siguientes se aproximaría a tu reacción:

- ♦ Te enfadas porque crees que a tu hijo no le importas y le planteas que estás solo y necesitas su apoyo.
- ♦ Le preguntas cómo está y que entiendes que quiera estar con sus amigos, pero que te gustaría que viniera para poder hablar un rato con él: si este fin de semana no puede ser, te encantaría que acudiera a la siguiente visita.

Analiza cómo crees que se siente el hijo en las dos opciones y ¿por qué?  
Analiza cómo crees que se siente el padre en cada una de las situaciones.

**Situación 2:** *en una comunicación, vis a vis, tu hija (16 años) te dice: “no quiero estar más tiempo con mi abuela, no aguanto sus normas y no me deja ir a ningún sitio para que no acabe como tú”.*

Reflexiona cómo sería tu respuesta:

- ♦ Dices que no se preocupe, que pronto vas a salir y ya no tendrá que aguantar más a nadie.
- ♦ Le dices que no tiene otro sitio donde estar y que si no está con su abuela tendrá que ir a un centro de menores.
- ♦ Le preguntas cómo ésta, que entiendes que quiera que estéis juntos, le pides perdón por no haber hecho las cosas bien, explicándole que estás haciendo todo lo posible para salir cuanto antes y poder restablecer vuestra vida. Le motivas para que hable con la abuela y acuerden entre ambas las normas de convivencia.

Analiza cómo te sientes y cómo crees que se siente tu hija en las dos opciones y por qué.

## 2.2

- ✓ Centramos en el futuro en vez de en el pasado.
- ✓ Hay que **buscar soluciones** y no fijarnos, únicamente, en las consecuencias.
- ✓ **Involucrar a el/la menor en las soluciones:** tienen recursos pero, no siempre, les damos la oportunidad de demostrarlo. Desarrollan confianza propia y una autoestima saludable cuando se oyen y se toman en serio sus recomendaciones.
- ✓ **La fuerza de la rutina:** establecer una rutina evita desacuerdos como, por ejemplo, la hora de dormir, la hora de levantarse, la hora de la comida, lavarse los dientes...
- ✓ **Animar, motivar, alabar y recompensar:** enseñar la diferencia entre lo que se siente y lo que se hace. Hay que dejar que los/as menores expresen sus sentimientos (son reales y no debemos negarlos), aunque no aprobemos su conducta (ésta sí se puede evitar o corregir).
- ✓ **Preguntar en vez de ordenar es un método de los más eficaces de la Disciplina Positiva:** es importante escuchar **reflexivamente:** A la hora de escuchar es bueno parafrasear las palabras del/la menor. Es necesario escuchar los sentimientos escondidos entre las palabras haciendo ver que los/as entendemos.

HERRAMIENTAS DE DISCIPLINA POSITIVA PARA MENORES DE 0 A 12 AÑOS

Sesión Grupal 5. Educando en familia

2.2 (cont.)

- ✓ **Errores:** cometer errores es una oportunidad para valorar la ayuda de otras personas. Es importante enseñar esto a los/as menores: los estimula a tomar responsabilidad en lo que hacen. **Aplica la “R” de recuperación:**
  - **Reconocer** el error con un sentido de responsabilidad en vez de culpa.
  - **Reconciliarse**, disculparse con la persona que hirió u ofendió.
  - **Resolver** el problema cuando sea posible, trabajando conjuntamente para solucionarlo.
  
- ✓ **Crear una rueda de opciones:** permitir escoger es reconocer su capacidad. A medida que crecen necesitan más alternativas evitando así una lucha de poder. Aunque hay que tener en cuenta que en ocasiones escoger no es lo más apropiado.
  
- ✓ La única conducta que puedes controlar y gestionar es la tuya.
  
- ✓ **Consecuencias lógicas:** para que una consecuencia sea lógica y no sea un castigo debe estar relacionada con lo ocurrido, ser respetuosa y razonable.

## FICHA DE DINÁMICA 3



### Resolviendo preguntas

**Objetivo:** facilitar herramientas para resolver de forma positiva las preguntas que pueden hacer los y las menores relacionadas con el encarcelamiento.

**Guía para la dinámica:** se realizan una serie de preguntas, cada participante podrá comentar en grupo si sus hijos/as han hecho alguna o varias de estas preguntas y qué les han contestado. En caso de no tener descendencia, qué contestarían si les hicieran estas preguntas.

Se escriben en la pizarra posibles preguntas que los niños y niñas pueden hacer:

- *¿Dónde estás?*
- *¿Por qué estás allí?*
- *¿Por qué no vienes a casa? O ¿Cuándo vas a venir?*
- *¿Estás bien?*
- *¿Me quieres?*

Se pide que respondan si les han hecho estas preguntas en alguna ocasión y marcamos en la pizarra una cruz en las que sí les hayan formulado.

Posteriormente, evaluamos cuáles tienen más cruces y cuáles menos. Se solicita que de manera voluntaria comenten qué respuestas dieron a estas preguntas. Vamos analizando la información más adecuada a transmitir para favorecer el vínculo

**Duración:** 10 minutos.

#### **Conclusiones:**

- Los y las menores necesitan saber la verdad, es importante que las respuestas se adapten a cada edad. Necesitan una respuesta que dé sentido a la situación que viven. Es importante saber que cuando las respuestas no tienen sentido para ellos/as, les provoca ansiedad, inseguridad y nerviosismo.



## FICHA DE DINÁMICA 3 *(continuación)*

- La honestidad es el pilar básico para crear una relación sana y de confianza con su hija o hijo.

### **Recursos necesarios:**

- **Pizarra y tiza o cartulina y rotuladores.**

## FICHA DE DINÁMICA 4



### Carta de una menor a su madre

**Objetivo:** tomar conciencia de la responsabilidad en la ayuda a los y las menores para superar la pérdida o distanciamiento de un padre o madre que ha ingresado en prisión.

**Guía para la dinámica:** se lee la carta que una niña escribe a su madre (**documento 4.1**).

Una vez expuesto el caso y leída la carta, se plantean las siguientes preguntas al grupo:

*¿Cómo se han sentido al escuchar la carta?*

*¿Cómo creen que debería ser la siguiente carta que su madre realice?*

En el **documento 4.2** se facilitan orientaciones para interpretar esta carta.

Posteriormente, se genera una reflexión sobre la importancia de la correspondencia para favorecer la comunicación con los y las menores. El contenido de las cartas será una herramienta valiosa para mantener y crear vínculo.

**Duración:** 10 minutos.

**Conclusiones:**

- Es importante que las personas responsables de la crianza expresen las dificultades que tienen para hacerse presentes en la vida diaria de sus hijos e hijas.
- Escribir una carta implica una mayor consciencia de las emociones y de lo que queremos expresar, asimismo, puede favorecer el vínculo entre las personas.
- Realizar una carta puede llevar un tiempo e implica un proceso personal, para definir qué y cómo lo queremos transmitir.

## FICHA DE DINÁMICA 4 (continuación)

- Se valora que este tipo de contactos sea acompañado por los/las profesionales que intervienen con los y las menores.

### Recursos necesarios:

- **Documento 4.1.** Carta de una menor.
- **Documento 4.2.** Sugerencias para las cartas.

## 4.1

**INTRODUCCIÓN DE LA CARTA\*:** Carta de una niña que escribe a su madre, que se encuentra en prisión desde hace cuatro años aproximadamente y con la que no tiene contacto desde su ingreso. Esta es la primera carta que escribe como respuesta a una de su madre. La menor estuvo al cuidado de un tío y en la actualidad se encuentra en un centro de menores.

8-5-2020

HOLA:

Soy Andrea, he tardado en escribirte porque no sabia muy bien qué ponerte.

He visto tu video haciendo pan me lo ha enseñado la trabajadora social y yo a mis educadoras.

¿Qué tal estas? Espero que todo vaya bien.

Yo en cuarentena aburrida, tú me imagino que también jajaja.

Estos días para entretenernos hemos subido a la azotea, vivimos en un 7º y podemos ver el Retiro. El resto de tiempo hemos visto pelis de miedo pero no todo es divertido por la mañana hacemos deberes.

por suerte no nos hemos contagiado y esperamos seguir así.

Gracias por escribirme, me gustó recibir tu carta. Espero que te guste la mía

Un abrazo



\* Esta carta está realizada por la hija de una persona que se encuentra cumpliendo condena quien ha accedido a compartir la misma para este trabajo.

## 4.2

### **Sugerencias para ayudar a interpretar la carta:**

- Es una carta escrita por la hija de una persona interna que no tiene contacto con su madre desde hace cuatro años. Está en un centro de acogida de menores y es la primera carta que escribe tras la coordinación con distintos profesionales que están interviniendo con la menor.
- En la carta no la reconoce aún como madre, (no la llama en ningún momento de la carta como tal). Es honesta porque tras tanto tiempo sin contacto no sabe que escribirle y así lo reconoce.
- Ha enseñado la carta que escribió su madre a sus educadoras (se siente orgullosa porque su madre le escriba y se preocupe de ella).
- Se alegra porque está bien y necesita saber que su carta también le va a gustar.
- Podemos observar que realizarla ha llevado su tiempo porque está perfectamente acentuada, limpia y con letra muy cuidada.

### **Sugerencias para escribir cartas:**

- A los y las menores generalmente les gusta recibir cartas de sus padres o madres.
- Es probable que no respondan rápidamente, eso no significa que estas cartas no sean bienvenidas.
- Escribir con frecuencia. Los de menor edad prefieren recibir muchas tarjetas y cartas cortas.
- Recortar y enviarles historietas, fotos de diarios y revistas.
- Escribir cartas con letras grandes de imprenta para que puedan leerlas con facilidad.
- Realizar dibujos de dónde viven, trabajan, comen y hacen actividad física para ayudar a comprender su vida diaria.

Enviar dibujos o bosquejos de personajes televisivos o de historietas populares para que los coloreen y se los devuelvan.

## 4.2 (cont.)

- Los de mayor edad precisan saber que están en sus pensamientos; es aconsejable enviarles notas y todo tipo de tarjetas (ejemplos: crucigramas, sopa de letras, ajedrez, damas, o inventos basados en juegos modernos de ordenador, etc.).
- Hacer preguntas sobre la escuela, amigos, programas de TV, video juegos, mascotas y deportes.
- Buscar en la biblioteca del centro algún libro que esté leyendo su hija/hijo y leerlo, para tener temas de conversación sobre ese libro durante las llamadas telefónicas, las cartas y las visitas.

**SUGERENCIAS PARA LAS CARTAS**

**Sesión Grupal 5. Educando en familia**

## FICHA DE DINÁMICA 5



### Preparando la visita con papá o mamá

**Objetivo:** facilitar a las personas responsables de crianza herramientas para mejorar el vínculo a través de vis a vis, comunicaciones telefónicas, video llamadas o cartas.

**Guía para la dinámica:** se propone al grupo la siguiente situación: va a ser el cumpleaños de tu hija que cumple siete años y quieres que venga a una comunicación, vis a vis, con su abuela, que es quien la cuida en la actualidad.

Se divide en tres grupos el aula y se asigna a cada grupo uno de los siguientes temas:

- Preparar la llamada de teléfono a la abuela para pedirle que vengan a celebrar el cumpleaños de la hija en la comunicación vis a vis.
- Escribir una carta de felicitación para la menor.
- Preparar el encuentro (temas que vais a tratar, cosas a llevar al vis a vis, etc.).

Se les entrega el documento 5.1 Visitando a mamá o papá, como guía que facilite la dinámica.

Cada grupo anotará en un folio las propuestas del tema asignado y, posteriormente, se comparten con el resto.

**Duración:** 15 minutos.

**Conclusiones:**

- Se necesita tiempo para poder preparar la visita con menores.
- Es importante tomar conciencia de cómo queremos relacionarnos con ellos/as.

## FICHA DE DINÁMICA 5 (continuación)

- Es posible mantener un vínculo afectivo sano a través de los distintos tipos de comunicaciones (vis a vis, locutorios, cartas, llamadas, etc.).

### Recursos necesarios:

- **Documento 5.1.** Visitando a papá o mamá.



## 5.1

### **Guía para preparar a los y las menores de diferentes edades para la visita vis a vis con sus padres y madres:**

#### **BEBÉS DE 0 A 6 MESES**

**Ser conscientes de que a los bebés les gusta:** estar en brazos, están en fase oral: descubren el mundo a través de la boca (algunos necesitan el pulgar o los dedos para calmarse), responden a voces y rostros familiares, reaccionan a nuevos sonidos y los sonidos fuertes les molestan, usan su sentido del olfato para diferenciar personas y lloran para comunicarse.

#### **Durante las visitas el padre o madre pueden:**

- Situar al bebé de manera que pueda verte y cambiarlo de posición si se aburre.
- Permitir que toque el rostro y explore con sus manos.
- Hablarle con un tono de voz que le estimule, gesticular, cambiar el tono, imitar los sonidos del bebé, cantarle, etc.
- Entender que el llanto es una forma de comunicación y, en ocasiones, expresa una necesidad no cubierta (hambre, sueño, afecto, cansancio, etc.).
- Ayudarse de la persona que cuida al bebé para entender sus señales y necesidades.

#### **BEBÉS DE 7 A 17 MESES**

**Ser conscientes de que a los bebés les gusta:** mostrar sus logros (levantarse/sentarse), gatear, balbucear y moverse, levantar objetos pequeños, arrojar cosas para que otras personas las levanten, ir con una persona cercana cuando hay personas desconocidas alrededor. Será importante mostrar comprensión de comandos simples (como el saludo), y calmarlos cuando con abrazados o atención.

#### **Durante las visitas el padre o madre pueden:**

- Permitir al bebé sentarse solo, gatear y jugar a diferentes juegos.
- Tener paciencia si reacciona como si el padre o la madre fuera un extraño, mantenerse cerca, pero sin exigir.
- Decirle adiós con la mano para que entienda que es hora de irse.

## 5.1 (cont.)

- Una despedida corta es mejor. No engañar ni marcharse a escondidas. Esto puede generar que el bebé no confíe en situaciones posteriores.

### **MENORES DE 14 MESES A 2 AÑOS**

**Ser conscientes que a los/las menores les gusta:** mejorar sus habilidades motoras corriendo, trepando y/o caminando. Les gusta hacer garabatos, explorarlo todo, imitar a las personas adultas, poner nombres inventados a las cosas, expresar sus deseos o necesidades, así como romper las reglas para saber si son reales. Puede ser importante enseñarles fotos de mamá y papá para recordarlos cuando no están con ella o él.

#### **Durante las visitas el padre y la madre pueden:**

- Jugar a juegos de palabras, hacer sonidos, preguntarle dónde está su nariz, etc.
- Caminar conjuntamente, nombrando objetos, cosas, colores y personas.
- Darle opciones: “¿quieres sentarte aquí o allí? ¿Quieres un zumo de naranja o piña?”, etc.
- Darles comprensión y aceptar que muchas de sus necesidades emocionales son todavía similares a las de los y las bebés.

### **MENORES DE 3 A 5 AÑOS**

**Ser conscientes que a los/as menores les gusta:** practicar sus habilidades motoras finas como dibujar, cavar pozos en la arena, etc.; comenzar a expresar enfado como: “Ya no eres mi amigo”, “Te odio”, etc.; mostrar su disgusto en reuniones familiares; ser el centro de atención; que les lean; preguntarse cómo será la vida diaria del padre o madre: dónde come, duerme, o va al baño, etc.

#### **Durante las visitas el padre o madre puede:**

- Cantar canciones, jugar a adivinanzas, veo-veo, piedra, papel o tijera, etc.
- Dibujar con el hijo o hija y hablar sobre dibujos que le han enviado por correo.
- Recordar que es difícil a esta edad quedarse quieto.
- Dar diferentes opciones, aceptar los gustos y contestar las preguntas que haga.

VISITANDO A PAPÁ O MAMÁ

Sesión Grupal 5. Educando en familia

## 5.1 (cont.)

### MENORES DE 6 A 12 AÑOS

**Ser conscientes que a los/as menores les gusta:** sentir aceptación por sus pares, jugar a deportes o juegos, coleccionar cosas, hablar de sus rutinas diarias y, en ocasiones, muestran enfado o rechazo con la situación penitenciaria (visitas, llamadas, etc.).

#### **Antes de la visita las personas adultas pueden:**

- Recordar y aceptar que el/la menor puede sentir incomodidad o vergüenza porque el/la progenitor/a esté en prisión.
- Jugar a juegos y preguntar acerca de sus hobbies, colecciones o deportes.
- Escuchar sobre su vida sin dar opiniones, consejos o preguntar. Simplemente escuchar.
- Observar signos de tristeza, ira o desilusión y hacerle saber que entiende sus sentimientos y le gustaría hablar sobre ello.
- Contestar sus preguntas lo más honestamente posible.

## CONTENIDOS COMPLEMENTARIOS

### ***Tipos de apego***

Existen cuatro tipos de apego:

#### **Apego seguro:**

Este tipo está caracterizado por la incondicionalidad: el/la menor sabe que su cuidador/a no va a fallarle. Siente que le quieren, aceptan y valoran. Muestra actividad e interactúa de manera confiada con el entorno. La persona responsable de crianza se debe comunicar con el/la bebe y no solo limitarse a cubrir necesidades de limpieza y alimentación.

#### **Apego inseguro ansioso y ambivalente**

Este tipo se caracteriza porque el niño o niña no confía y tiene una sensación constante de inseguridad. Necesitan la aprobación de las personas responsables de su crianza y vigilan de manera permanente que no les abandonen.

#### **Apego inseguro evitativo y desorganizado.**

Los y las menores han asumido que no pueden contar con sus cuidadores/as y esto les provoca sufrimiento. Por ejemplo, no lloran cuando se separan de la persona que les cuida, se interesan sólo en sus juguetes y evitan contacto cercano.

#### **Apego desorganizado**

Es una mezcla entre el apego ansioso y el evitativo en el que el/la niño/a presenta comportamientos contradictorios e inadecuados. Hay quienes lo traducen en una carencia total de apego. Lo constante en las personas cuidadoras es que sus conductas han sido negligentes o inseguras.

La persona que ha tenido experiencias de apego predominantemente óptimas tendrá mayor capacidad para regular internamente sus emociones. En cambio, si su experiencia de apego ha sido traumática mostrará un déficit en su capacidad de regulación emocional.



## RECURSOS AUDIOVISUALES

### ■ Video de Álvaro Bilbao: Entender el cerebro de los niños para educar mejor

**Resumen:** vídeo que explica a través de ejemplos sencillos y útiles consejos sobre el funcionamiento del cerebro de los y las niños/as para ayudar en su desarrollo y aprendizaje.

**Duración:** 45:03 minutos (versión completa) Seleccionar el fragmento que se considere por cada profesional.

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=pQEAY0nDZ3g>

### ■ Video de Álvaro Bilbao: Límites mejor que castigos

**Resumen:** es un corte del vídeo anterior en el que explica cómo establecer límites en los y las menores sin la necesidad de castigarles.

**Duración:** 5:04 minutos

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=T60KuY8n82c>

### ■ Video Disciplina positiva

**Resumen:** el vídeo explica de forma clara los objetivos y pautas para educar en disciplina positiva.

**Duración:** 4:49 minutos

**Enlace:** [https://www.youtube.com/watch?v=\\_sjbo2NF3f4](https://www.youtube.com/watch?v=_sjbo2NF3f4)

### ■ Video Save the Children Testimonios de los hijos de violencia de género

**Resumen:** el vídeo recoge a través de profesionales, mujeres supervivientes de violencia de género y sus hijos e hijas las consecuencias de vivir en entornos donde se ha ejercido violencia machista.

**Duración:** 6:00 minutos

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=sly9kocofUw>

### ■ Documental **Veo, veo... ¿tú me ves?**

**Resumen:** documental sobre cómo afecta a los y las menores la violencia ejercida sobre sus madres.

**Duración:** 47:52 minutos (importante los 6 primeros minutos).

**Enlace:** <https://youtu.be/HRs2yeWlHs4>

### ■ Vídeo **Educación y crianza respetuosa**

**Resumen:** el psicólogo Álvaro Soler, a través del proyecto AprendemosJuntos BBVA (2018), responde ante dudas universales en la educación, el crecimiento personal y la crianza. Entre sus propuestas, destaca el concepto de la co-paternidad donde los hombres no “ayudan” en casa, sino que se responsabilizan, y donde la parentalidad consiste en reconocer y dar espacio para la educación de madres y padres, con sus diferencias y peculiaridades. Soler advierte también de los peligros de la enseñanza con “etiquetas” y de la obediencia ciega: el futuro pasa más por la educación en valores como la asertividad, el pensamiento crítico y la autonomía.

**Duración:** 51:31 minutos.

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=OkHgtFmxyfE>

### Otros recursos

#### ■ **Club de las malas madres.**

**Contenido:** es una web que nace en 2014 en una cuenta de twitter @malasmadres con el objetivo de desmitificar la maternidad y romper el mito de “la madre perfecta”.

**Enlace:** <https://clubdemalasmadres.com/>

#### ■ **Decálogo de la Guía Montessori.**

**Contenido:** es una web para conocer el método de educación basado en la Pedagogía Montessori.

**Enlace:** <http://guiamontessori.es/>



**SESIÓN GRUPAL 6**  
**PERSONAS PENADAS**

# **EXPLORANDO OTRAS REDES DE APOYO**







# 6

## Sesión grupal 6. Explorando otras redes de apoyo

### FICHA RESUMEN DE LA SESIÓN GRUPAL

#### \* **Objetivo de la sesión**

- Mejorar el autoconocimiento de la red de apoyo.
- Aumentar o fortalecer los recursos de apoyo existentes en las redes de las personas penadas.

#### \* **Contenidos de la sesión**

- Identificación de la red social.
- Análisis de la red social.
- Mapa de red social.

#### \* **Duración**

2 horas y media.

#### \* **Introducción**

En esta sesión nos centraremos en las relaciones que mantenemos con nuestro entorno, poniendo especial interés en otro tipo de apoyo exterior: familia extensa, amistades, vecindad, profesionales, etc., identificando estos apoyos y, sobre todo, valorando la calidad de esas relaciones y el tipo de ayuda que nos prestan.

Las redes naturales como la familia y las amistades pueden prestarnos apoyo, pero se pueden incrementar o ampliar con nuevas redes, como asociaciones e instituciones, fortaleciendo así el apoyo social.

Analizaremos qué es la red social, para qué sirve y qué importancia tiene en la vida de las personas, siendo la reciprocidad una característica significativa del apoyo social.



# 6

## Sesión Grupal 6. Explorando otras redes de apoyo

### • Inicio y bienvenida

- \* Se da la bienvenida al grupo y se comprueba la asistencia.
- \* Se presenta el tema a tratar en la sesión, señalando los horarios de inicio, descanso y finalización.
- \* Se recuerdan las reglas básicas de participación, siendo imprescindible mantener el respeto, discreción y apoyo cuando se traten temas de contenido sensible y privado, no interrumpiendo ni acaparando la atención del grupo.

### • Desarrollo de la sesión

Al final de esta Guía se incluyen directrices básicas de una intervención comunitaria para ampliar los contenidos trabajados en esta sesión y diseñar un itinerario individualizado.

## I. Conceptos previos

Se inicia la sesión solicitando al grupo que piensen qué es una red social y para qué sirve.

La **red social** está formada por miembros de la familia, vecindario, amistades y otras personas capaces de aportar ayuda o apoyo real y duradero a nivel personal y familiar.

La red social es una estructura relativamente invisible, pero al mismo tiempo muy real, en la que se encuentra la persona, núcleo familiar o grupo.

Normalmente la red de una persona incluye tres áreas principales que son:

FAMILIA	AMISTAD	SERVICIOS
<ul style="list-style-type: none"><li>• FAMILIA DE ORIGEN</li><li>• FAMILIA ADQUIRIDA: PAREJA E HIJOS/AS</li><li>• FAMILIA EXTENSA</li><li>• FAMILIA POLÍTICA</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• PERSONAS CONOCIDAS</li><li>• AMISTADES</li><li>• COMPAÑEROS/AS</li><li>• VECINDARIO</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• SOCIALES</li><li>• SALUD</li><li>• EDUCACIÓN</li><li>• ASOCIACIONES</li><li>• RELIGIOSOS</li><li>• ETC.</li></ul>

La red influye en nuestro bienestar personal, ya que proporciona apoyos específicos como pueden ser escuchar, confortar, socializar, prestar dinero o dar consejos.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

## 2. Identificación de la red de apoyo

A continuación, se solicita a cada participante, que en una hoja en blanco escriba el nombre de familiares, amistades, compañeros/as y personas de servicios de apoyo (servicios sociales comunitarios, especializados, organizaciones no gubernamentales, centro penitenciario, etc.) en los que normalmente se apoya. Se trata de recoger los nombres de aquellas personas que son o han sido importantes. No hay una cantidad correcta o incorrecta de personas a identificar, simplemente se trata de enumerar la mayor cantidad de personas que se puedan recordar. Se puede ayudar con preguntas como:

*¿Qué personas de tu familia de origen y/o adquirida están incluidas? Y más familiares...*

*¿Qué amistades o personas del trabajo, escuela o del centro crees que te prestarían ayuda?*

*De organizaciones, asociaciones, vecindario o entidades públicas ¿incluirías a alguien?*

*Se pide que esta hoja la tengan a mano ya que se utilizará posteriormente.*

Al elaborar este listado identificamos la red social particular, a través de un proceso subjetivo e individual, reconociendo aquellas relaciones más importantes que existen en vuestras vidas.

Decimos que es un proceso subjetivo debido a que está basado en la propia percepción que se tiene de la ayuda externa: habrá situaciones en las que sentimos apoyo, aunque en realidad no lo recibamos o, por el contrario, podemos no percibir el apoyo, aunque sí contemos con él.

Por ejemplo, al ingreso en prisión, pensabas que no contabas con el apoyo de una determinada persona y, posteriormente, esa relación te ha sorprendido y es uno de tus principales apoyos en la actualidad (peculio, visitas, cartas, etc.). O a la inversa, tenías amistades muy fuertes en el exterior y aquí te has dado cuenta de que no te han apoyado en tu momento actual.

## 3. Análisis de la red de apoyo

Nuestra red social intenta aprovechar la energía y el talento existente en la familia, la vecindad, las amistades, compañeros/as, otras instituciones, etc.

Las personas con las que interactuamos se pueden clasificar en función de la intensidad del vínculo o de la intimidad de la relación:

- Mantenemos las relaciones más íntimas con familiares o amistades cercanas. Estas personas se sitúan en el **primer círculo** de relaciones.

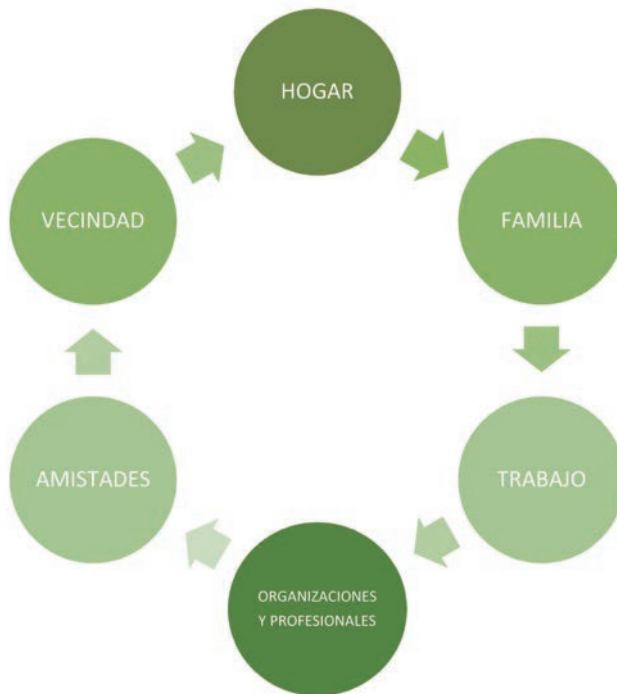
- En el **círculo intermedio** se situarían las relaciones con un intercambio menor de intimidad, como son diferentes familiares o relaciones sociales.
- Y, por último, un **círculo externo** de personas conocidas y relaciones ocasionales como el vecindario, compañeros/as de trabajo o de otras actividades, etc.

*Se solicita que recuperen la hoja anteriormente realizada y clasifiquen los diferentes apoyos que tienen en los círculos correspondientes:*

- *Primer círculo: las relaciones más íntimas.*
- *Círculo intermedio: para las personas con las que tienes relaciones menos intensas.*
- *Círculo externo: aquellas personas con relaciones más ocasionales.*

*Se dibujan en la pizarra tres círculos concéntricos a modo de ejemplo. (Se detalla en material complementario).*

También podemos clasificar a estas personas según el área de nuestra vida de la que forman parte, asignándoles uno o varios espacios sociales. Una persona puede participar en más de uno de estos espacios dependiendo de la relación y actividades que desarrollen (por ejemplo: tu prima que además puede ser amiga).



*El listado utilizado anteriormente, también, se puede clasificar por áreas de vida, pudiendo asignar más de una a cada persona integrante.*

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

Al hacer este ejercicio identificamos el tamaño de nuestra red, el número de personas que la integran, valoramos la cercanía según la intensidad del vínculo y establecemos cómo es la composición de esa red al asignar el área de vida o entorno del que forman parte. Es decir, analizamos varias de las características de nuestra red social de apoyo.

Otro de los indicadores de la red, de gran importancia, es la **direccionalidad** de la ayuda (la persona de referencia da la ayuda o la recibe).



### Dinámica 1. Dirección de la ayuda

Para finalizar con el análisis de la red hacemos una valoración de los apoyos recibidos, se trata de la cuantificación del apoyo **percibido** de cada una de las personas de su red.

Para esta valoración seguiremos una adaptación de la **Evaluación de Redes Personales de Apoyo de Penados (E.R.P.A.P)**. Nos ofrece un sistema sencillo para cuantificar el apoyo percibido diferenciándolo en cuatro modalidades:

- **Económico:** es el concepto de apoyo instrumental y se refiere a las prestaciones o ayudas materiales que puedes recibir.
- **Informativo:** consiste en toda la ayuda que puedes tener cuando recibes datos, ideas, sugerencias etc. que contribuyen a la solución de problemas que se te puedan presentar.
- **Evaluativo:** se refiere a todo aquello que el resto puedan decir sobre ti, sobre tus pertenencias o decisiones, calificándolas positiva o negativamente, de modo que te aporten un feed-back útil para tu autorregulación.
- **Emocional:** se trata de cuantas manifestaciones de afecto te permiten sentir cariño y aceptación.

La reciprocidad de la ayuda es un indicador **de salud y calidad de las relaciones sociales**.



### Dinámica 2. Valorando nuestros apoyos

## 4. Cómo puedo mejorar mi red

Nuestra comunidad nos fortalece. Contar con un entorno que nos ofrezca protección y apoyo es primordial para nuestra estabilidad y bienestar. Ante las situaciones de crisis y de dificultad, las redes se hacen más necesarias. En estos momentos las personas que componen una comunidad tienden a protegerse y ayudarse. Es por lo que tenemos que

ser conscientes de que nuestra vecindad, los comercios del entorno donde vivimos, nuestra familia, las instituciones públicas, asociaciones, etc. componen esa red tan importante. Mejorar y ampliar nuestra red facilitará una mayor integración y con ello, un estilo de vida más satisfactorio.

Somos seres que necesitamos relacionarnos con otras personas, compartir actividades, emociones, ilusiones, etc. Tener una red social positiva implica tener apoyos emocionales, un estilo de vida activo y esto nos produce en gran medida bienestar y aumenta nuestra autoestima. Pero, no siempre cantidad y calidad están unidos: podemos tener mucha gente al lado o alrededor y sentirnos en soledad y sin apoyo. Por ello, es importante conocer con qué red social contamos y ver si es necesario mejorarla.



### Dinámica 3. Cómo puedo mejorar mi red



### Dinámica 4. Mi Mapa de Red (opcional)



### Dinámica 5. ¿Cómo de nutrida está mi red? (opcional)

Para finalizar se recomienda contar esta historia de **Sawabona** relacionada con la temática de la sesión.

*“Existe una tribu africana que tiene una bonita costumbre. Cuando alguien hace algo perjudicial o errado, ellos llevan a la persona al centro de la aldea y toda la tribu viene y lo rodea. Durante dos días, le dicen todas las cosas buenas que él ya ha hecho y que tiene. Esto lo hace la tribu porque cree que cada ser humano viene al mundo como un ser bueno, deseando seguridad, amor, paz y felicidad. Pero a veces, en la búsqueda de esas cosas, las personas cometen errores; errores que la comunidad ve como un grito de SOCORRO y hay que ayudarles. Entonces la comunidad se une para erguirlo: para reconectarlo con quien es realmente, hasta que él se acuerda totalmente de la verdad, de la cual se había desconectado temporalmente “yo soy bueno”.*

SAWABONA, es un saludo usado en África del sur que quiere decir: “Yo te respeto, yo te valoro. Eres importante para mí”.

*Entonces piensa sobre lo que hacen en esta tribu cuando alguien realiza algo hiriente y recuerda que probablemente necesite más ayuda de ti de lo que te imaginas. Somos seres necesitados de AMOR y este suele curar más de lo que los humanos imaginan. Escucha los gritos de socorro y actúa siempre que puedas.”*



Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

## • **Despedida e ideas fuerza**

- \* Se plantea una lluvia de ideas con las siguientes cuestiones: *¿qué es lo que se ha trabajado hoy?, ¿qué es lo que más os ha llamado la atención? Y ¿para qué puede servir este aprendizaje?*
- \* Se da fin a la sesión haciendo un resumen de las ideas más importantes:
  - La identificación de la **red social** es un proceso subjetivo que una persona hace de reconocimiento de las **relaciones importantes** que existen en su vida.
  - Nuestra red social de apoyo la integran personas de diferentes entornos o ámbitos de nuestras vidas, que pueden estar o no interconectadas entre sí. Esta interconexión es un indicador de la salud de nuestra red.
  - La red nos brinda diferentes tipos de apoyos: **económico, informativo, evaluativo y emocional**.
  - Es posible ampliar la **cantidad y calidad de las relaciones** que forman parte de nuestra red de apoyo social y para ello tenemos que dedicarle tiempo y esfuerzo.
- \* Se despide al grupo hasta la próxima sesión.

## FICHA DE DINÁMICA I



### Dirección de la ayuda

**Objetivo:** : identificar el flujo del apoyo en la red social como un indicador de fortaleza de las relaciones sociales de cada participante.

**Guía para la dinámica:**

- Se elaboran previamente unas tarjetas de cartulina de tamaño pequeño.
- A partir del listado elaborado a lo largo de la sesión, a cada participante se le dan tantas tarjetas como número de personas que conforman su red. Se solicita que escriban los nombres en ellas y posteriormente que las agrupen en tres montones en función de la dirección de la ayuda:
  - Las personas con quienes la ayuda va en ambas direcciones (tú le ayudas tanto como esa persona te ayuda a ti).
  - Las que te ayudan más a ti.
  - A quienes tú ayudas más.

**Duración:** 10 minutos.

**Conclusiones:**

- Analizar la dirección de la ayuda es imprescindible para reconocer con qué apoyos podemos contar, sabiendo que el apoyo que ofrecemos a los/las demás también es muy importante.

**Recursos necesarios:**

- **Tarjetas de cartulinas recortadas y bolígrafos o lápiz.**

## FICHA DE DINÁMICA 2



### Valorando nuestros apoyos

**Objetivo:** valorar los apoyos que cada participante recibe de las personas que conforman su red durante la estancia en prisión o con vistas a una vida en libertad.

**Guía para la dinámica:** utilizando las tarjetas que se han realizado en la anterior dinámica, se solicita que escriban la ayuda que le ofrece esa persona, según las cuatro formas de apoyo (pueden ser varias) poniendo algún ejemplo de la ayuda recibida.

Descripción de formas de apoyo que las personas conocidas nos pueden prestar:

Tipo de apoyo	Ejemplos
<b>Económicos:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Te ingresa peculio o te prestaría dinero.</li><li>➤ Te ha dado o te daría alojamiento.</li><li>➤ Te presta o prestaría libros, apuntes, cosas, etc.</li></ul>
<b>Informativos:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Te da o daría información.</li><li>➤ Busca o buscaría para ti la información que necesitas.</li></ul>
<b>Evaluativos:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Opina sobre tu aspecto externo, tus cosas, etc.</li><li>➤ Opina sobre tu forma de ser.</li></ul>
<b>Emocionales:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Te pregunta por tu vida, actividades, etc.</li><li>➤ Te confía sus preocupaciones y problemas personales.</li><li>➤ Te escucha cuando necesitas desahogarte.</li><li>➤ Mantiene contigo una relación de pareja.</li></ul>

**Duración:** 15 minutos.

#### Conclusiones:

- Los apoyos emocionales están relacionados con muestras de empatía, amor y confianza.
- Los recursos económicos y evaluativos son aquellas conductas dirigidas a solucionar algún problema.
- Los apoyos informativos se basan en recibir información útil para afrontar un problema.

#### Recursos necesarios:

- **Cartulinas, tarjetas recortadas y bolígrafos o lápiz.**

## FICHA DE DINÁMICA 3



### Cómo puedo mejorar mi red

**Objetivo:** desarrollar estrategias para ampliar o mejorar la calidad de las relaciones sociales, conociendo diferentes actividades que se pueden realizar en nuestro entorno.

**Guía para la dinámica:** se plantea realizar un listado de actividades e intereses personales que puedan mejorar la red social de cada participante, así como, alternativas de ocio saludable.

Para ello, se hará una lluvia de ideas sobre posibles actividades, anotando cada una en la pizarra.

Finalmente, se aporta a cada participante una hoja con ejemplos de diferentes actividades para fortalecer y ampliar nuestra red social, solicitándoles que incluyan aquellas que surjan de la lluvia de ideas. **(Documento 3.1).**

**Duración:** 10 minutos

**Conclusiones:**

- Podemos ampliar nuestra red social en nuestro entorno a través de la realización de actividades.
- La forma en que nos relacionamos con nuestro entorno depende, en gran parte, de nosotros/as y de las decisiones que tomamos.

**Recursos necesarios:**

- **Documento 3.1.**

### 3.1

#### Actividades físicas y deportivas

**Conoce los clubes deportivos y/o federaciones:** según tus preferencias en el deporte existen infinidad de club y federaciones, tanto de fútbol, baloncesto, voleibol, natación, baile, jogging, gimnasia, etc. donde podrás colaborar o participar activamente.

**Polideportivos:** puedes acudir a ver las competiciones y/o participar si eres miembro de un club o equipo deportivo.

**Rutas para caminar e ir en bici:** utiliza las zonas habilitadas en tu entorno para poder pasear y utilizar la bici.

**Paseos o actividades organizadas:** inscríbete en actividades grupales que se organicen en la zona de residencia, excursiones, etc.

**Parques** (para hacer ejercicios biosaludables): utiliza los espacios públicos para hacer ejercicio y relacionarte con las personas más cercanas de tu entorno.

**Otras:** meditación, yoga, actividades en la naturaleza, etc.

#### Actividades culturales

**Centros culturales:** conoce la oferta cultural a través de las asociaciones o entidades que realicen actividades en tu zona. Bibliotecas Municipales, Club de lecturas, Asociaciones de promoción del arte y la cultura, etc.

**Participa o conoce los grupos** de matemáticas, ajedrez, grupos de cuentos, poesía, filosofía, etc.

**Música:** aprende a tocar un instrumento o apuntarte a un grupo musical, de folclore, etc. Escucha música que no sueles oír a diario, investiga sobre ella.

**Aprende** un nuevo trabajo manual o estudia a fondo una materia favorita.

**Lee:** existen diferentes tipos de lecturas: crecimiento personal, literatura, historia, etc. Ver revistas de diferentes temáticas para incentivar nuevos intereses.

**Otras:** escribe un diario, realiza mandalas, fotografía, patchwork, etc.

#### Actividades sociales y comunitarias

**Asociaciones vecinales:** tienen multitud de actividades y eventos donde podrás participar y de las que aprender.

**Asociaciones Sociales:** participa activamente y/o como voluntario/a desde las Asociaciones de padres y madres del colegio pasando por asociaciones sociales para los diferentes colectivos que existen en tu zona (menores, personas mayores, con discapacidad, que han inmigrado, etc.)

**Organiza o crea** una asociación, club y/o plataforma que tenga que ver con tus inquietudes o necesidades. También puede ser una plataforma digital.

**Participa en actividades comunitarias** que se realicen en tu zona, algunos ejemplos: campañas de recogida de alimentos, limpieza de la naturaleza, actividades de participación ciudadana, etc.

Otras aportaciones no incluidas que han surgido en la lluvia de ideas

## FICHA DE DINÁMICA 4



### Dibujando mi red (opcional)

**Objetivo:** plasmar de forma gráfica las características que se han identificado y analizado en la red social y detectar carencias en el mapa de red de apoyo.

**Guía para la dinámica:** a continuación, se rellenará un gráfico (**documento 4.1**) en base a los datos recogidos en ejercicios anteriores.

En el centro del gráfico figura escrito el pronombre YO, ya que el círculo central es la persona que dibuja la red y los componentes se irán cumplimentando de dentro a fuera, siendo los más próximos a ti aquellos con los que tengas una relación más íntima y los más alejados aquellos con los que la relación es más ocasional o menos cercana.

Escribe el nombre o las iniciales de las personas, utiliza un color diferente por cada grupo de personas de los ámbitos de tu vida o entornos.

**Duración:** 15 minutos.

#### **Conclusiones:**

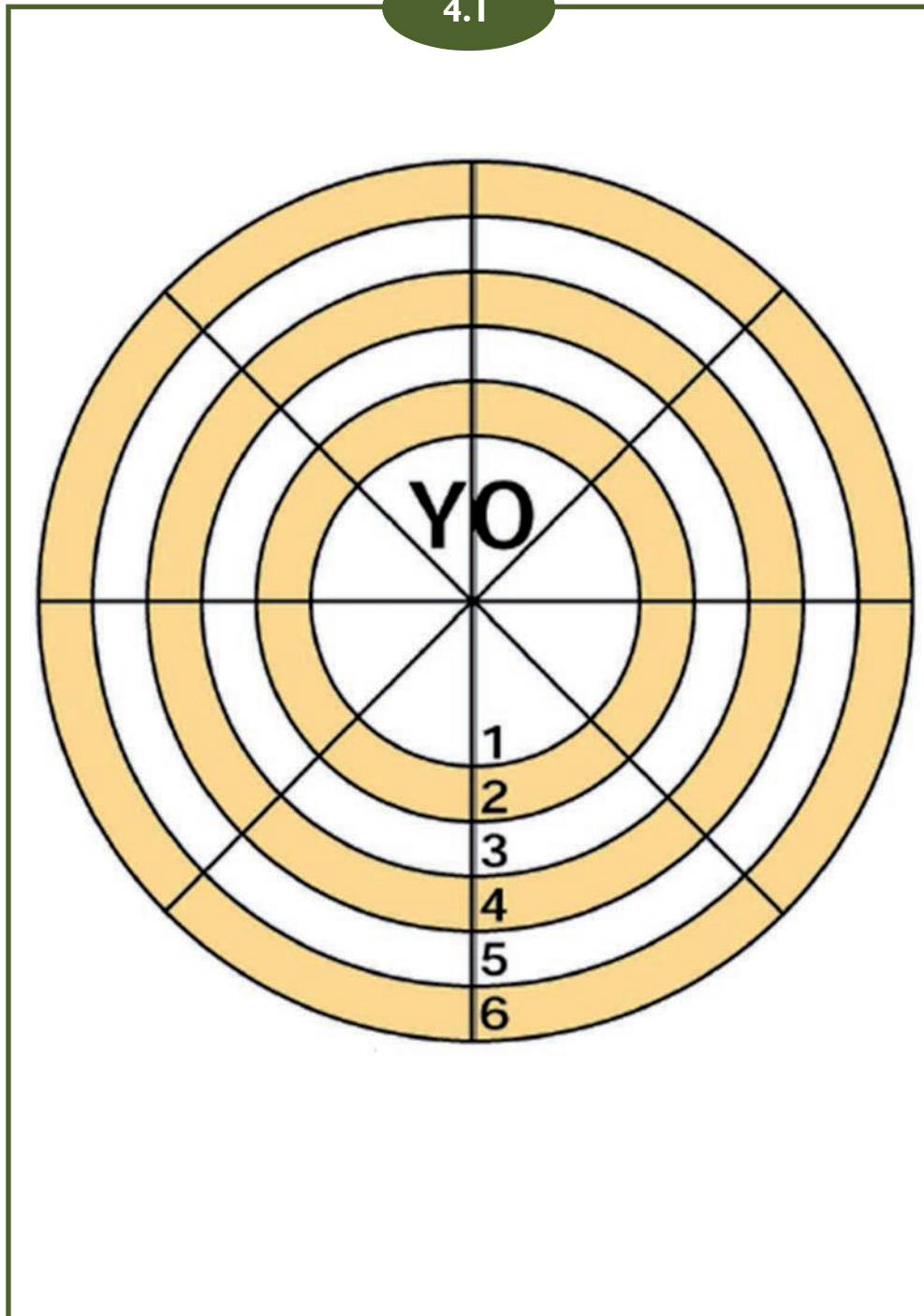
- La red está compuesta por las relaciones entre muchas personas, algunas de las cuales son conocidas por muchos de los integrantes de la red, en tanto que otras solo constituyen un eslabón de la unión de algunas de ellas.
- Recuerda: el mapa de red nos permite visualizar a todas aquellas personas que son significativas y de las que percibimos apoyo. Es una valoración subjetiva, igual hay personas que no están en ese mapa y prestan ayuda en alguna ocasión, aunque no lo percibas.

#### **Recursos necesarios:**

- **Lápices o rotuladores de colores.**
- **Documento 4.1.** Mapa de red.

4.1

Sesión grupal 6. Explorando otras redes de apoyo



## FICHA DE DINÁMICA 5



### ¿Cómo de nutrida está mi red? (opcional)

**Objetivo:** identificar si las personas que conforman el mapa de red están interconectadas entre sí o por el contrario no se conocen.

**Guía para la dinámica:** se solicita a cada participante que usando como base el mapa de la red anterior, unan con líneas las personas que pertenecen a diferentes áreas de la vida o entornos, que se conocen y/o están conectadas.

Se pregunta al grupo si creen que es importante la interconexión entre las personas de diferentes áreas (familia, amistades, compañeros/as, instituciones...) y en qué podría beneficiar esta interrelación.

**Duración:** 10 minutos.

**Conclusiones:**

- La densidad de la red y el volumen de interconexión de las personas puede implicar mayor apoyo.
- Igualmente, si existen muchas interconexiones también puede ser un indicador de mayor control sobre la persona.

**Recursos necesarios:**

- **Lápices o rotuladores de colores.**



## CONTENIDOS COMPLEMENTARIOS

### Conceptos

A la hora de definir el apoyo social debemos tener en cuenta que existen diversas formas de abordar este concepto, ya que existen múltiples definiciones desde diferentes perspectivas (psicología, trabajo social, sociología, etc.) y el único consenso existente es que es **el concepto de apoyo social es de carácter multidimensional**.

El **apoyo social** protege a las personas de las consecuencias negativas, físicas y psicológicas, de los sucesos estresantes. Caplan (1974) enfatiza en el apoyo social como una función básica de la red social que tiende a mantener la integridad física y psicológica del individuo. Y lo sintetiza en asistencia instrumental, apoyo emotivo, consejo y feed-back y al acceso a los recursos y a la información. Este autor define el apoyo social como *“el conjunto de vínculos de la persona que sirven para mejorar la competencia adaptativa del individuo, la capacidad de hacer frente a una crisis breve, ayudar en el paso de transiciones del ciclo vital, apoyar modificaciones de larga duración y a mejorar o sostener situaciones de estrés y de privación”*.

Por otro lado, existen otras perspectivas que ven al apoyo social como un **metaconcepto**, conformado por diversas dimensiones del mismo, las cuales se pueden clasificar en recursos de la red de apoyo (tamaño, estructura y el tipo de relaciones características), actos de apoyo específicos (escuchar, confortar, prestar dinero, socializar o ayudar en determinadas tareas) y evaluación subjetiva del apoyo (percepciones y/o creencias de que sentir integración, cuidados, respeto y que se tienen en cuenta sus necesidades) (Gómez et al., 2001).

Así podemos distinguir la dimensión objetiva y subjetiva del apoyo social:

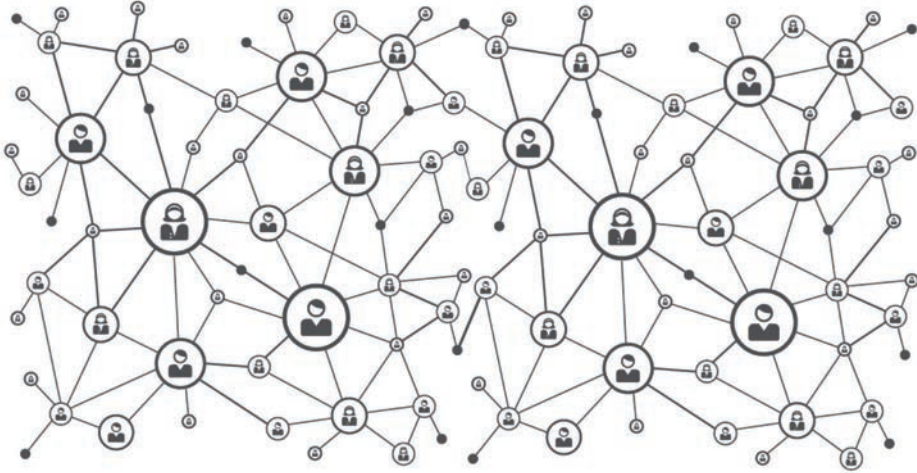
- **Dimensión objetiva:** transacciones reales de ayuda que se producen con respecto a la persona.
- **Dimensión subjetiva:** evaluación que cada persona hace de esa ayuda.

Barrón (1996) plantea que ambos tipos de apoyo deben ser evaluados separadamente, pues ocurre con frecuencia que algunos sujetos se sienten apoyados, aunque no reciban apoyo o en forma contraria, no perciben el apoyo, aunque lo reciban.

### Identificación de la Red de Apoyo (ampliación)

La **identificación** de la red social es un proceso subjetivo que una persona hace de reconocimiento de las relaciones importantes que existen en su vida.

Para cada profesional del trabajo social, este proceso supone conocer las características estructurales e interaccionales del sistema de relaciones en torno a dicha persona, al que llamamos red social.



Sin embargo, no se debe ignorar que, aunque los aspectos estructurales de las relaciones sociales constituyen un elemento básico del concepto de apoyo social, la mera existencia de relaciones no garantiza la provisión del mismo.

## Análisis de la red de apoyo (Ampliación)

Las características **estructurales** que debemos conocer son:

### TAMAÑO

Número de personas de la red social. Es un indicador de posibilidades y oportunidades para dar y recibir apoyo.

### COMPOSICIÓN

Número de diferentes tipos de personas en una red social, familia, amistades, vecinos/as, compañeras/os de trabajo, escuela, centro de día... es un indicador de posibilidad de desarrollar diferentes roles.

### DENSIDAD

Grado de interconexión que tienen los miembros de la red social, es un indicador de apoyo, pero también puede ser de control.

### DISPERSIÓN

Niveles de relación en términos de espacio y tiempo. Es un indicador de facilidad de contacto con los miembros de la red.

Y las **interaccionales**:

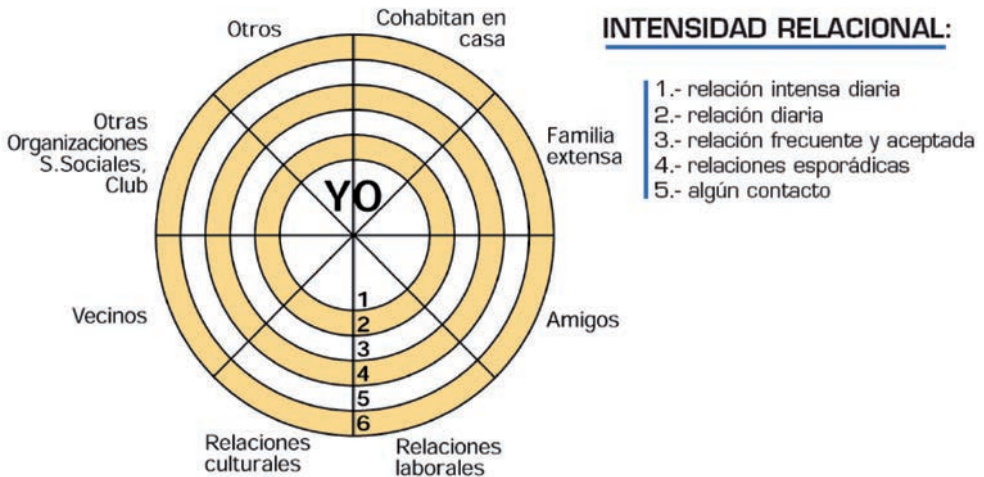
- **Diversidad de vínculos:** es el desarrollo de diferentes roles en una o unas mismas personas significativas para la persona de referencia. Es un indicador del grado de accesibilidad a la red y a diferentes apoyos (p. ej. un vecino que a la vez es primo, es un indicador de flexibilidad de las relaciones dentro de la red).
- **Contenido transaccional:** es el intercambio de ayuda material, emocional o instrumental entre la persona de referencia y los miembros de su red. Es un indicador de las necesidades y potencialidades de la persona de referencia en relación a los miembros de su red.
- **Direccional:** es el grado en que la ayuda afectiva, instrumental o material es dada o recibida por la persona de referencia. La reciprocidad es un indicador de salud y calidad en las relaciones sociales.
- **Duración:** es la extensión en el tiempo de las relaciones de la persona de referencia con los miembros de su red social, es un indicador de estabilidad en las relaciones.
- **Intensidad:** fuerza con la que se percibe el apoyo.
- **Secuencia:** frecuencia de las interacciones.

## El mapa de red social

El mapa de red es una técnica gráfica de mapeo en círculo, muy útil para mostrar visualmente los miembros que componen la red de apoyo de una persona. Plasma la información sobre el tamaño total y la composición de la red, aunque por sí sólo, revela poca información sobre el funcionamiento de las relaciones de esa red.

El mapa de redes se divide en radios y en gradientes de intensidad de las relaciones, según la intensidad de la relación.

La aplicación del mapa de redes implica que cada persona anote en el gráfico a los miembros de su red social en un momento concreto, que será el que decidamos en el momento del estudio. Esta representación sirve para identificar las potencialidades de la red de apoyo, y puede ser utilizada como una manera de concretar los recursos sociales con los que cuenta.





## RECURSOS AUDIOVISUALES

### ■ Vídeo “El poder de las redes sociales”

**Resumen:** se trata de un capítulo del Programa Play-Redes de Radio Televisión Española presentado por Eduardo Punset. En este programa aborda nuestro funcionamiento como grupo social y para ello entrevista al profesor James Fowler, experto en redes sociales.

**Duración:** 28:14 minutos.

**Enlace:** <https://www.rtve.es/television/20110403/poder-redes-sociales/421888.shtml>

### ■ Vídeo “Redes de apoyo”

**Resumen:** se explica mediante dibujos qué son, quienes la conforman y para qué sirven las redes de apoyo.

**Duración:** 2:29 minutos.

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=IV503icmax8>

### ■ Vídeo “El arte perdido de pedir ayuda”

**Resumen:** vídeo que comienza y finaliza con frases y música. Se desarrolla un corto con dibujos animados de la sabana donde participan varios animales: suricata, monos, orangután y rinoceronte que escenifican como uno de los monos utiliza todos los medios a su alcance para no pedir ayuda. ¿Te atreves a pedir ayuda? ¿Pedir ayuda es tu último recurso?

**Duración:** 5:14 minutos.

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=XO-7GiYuFJA>

### ■ Vídeo “Mapa de redes”

**Resumen:** vídeo que facilita información escrita y auditiva de qué es el mapa de red, cómo se elabora, así como su composición, características y funciones del mapa de red.

**Duración:** 5:02 minutos.

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=guBK7pLqExY&t=18s>

### ■ Vídeo “Red Social y Mapeo de redes”

**Resumen:** vídeo elaborado por la Universidad Nacional abierta y a distancia UNAD donde de forma muy rápida visualiza mediante dibujos un mapa de red y su composición.

**Duración:** 1:17 minutos.

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=r4ZfSKrygRg&t=8s>

### ■ Vídeo “Las Redes Sociales: Intervención Social”

**Resumen:** vídeo dirigido a profesionales del Trabajo Social, elaborado por Juan María Prieto Lobato de la Universidad de Valladolid que contiene información de las redes sociales y como son fuente, objeto y sujeto de intervención social.

**Duración:** 6:38 minutos.

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=UD4ig25Jgek>





**SESIÓN GRUPAL 7**  
**PERSONAS PENADAS**  
**MEJORANDO**  
**LAS RELACIONES**  
**SOCIOFAMILIARES**







# 7

## Sesión grupal 7. Mejorando las relaciones sociofamiliares

### FICHA RESUMEN DE LA SESIÓN GRUPAL

#### \* **Objetivo de la sesión**

- Proporcionar pautas para relacionarse de manera saludable en el entorno sociofamiliar.

#### \* **Contenidos de la sesión**

- Estrategias para la mejora de las relaciones personales y la convivencia sociofamiliar.
- La habilidad para comunicarse en las relaciones personales.
- Cómo prevenir y afrontar conflictos en las relaciones personales.

#### \* **Duración**

2 horas y media.

#### \* **Introducción**

Con esta sesión pretendemos desarrollar herramientas para mejorar la convivencia y las relaciones personales, dando énfasis a la adquisición de estrategias de comunicación asertiva y de resolución adecuada de los conflictos que se producen en el entorno sociofamiliar.

Es necesario resaltar que el cumplimiento de una condena puede deteriorar o mejorar las relaciones sociofamiliares. Superar satisfactoriamente esta situación, va a depender en gran medida de cómo el entorno sociofamiliar y la persona penada se enfrenten a esta experiencia.



# 7

## Sesión Grupal 7. Mejorando las relaciones sociofamiliares

«Construyendo **pilares** sólidos y potenciando **vínculos** saludables se adquieren **alianzas** fuertes para la inclusión social».

### • Inicio y bienvenida

- \* Se da la bienvenida al grupo y se comprueba la asistencia.
- \* Se presenta el tema a tratar en la sesión, señalando los horarios de inicio, descanso y finalización.
- \* Se recuerdan las reglas básicas de participación, siendo imprescindible mantener el respeto, discreción y apoyo cuando se traten temas de contenido sensible y privado, no interrumpiendo ni acaparando la atención del grupo.

### • Desarrollo de la sesión

*Esta sesión se orienta a potenciar las relaciones con el entorno sociofamiliar más cercano, sin embargo, se tiene en cuenta que existen realidades particulares que, por su efecto nocivo, hacen preciso cortar vínculos de forma que no perjudiquen su evolución y proceso personal. La detección de estos patrones de comportamiento, dañinos y/o perjudiciales, se abordará por parte de cada profesional de trabajo social en futuras intervenciones individuales.*

El cumplimiento de una condena y, en especial, la privación de libertad es una etapa de cambios profundos y complejos, que pone a prueba nuestras capacidades y transforma, en considerables casos, la percepción que tenemos de la vida y de nuestras prioridades. Este puede ser un camino para reflexionar, conocernos más y fortalecer nuestro sistema sociofamiliar. Sin embargo, las relaciones familiares y personales pueden verse mermaidas, experimentar cambios y/o iniciar un proceso de crisis (malentendidos, alteraciones en la rutina de la vida diaria, tensiones, conflictos, etc.). Por ello, es importante ser conscientes de esta realidad y aprender estrategias que nos ayuden a enfrentarnos a las situaciones adversas de forma adecuada.



### Dinámica I. Papel arrugado

## I. Herramientas para mejorar las relaciones sociofamiliares

Exponemos algunas **estrategias y/o herramientas básicas** a tener en cuenta para mejorar las relaciones personales:

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

- ★ **Expresar cómo nos sentimos:** explicar las emociones que sentimos ayuda a generar empatía, esto es, a ponerse en el lugar de la otra persona, lo que tiene una gran importancia a la hora de desarrollar actitudes de respeto y comprensión. De esta manera, creamos un clima positivo de comunicación, que facilita mayor confianza y cercanía con nuestra familia y/o amistades. *Se plantea que reflexionen si normalmente: expresan a su entorno sus emociones y cómo se sienten al hacerlo.*
- ✓ **Se visiona el vídeo.**  
#tequiero <https://www.youtube.com/watch?v=KfIdVM0IVq4>
- ★ **Fortalecer los lazos:** dedicar atención y compartir aspectos de nuestras vidas cotidianas beneficia nuestro vínculo con el resto. Tener pequeños gestos de cariño ayuda a generar un ambiente emocional positivo. *Se solicita que expongan, desde su situación actual, aquellos pequeños gestos que pueden tener o tienen con sus familiares para fortalecer sus lazos (cartas, manualidades, compromisos, etc.).*
- ★ **Tiempo y calidad del tiempo:** es importante dedicar tiempo para que las relaciones crezcan y se nutran de buenos momentos. Realizar actividades conjuntas, tradiciones familiares, culturales y/o crear momentos especiales permiten conocerse mejor. Reconocemos que, en la situación actual, este aspecto se ve limitado, pero hay que intentar prestar atención a los acontecimientos importantes de nuestros seres queridos: cumpleaños, fechas conmemorativas, celebraciones familiares y aquellos que comporten un grado de intimidad. *Se pregunta: ¿suelen festajar estos momentos? o ¿suelen olvidarse de las felicitaciones familiares?, se reflexiona si dan importancia a compartir los momentos tradicionales con la familia (navidades, bautizos, velatorios, cumpleaños, etc.).*
- ★ **Flexibilidad, paciencia y aceptación:** la resistencia a los cambios genera múltiples conflictos. La flexibilidad, sin embargo, nos permite adaptarnos a los cambios con mayor normalidad. No significa dejarse llevar, sino tener criterio propio y una capacidad de reflexión respecto a las cuestiones que nos van ocurriendo. Se pueden mitigar pequeños conflictos simplemente actuando desde la calma y dejando tiempo para que las emociones se apacigüen. Para momentos tensos y de estrés, existen técnicas de relajación, respiración o visualización muy eficaces. *Se puede realizar algún ejercicio para que exploren el poder de la respiración en el cuerpo.*
- ★ **El respeto como norma máxima:** las diferencias nos enriquecen y aunque no estemos de acuerdo con el resto, debemos respetarles, para que nuestras relaciones sean más saludables. Este debe ser un valor inquebrantable que nos ayudará a tener mayor estabilidad y relaciones más equilibradas.
- ★ **Comunicarnos asertivamente:** las relaciones personales positivas se establecen y se fortalecen mediante una comunicación adecuada. Permite sentirnos mejor con nosotros/as mismos/as y a su vez, con el resto. *En esta sesión se practicará esta herramienta.*

Estos aspectos deben prevalecer en nuestras relaciones personales con la finalidad de construir una red de apoyo con un gran potencial, donde cada persona se nutre del resto. Las relaciones personales que funcionan son aquellas en las que se **trabaja como un equipo** y donde existe un grado de **cercanía y afectividad** que contrarresta los factores de riesgo que la vida tiene por sí misma, por ello, debemos dedicar tiempo y esfuerzo para conseguir este propósito.

Cada persona, de forma individual, establece cuáles son las áreas de mejora que necesita fijar. Existen algunas acciones básicas que pueden ser de mucha utilidad para una adecuada convivencia:

- Mejorar las estrategias de **comunicación**.
- Establecer y cumplir las **normas** de convivencia.
- Contar con herramientas para enfrentarnos a los **conflictos** y las **dificultades**.

*Esta sesión se centra en los elementos básicos para mejorar la comunicación y la adquisición de herramientas para afrontar los conflictos que se puedan originar en la convivencia.*

## 2. Mejorar la comunicación

*Se plantean las siguientes preguntas: en el día a día ¿os comunicáis con facilidad? ¿Por qué creéis que es importante la comunicación? Se explica que, en la mayor parte de nuestro día, estamos comunicándonos. Comunicar lo que queremos expresar no es fácil, ya que se necesitan ciertas estrategias y práctica. A continuación, vamos a conocer algunas de estas estrategias.*

La comunicación es parte de la vida, mientras interactuamos estamos constantemente comunicando, pero a pesar de que es intrínseca al ser humano, nos damos cuenta de que comunicarnos bien es complejo. En el periodo de internamiento en prisión se pueden producir cambios en las relaciones con nuestra familia y amistades. Es un momento difícil ya que las **vías de comunicación se ven modificadas** (relación por carta, llamadas de teléfono de corta duración, visitas limitadas, etc.), por tanto, nos podemos encontrar con diferencias en nuestra relación. Existirán momentos de **apertura, reconocimiento y valoración** y, en otros casos, momentos de **silencios, reservas y aislamiento**. Hay que ser conscientes de la carga emocional que supone este trance y crear canales adecuados de comunicación que permitan expresar, apoyar y entendernos mejor.

Asimismo, el entorno familiar es un espacio cercano e íntimo, donde la propia convivencia o las relaciones pueden dar lugar a desencuentros constantes. Por ejemplo, cuando hablamos con una persona de nuestra familia con la que no tenemos buena relación, la forma en la que nos expresamos puede derivar en un mayor distanciamiento o en un acercamiento.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

Son múltiples las situaciones que, en la mayoría de las familias, pueden derivar en conflictos: reuniones familiares, herencias, etc. Para afrontarlas, será fundamental desarrollar una buena **comunicación familiar**, identificando **qué situaciones y actitudes** ponen en peligro el entendimiento en nuestro entorno familiar y, una vez detectadas, promover **una comunicación asertiva**.

*Se pregunta si recuerdan o conocen qué significa la asertividad. (Definición en **contenidos complementarios**). Las respuestas se enlazan con el siguiente vídeo y con la temática de la comunicación asertiva.*

✓ **Se visiona el vídeo. ¿Qué es la asertividad? ¿cómo desarrollarla?**

<https://www.youtube.com/watch?v=Bs6u8JFLG84>

## 2.1. La comunicación asertiva



### Dinámica 2. ¿Cómo nos comunicamos?

La **comunicación asertiva** es una manera de comunicarnos que nos permite reconocer nuestros propios derechos y defenderlos respetando, al mismo tiempo, a las demás personas. Las relaciones personales se establecen y se fortalecen con este tipo de comunicación ya que permite sentirnos mejor con nosotros/as mismos/as y, a la vez, con el resto. Implica que, ante acontecimientos que nos afectan, expresamos de manera **clara, directa y sencilla** los sentimientos que nos provocan y escuchamos a la otra parte de forma asertiva. Esto ayuda a que nos comuniquemos mejor.

Es importante que conozcamos que todas las personas tenemos diferentes derechos asertivos. Destacamos los siguientes derechos a:

- **Expresar ideas y sentimientos** propios.
- **Decir no** ante una petición, sin sentirnos culpables.
- Cometer **errores**.
- **La privacidad, reciprocidad**, etc.

Para comunicarnos asertivamente es importante realizar:

- Mensajes en primera persona (“Yo me siento mal cuando haces eso” “Yo pienso que a lo mejor podríamos”) sin juicios de valor o sin juzgar.
- Mensajes que expresen nuestras necesidades, intereses, preocupaciones, sentimientos, opiniones, deseos y decisiones.



### Dinámica 3. Practicando la comunicación asertiva

La comunicación está guiada por los sentimientos y por la información que transmitimos y comprendemos. **Expresar las emociones** que sentimos ayuda a generar **empatía**, esto es, a ponerse en el lugar de la otra persona, lo que tiene una gran importancia a la hora de desarrollar actitudes de respeto y comprensión. De esta manera creamos un clima positivo de comunicación, donde nuestra familia y amistades pueden sentir más confianza y cercanía.

## 2.2. La escucha activa

En la comunicación asertiva es imprescindible **saber escuchar** y respetar las opiniones del resto de personas, por muy distintas o extrañas que parezcan. Cada persona debe hacerse responsable de sus opiniones y emociones y permitir, así, una mejor comunicación y un ambiente de mayor comprensión. *En los contenidos complementarios de esta sesión existe material técnico para profundizar en este punto.*

### Cómo practicar la escucha activa:

- **Observando:** atendiendo a las expresiones, a los sentimientos que expresa, a los gestos y a las señales de cada interlocutor/a. Nunca juzgar y nunca dar por hecho que se ha comprendido el mensaje antes de que acabe de exponerlo.
- **Expresando:** quien nos habla debe captar, por nuestra actitud, que le atendemos. Es importante mantener el contacto visual y asentir con movimientos de cabeza. También debemos acompañar nuestros gestos con expresiones verbales: “claro, entiendo”, “ya veo”, etc. Por último, es conveniente **devolver** la información que hemos recibido para asegurarnos de que la hemos comprendido correctamente (“lo quieres decir es...”).

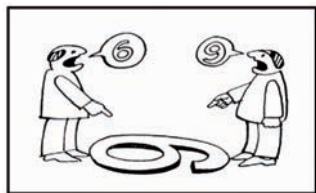
*Se exponen diferentes ejemplos de la escucha no activa: mirar el teléfono móvil en mitad de una conversación, pensar en la lista de la compra mientras me hablan, desconectar o evadirnos de la historia por falta de interés, estar más pendiente en pensar una respuesta rápida, etc.*

Hay que intentar tener una posición abierta hacia lo que escuchamos, las demás personas no tienen por qué interpretar la realidad de la misma forma. Es importante mostrar interés por lo que nos dicen, tanto verbalmente como con un lenguaje gestual y corporal.

**Saber escuchar** es algo que se aprende, como cualquier otra habilidad y hay que crear el hábito si no se tiene. En un principio es necesario concentrarse más para no interrumpir, sin embargo, con el tiempo estará más instaurado en nuestro repertorio de conducta. La escucha es una **actitud** ante la vida y ante las personas que nos rodean.



### 3. Resolviendo conflictos



*Se muestra esta imagen y se pide que reflexionen sobre lo que les trasmite. Se plantea la siguiente pregunta al grupo: ¿cuáles son los conflictos que se repiten habitualmente con vuestras familias o amistades? Se deja un espacio para que compartan las dificultades que tienen o han tenido con las personas que les apoyan.*

Los desencuentros y/o **conflictos** son inevitables, son parte de la vida y pueden ser oportunidades para reflexionar sobre las diferentes maneras de percibir y resolver una situación. Imaginar un entorno feliz y armónico que surge de manera espontánea, no es real, es preciso esforzarnos para conseguir una comunicación asertiva que mejore nuestra convivencia familiar. Cada persona tiene su propia manera de transmitir las cosas, pero si **aprendemos a comunicarnos** de forma **respetuosa**, con una **escucha activa, empática y asertiva**, las relaciones serán más armoniosas.

En todas las familias y en las relaciones personales existen los conflictos y éstos forman parte de la vida cotidiana, el problema surge cuando las diferencias se afrontan de manera inadecuada y son repetitivas en el tiempo. En los **desencuentros familiares** lo relevante será analizar **cómo nos enfrentamos a ellos**, ya que si lo hacemos convenientemente repercutirá en una positiva convivencia. Las posibles rencillas en nuestro entorno relacional nos deben alentar al cambio y a la mejora. Para que esto se lleve a cabo tenemos que adquirir herramientas que nos ayuden a resolver las desavenencias de la manera más efectiva.

Los **conflictos familiares** son los más personales, ya que son los que suceden con las personas más cercanas, con las que se tiene más confianza, comparte convivencia, etc. Raramente ocurren por sucesos aislados, tienen su historia en comportamientos pasados, experiencias y conversaciones que, tomados en su conjunto, agravan la intensidad del conflicto.



#### Dinámica 4. Resolviendo un conflicto

Para alcanzar una **convivencia saludable** es necesario invertir tiempo y esfuerzo en mejorar las relaciones sociofamiliares día a día. En la actualidad nos encontramos en un proceso de cambio y crecimiento, aprendiendo **herramientas básicas** para la mejora de las relaciones personales. Para que estas cuestiones puedan ser integradas de forma más efectiva, es importante que el entorno familiar conozca y apoye los cambios y los esfuerzos que estamos haciendo. Por este motivo, en las sesiones grupales con las personas de apoyo también se facilitarán estrategias de mejora de la comunicación, para que de forma conjunta podamos mejorarlas.

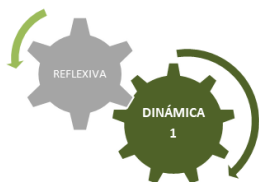
- ✓ Se puede profundizar en este tema con el vídeo **¿Cómo resolver los conflictos? Rafael Santandreu** <https://www.youtube.com/watch?v=wdj1VxmtleM>

Concluimos que la unión armoniosa de los miembros de nuestro entorno no es tarea sencilla, pero podemos resolver muchos de los problemas cotidianos, que suceden en la convivencia, si aprendemos estrategias para ello. Crear **relaciones duraderas y saludables** que den mayor **estabilidad a nuestra vida** es un proceso lento y requiere de esfuerzo constante.

Se motiva al grupo a continuar practicando esta herramienta de la comunicación asertiva en el futuro ya que nos puede ayudar a:

- **Minimizar la probabilidad de la aparición de conflictos**, o bien, una vez surgidos, facilitar su resolución.
  - **Proteger nuestros derechos y respetar los de la gente.**
  - Lograr **nuestros objetivos sin ofender** a otras personas.
  - **Sentir satisfacción** y tener más confianza.
  - Expresar nuestra **opinión con claridad.**
- **Despedida e ideas fuerza**
    - ✱ Se plantea una lluvia de ideas con las siguientes cuestiones: *¿qué es lo que se ha trabajado hoy?, ¿qué es lo que más os ha llamado la atención? Y ¿para qué puede servir este aprendizaje?*
    - ✱ Para cerrar la sesión con una emoción positiva y replantearnos las cosas que realmente tienen valor respecto a las relaciones personales proyectamos el **Vídeo - Experimento social.** <https://www.youtube.com/watch?v=H-H0xdZDsd0>
    - ✱ Se da fin a la sesión haciendo un resumen de las ideas más importantes:
      - Para mejorar nuestra adaptación a la familia es importante la cohesión, la flexibilidad y el estilo de comunicación que mantengamos. ¡Está en nuestra mano poder mejorar!
      - Para tener una **convivencia saludable**, es necesario adquirir herramientas concretas e invertir tiempo y esfuerzo. En nuestras relaciones personales (familiares y amistades), comunicarnos asertivamente y resolver los conflictos de forma adecuada ayudará a relacionarnos mejor.
    - ✱ Se da cierre a las sesiones grupales con las personas penadas, se les pregunta cuál ha sido su valoración general. Se da las **gracias por el trabajo realizado.**
    - ✱ Se entrega el **cuestionario de evaluación anónimo** de este taller (el documento se encuentra al final de esta sesión).
    - ✱ **Se despide** al grupo en su conjunto, la siguiente sesión será de forma individual.

## FICHA DE DINÁMICA I



### Papel arrugado

**Objetivo:** identificar quiénes son las personas más relevantes en su vida y cómo sus actos hacia ellas pueden tener consecuencias difíciles de restablecer.

**Guía para la dinámica:** se solicita a cada participante que dibuje un corazón en una hoja en blanco y escriba dentro el nombre de las tres o cuatro personas que más quiere y que más le importan. Una vez terminado, se pide que lo arruguen y hagan una bola de papel. A continuación, se solicita que desarruguen la bola e intenten dejarlo como estaba al principio (sin arrugas).

Se pregunta al grupo: *¿creéis que existe alguna forma para que se borren esas marcas en el papel?* Posteriormente, se solicita que relacionen este ejercicio con comportamientos que han tenido con seres queridos, analizando si creen que se puede borrar el daño ocasionado. Se deja un breve espacio para reflexionar en grupo.

**Duración:** 10 minutos.

#### Conclusiones:

- Reflexionar sobre lo difícil que es **olvidar y/o perdonar** los fallos o errores que hemos o han cometido con nosotros/as y destacar la importancia de restablecer estos daños, pero, principalmente, prevenir para que no sucedan.
- Tomar conciencia de las huellas que podemos dejar. Para que estas marcas no hagan mella, es importante **mejorar nuestras relaciones sociofamiliares**.

## FICHA DE DINÁMICA I (continuación)

- Finalizar con un **punto de vista positivo**, según la metáfora del papel: éste se puede leer a pesar de que esté arrugado, se puede planchar con una «plancha» y, sobre todo, las marcas nos pueden servir de recordatorio de cuáles son las situaciones que no se pueden repetir y, así, recordar la importancia de evitar lastimar a quienes queremos en nuestra vida.

### Recursos necesarios:

- **Un folio en blanco y un bolígrafo para cada participante.**

## FICHA DE DINÁMICA 2



### ¿Cómo nos comunicamos?

**Objetivo:** conocer los estilos de comunicación, pasiva, agresiva y asertiva, profundizando en la asertiva como la más adecuada para las relaciones personales.

**Guía para la dinámica:** cada profesional de trabajo social expone las características de diferentes tipos de comunicación que existen:

- **Pasiva:** carece de habilidad para defender sus propios derechos o intereses, no expresa sus sentimientos y opiniones y se inclina ante los deseos del resto. *Utiliza bajo volumen, tartamudeo, silencios, huye del contacto ocular, inseguridad, etc.*
- **Agresiva:** tiende a enfatizar la defensa de los derechos e intereses individuales expresando sentimientos y pensamientos de forma inapropiada. Carece de habilidades y muestra una actitud verbal o física violenta. *Utiliza un volumen elevado, fluidez verbal precipitada, estilo tajante y tendencia a contratarcar, gestos corporales tensos, invade el espacio de la otra persona, contacto ocular retador, etc.*
- **Asertiva:** permite defender sus propios derechos y al mismo tiempo, respeta los del resto. *Utiliza un lenguaje fluido y claro, un tono adecuado acompañado de un gesto corporal armónico.*

Posteriormente, se reparte a cada participante el **documento 2.1** y **documento 2.2**. Se solicita que piensen en la persona más pasiva y sumisa que conozcan y anoten en el documento 2.1 las características que tiene ese comportamiento y su lenguaje no verbal (para ello se podrán ayudar con el **documento 2.2**).

Se pide a una persona voluntaria que se levante y actúe alrededor del aula utilizando una actitud y lenguaje no verbal de este tipo de personas. Se interactuará con esa persona para que se produzca una conversación donde se vea de manera gráfica este tipo de comunicación. (Por ejemplo, diciéndole “esa camisa que llevas es horrorosa”).

## FICHA DE DINÁMICA 2 (continuación)

Seguidamente, deberán imaginar a la persona más **agresiva** que conozcan y escribir las características de su comunicación agresiva. De nuevo una persona voluntaria, lo escenificará por el aula y se le hará la misma crítica.

Se solicita que piensen en una persona que conocen que resuelve los conflictos positivamente, sin hacernos sentir mal y sin alterarse. Se pide que escenifiquen **de forma asertiva**, al igual que en los ejemplos anteriores, en este caso, sin hacer sentir mal a la otra persona.

Se promueve un debate analizando los distintos estilos comunicativos y cómo se pueden sentir en cada uno de ellos. Mostrar diferentes ejemplos de comportamientos asertivos, en situaciones cotidianas, que se pueden dar con la persona que le apoya en el exterior. (Solicitar dinero y que nos lo niegue, que nos diga algo que no nos guste, etc.).

**Duración:** 20 minutos.

### **Conclusiones:**

- Para afrontar las situaciones más conflictivas podemos comunicarnos de diferentes maneras (agresiva, pasiva o asertiva). Los mejores resultados para todas las partes se identifican con la comunicación asertiva.
- La asertividad permite expresar los pensamientos, sentimientos, ideas, opiniones o creencias al resto de manera apropiada sin que se sientan mal o se quebranten sus derechos, pero tampoco los propios.

### **Recursos necesarios:**

- **Documento 2.1.** Análisis de los tipos de comunicación.
- **Documento 2.2.** Características verbales y no verbales de la comunicación.

**ANALIZO LOS TIPOS DE COMUNICACIÓN**

**2.1**

PERSONA CON	CARACTERÍSTICAS ¿CÓMO SON?	LENGUAJE NO VERBAL ¿CÓMO LO EXPRESA SU CUERPO?
COMUNICACIÓN PASIVA/SUMISA		
COMUNICACIÓN AGRESIVA		
COMUNICACIÓN ASERTIVA		

2.2

Existen **tres estilos básicos de comunicación interpersonal**, con las siguientes características a nivel verbal y no verbal:

	<b>ESTILO PASIVO</b>	<b>ESTILO AGRESIVO</b>	<b>ESTILO ASERTIVO</b>
	Sumisión, pasividad, retraimiento y tendencia a adaptarse excesivamente a las reglas externas o a los deseos de otras personas, sin considerar los propios intereses, sentimientos, derechos, opiniones y deseos.	Consiste en no respetar los derechos, sentimientos e intereses de otras personas y, en su forma extrema, incluye conductas como ofender, provocar o atacar.	Capacidad de expresar de forma clara nuestros sentimientos, preferencias, necesidades y opiniones de forma adecuada, respetando, al mismo tiempo, los del resto.
<b>COMPORTAMIENTO VERBAL</b>	Vacilante/ Titubeante: "quizás", "supongo que", "ejem...", "bueno...", "tal vez...", "no, no te molestes..."	Impositivo: "tienes que...", "no te tolero", "no te consiento". Interrumpe al resto, da órdenes, no escucha, etc. Palabras ofensivas, amenazas, comentarios sarcásticos...	Firme y directo: "deseo", "opino que", "me estoy sintiendo...", "¿qué piensas". Discurso respetuoso, claridad y coherencia.

**CARACTERÍSTICAS VERBALES Y NO VERBALES DE LA COMUNICACIÓN**

**Sesión grupal 7. Mejorando las relaciones sociofamiliares**



2.2 (cont.)

CARACTERÍSTICAS VERBALES Y NO VERBALES DE LA COMUNICACIÓN (cont.)

	ESTILO PASIVO	ESTILO AGRESIVO	ESTILO ASERTIVO
COMPORTAMIENTO NO-VERBAL	<p>Postura corporal retraída.</p> <p>Ausencia de contacto visual.</p> <p>Voz baja, tono de voz vacilante.</p> <p>Posición de la cabeza hacia abajo.</p> <p>Evita totalmente la situación debido a su falta de control y la ansiedad que ésta le genera.</p>	<p>Postura erecta del cuerpo.</p> <p>Movimientos y gestos amenazantes.</p> <p>Falsa seguridad.</p> <p>Mirada fija y agresiva.</p> <p>Volumen de voz elevado.</p> <p>Habla rápido.</p> <p>Tono imperativo.</p> <p>Invade el espacio del/la interlocutor/a.</p>	<p>Expresión social abierta (no defensa ni huida).</p> <p>Ausencia de tensión muscular.</p> <p>Postura relajada.</p> <p>Cabeza alta y contacto visual (pero no altiva, no se retira del espacio físico de la situación).</p> <p>Actitud de escucha.</p> <p>Tono de voz firme.</p> <p>Espacio interpersonal adecuado.</p>

## FICHA DE DINÁMICA 3



### Practicando la asertividad

**Objetivo:** aprender a manejar la asertividad a través de diferentes situaciones de la vida cotidiana.

**Guía para la dinámica:** se presenta al grupo, progresivamente, una serie de situaciones prácticas reflejadas en el **documento 3.1.**

Se piden personas voluntarias para que puedan responder a las diferentes cuestiones que se plantean y poder trabajar así la asertividad. Se dejan unos minutos para cada una de las situaciones planteadas.

**Duración:** 15 minutos

**Conclusiones:**

- Todas las personas, quizás, podamos ser asertivas en determinadas circunstancias y no en otras. Quizás, podamos ser asertivas con algunas personas, pero no con todas. Sin embargo, el estilo de comunicación eficaz es aquel que se adecua y ayuda a conseguir los objetivos propios respetando al resto.

**Recursos necesarios:**

- **Documento 3.1.** Casos prácticos

### 3.1

- 1.- Dar tres respuestas diferentes, de forma agresiva, pasiva y asertiva a la siguiente situación: **Compartes habitación con un amigo** y os organizáis los sábados para hacer el zafarrancho de limpieza. Es sábado y tu compañero de piso desaparece sin avisar, por lo que has tenido que limpiar tú sólo. Cuando ves a tu amigo, te cuenta que estaba jugando a las cartas y te dispones a decirle lo que piensas.
- 2.- Exponemos dos respuestas ante una misma situación, deben posicionarse en aquella en la que se sienten más cómodos/as. **Trabajas en el economato y un compañero de trabajo te dice lo mal que estás haciendo el café de máquina.**
  - “Pero ¿qué te crees, Don Perfecto? Te pasas la vida buscando fallos en el resto, como si tú fueras el único que lo haces bien todo. ¡Deberías mirarte un poco a ti mismo!”
  - “Creo que al decirme eso lo que quieres es que mejore, pero al decírmelo de ese modo, me he sentido frustrado. Tengo la sensación de que cuando te refieres a cómo trabajo me dices principalmente los fallos y eso me desanima. Creo que, si también te fijas en las cosas que hago bien, estaría más animado y sería más útil. Intento mejorar, ¿cómo crees que puedo hacerlo mejor?”
- 3.- Pedimos que reformulen la siguiente situación de forma asertiva. **Somos un adolescente y nuestro padre nos dice “A veces, siento, que lo haces todo fatal ¿Te has dado cuenta de que el ejercicio está mal hecho?” Me tienes harto. Yo no te digo todo lo que haces mal, a pesar de que es así. Vamos a acabar mal. Déjame en paz.**
  - Ejemplo respuesta asertiva para profesional: “hoy estoy muy cansado, es posible que haya cometido algún error, pero me hace sentir triste y desanimado que me descalifiques de esa manera por un fallo que he cometido ¿podrías ayudarme o concretar aquello que pueda hacer para mejorar el ejercicio?”
- 4.- Pedimos que reformulen la siguiente situación de forma asertiva. **Quieres tener el mes de agosto de vacaciones, pero normalmente es el mes que se coge tu compañera de trabajo, este año lo deseas tú porque tu pareja tiene vacaciones ese mes. “Este agosto voy**

### 3.1 (cont.)

**a coger las vacaciones yo, no cuentes conmigo para cambios, porque no puedo y siempre las coges tú”.**

– Ejemplo de respuesta asertiva para profesional: “Mi pareja coge vacaciones en agosto, me gustaría poder disfrutar unos días con ella porque no solemos coincidir. Entiendo que es importante para ti coger este mes, pero ¿podrías este año cambiarme el mes de vacaciones? Y el próximo eliges tú”.

5.- Pedimos que reformulen la siguiente situación de forma asertiva. **Te invitan a cenar unas amigas, pero no te apetece. Me invento cualquier excusa y me olvido del tema.**

– Posible respuesta asertiva: “os lo agradezco, pero llevo una semana horrible, estoy agotada y necesito descansar”. Si nos apetece, también, podemos dar una propuesta de otro encuentro: “Venga, nos vemos para la siguiente semana y si queréis os preparo una cena en casa”.

PRACTICANDO LA ASERTIVIDAD. CASOS PRÁCTICOS

Sesión grupal 7. Mejorando las relaciones sociofamiliares

## FICHA DE DINÁMICA 4



### Resolviendo un conflicto

**Objetivo:** identificar los conflictos como una oportunidad para mejorar y crecer.

**Guía para la dinámica:** se hace un breve recorrido por los elementos claves para encontrar soluciones en un conflicto familiar:

- **Encontrar el momento:** si la situación nos altera demasiado, esperar a estar más en calma. Dar un paseo, cambiar el tema de conversación hasta que nos encontremos con más tranquilidad. Cambiar de lugar o de momento favorece que la conversación no tenga tanta carga emocional.
- **Escuchar a la otra persona:** cuando entendemos lo que la otra persona nos quiere decir y se da cuenta que lo escuchamos (con gestos, nuestra postura corporal, parafraseo) ya tenemos parte del camino recorrido. Es importante asegurarnos de haber entendido lo que la otra persona quiere decir. Escuchar con atención, no escuchar para contestar.
- **Explicar nuestra parte:** sin buscar “culpas”, quejas, descalificaciones, críticas, ni dobles mensajes. Expresar cómo nos sentimos, cómo nos encontramos con esta situación. No atacar, explicar desde nuestra posición como “yo” veo la situación (no como “tú” eres). Y proponer un cambio o una idea constructiva.
- **Mostrar afecto y empatía:** ante una situación difícil, el malestar lo inunda todo, por lo que el cariño debe prevalecer. Debemos ponernos en el lugar de la otra persona y preguntarnos ¿qué le pasará para que actúe así? En la respuesta, empezaremos a generar empatía y encauzar nuestra actitud (“estará cansado, ha tenido un mal día, siento que mi manera de actuar le ha podido hacer daño, etc.”).

El grupo se divide por parejas. Se recortan los casos prácticos del **documento 4.1** (con diferentes realidades y vínculos personales) y se entrega uno a cada miembro de la pareja. Deberán decidir quién es cada per-

## FICHA DE DINÁMICA 4 (continuación)

sonaje de la situación planteada. Se les da el **documento Evaluación del Conflicto** y lo completarán individualmente. A continuación, entre ambos deberán escenificar la situación.

Se dejan unos minutos para que compartan con el resto del grupo las impresiones derivadas de la dinámica.

Finalmente, se reparte individualmente el **documento Cómo solucionar un conflicto** y se deja un tiempo para que puedan leerlo y compartan el contenido básico.

**Duración:** 20 minutos.

### **Conclusiones:**

- El conflicto no es bueno ni malo en sí, el modo en el que lo gestionamos es la clave para aprender y mejorar en nuestras relaciones personales.
- Existen recomendaciones básicas para que un conflicto se solucione de manera más efectiva: encontrar un buen momento para solucionarlo, escuchar activamente a la otra persona, hablar desde nuestras emociones, empatizar y cooperar para encontrar alternativas que solucionen el conflicto.

### **Recursos necesarios:**

- **Documento 4.1.** Casos prácticos.
- **Documento** Evaluación del conflicto.
- **Documento** Cómo solucionar un conflicto.

4.1

**CASO 1**

Alejandra tiene que ir a trabajar, pero se ha escapado un momento para ir a recoger las entradas de su equipo de futbol que juega mañana. Cuando ha llegado, hay una cola grande. Lleva casi una hora y está a punto de tocarle el turno. De repente, la persona que está delante se encuentra con unos conocidos y los invita a ponerse con ella en la cola. Son tres personas y esto le hace pensar que va a llegar tarde a trabajar.

**PERSONAJES:** Alejandra y una persona delante en la cola.



**CASO 2**

Antonio ha salido en su segundo permiso penitenciario. Su familia le ha apoyado en todo su proceso. En este permiso apenas ha estado con ellos porque ha tenido que realizar diferentes trámites. Llega a casa tarde y ha quedado para salir con sus amigos a las 21:00 horas. Su padre le pide que se quede con ellos y les ayude con las tareas del hogar que están cansados y tienen ganas de estar juntos. Antonio finalmente sale con sus amigos y vuelve a las 3:00 de la madrugada. Al regreso, despierta a su padre y madre con el ruido de la puerta y su padre enfadado sale gritando, diciendole que así no pueden seguir, que no ha cambiado nada, que está igual que antes y que está decepcionado con su actitud.

**PERSONAJES:** Antonio y su padre.



**CASO 3**

Rita tiene un perro pastor alemán y lo cuida siempre con apoyo de su pareja. Tiene muy buena relación con un primo a quien ella ha ayudado en diferentes problemas que él ha tenido. Rita quiere irse con su pareja de vacaciones y pide a su primo que se quede con el perro esos días. Inicialmente su primo le dice que sí. Tienen todo listo para irse de viaje y van a casa de su primo a dejar el perro. Cuando llegan, su primo les dice que ha intentado localizarles hoy, pero no lo ha conseguido, para decir que finalmente no se puede quedar con el perro porque tiene muchas cosas que hacer este fin de semana y, además, los perros sueltan mucho pelo y él es alérgico.

**PERSONAJES:** Rita y su primo.



ANÁLISIS	RESPUESTAS
¿QUÉ PERSONAJE ERES?	
¿QUÉ HA SUCEDIDO? ¿CUÁL ES EL PROBLEMA?	
¿QUÉ PERSONAS ESTÁN INVOLUCRADAS?	
¿CÓMO ES EL LUGAR Y EL MOMENTO?	
¿CÓMO TE SIENTES?	
¿CÓMO SE SIENTE LA OTRA PERSONA?	
¿CÓMO ACTUARÍAS?	

**EVALUACIÓN DEL CONFLICTO**

**Sesión grupal 7. Mejorando las relaciones sociofamiliares**





# CÓMO SOLUCIONAR UN CONFLICTO



## ¿QUIERES SOLUCIONARLO?

Revisa tu voluntad y predisposición para resolver el conflicto.



## ENCUENTRA EL MOMENTO

Cuando el lugar y los estados de ánimos sean adecuados para conversar.



## ESCUCHA ACTIVAMENTE

Escucha a la otra persona aunque tenga otra perspectiva: es válida y respetable.



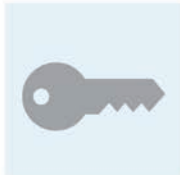
## HÁBLALO

Comienza hablando de tus emociones (yo me sentí, me dolió, etc.). Hazte responsable de tu parte.



## SÉ EMPÁTICO/A

Aprende a ver la otra parte de la moneda. Ponte en su lugar.



## ENFÓCATE EN LA SOLUCIÓN

No busques culpables. Ceder no es perder, es un paso para el entendimiento.

PROGRAMA ALIANZAS

## CONTENIDOS COMPLEMENTARIOS

### **Comunicación asertiva**

Una de las principales claves del éxito para una adecuada vida en comunidad es nuestra capacidad para comunicarnos correctamente con las personas que nos rodean, en las diferentes circunstancias vitales en que podemos vernos envueltos. La comunicación es siempre multilateral y no puede centrarse en el YO o exclusivamente en las necesidades y derechos propios.

En ocasiones tenemos muchas cosas que decir, pero no sabemos cómo expresarlo y eso nos puede llevar a callarnos o decirlo de forma incorrecta, por eso debemos desarrollar formas de comunicación que nos permitan relacionarnos adecuadamente con el resto de las personas.

La **asertividad** implica poder expresar nuestros sentimientos, preferencias, opiniones, etc. respetando a su vez las del resto, facilita la comunicación y mejora las relaciones interpersonales minimizando la posibilidad de que cualquiera pueda malinterpretar nuestros mensajes. De esta forma, es más fácil lograr nuestros objetivos individuales y sociales e incrementar la autoestima, haciéndonos sentir mejor.

### **Escucha activa**

#### **Características de la escucha activa**

Escuchar activamente:

- Es la capacidad que caracteriza a una persona asertiva.
- Es fundamental para establecer relaciones interpersonales de forma adecuada.
- No es lo mismo que oír, supone prestar atención a quien nos habla.
- No dar por hecho que se ha comprendido el mensaje antes de que acabe de exponerlo.
- Es comprender lo que nos dice nuestro/a interlocutor/a, evitando juzgar el mensaje.
- Es conveniente devolver la información recibida para asegurarnos de que la hemos comprendido correctamente.
- Consiste en dar una respuesta comprensiva, reflexiva, que nazca del eco del mensaje global percibido.
- Conlleva prestar atención a las expresiones, sentimientos, gestos y señales del/a interlocutor/a

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

- Genera respeto mutuo.
- Disminuye las tensiones.
- Crea un contexto de confianza y sinceridad.
- Crea relaciones positivas.
- Da valor a las demás personas.
- Facilita llegar al fondo de los problemas.

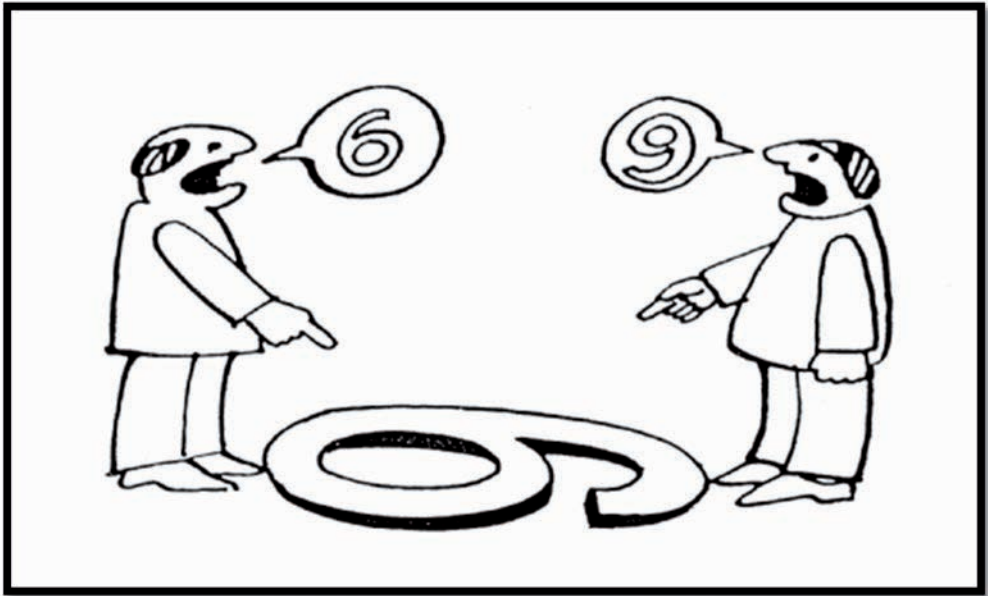
### **Obstáculos que dificultan la escucha activa:**

- **Sentimientos y pensamientos propios** (p.ej.: prejuicios, desconfianza) y relacionados con el ambiente (p.ej.: cansancio).
- **Interrumpir continuamente** a la persona que habla.
- **Juzgar** el mensaje.
- **Quitar importancia a los sentimientos ajenos** (p.ej.: “no te preocupes por esa tontería”, “no te pongas así”).
- **Contar nuestra historia** interrumpiendo cuando la otra persona todavía no ha terminado.
- **Dar soluciones rápidas** a la otra persona cuando todavía no ha terminado de hablar.

Según el autor Marshall B. Rosenberg existen cuatro pasos para una **comunicación no violenta**:

- 1) Observar lo que está sucediendo y describir la situación **sin emitir ningún juicio**. Tratar la situación de forma objetiva. Si empezamos a emitir una evaluación pueden empezar a darse malentendidos.
- 2) **Identificar y expresar nuestros sentimientos** una vez hemos identificado los de la otra persona. (“Veo, oigo, la situación es...”).
- 3) **Descubrir la necesidad** que “esconde” el sentimiento o que “esconde” la otra persona. (“Entonces siento...”).
- 4) **Formular lo que deseamos**. Nuestro mensaje tiene que ser claro, positivo y factible. Centrándonos en lo que queremos conseguir, no en lo que queremos evitar. (Por favor, ¿podrías...? ¿estás dispuesto a...?).

## Resolución de conflictos





## RECURSOS AUDIOVISUALES

### ■ Video #tequiero

**Resumen:** el vídeo es un anuncio de cerraduras, siendo su tema principal: la importancia de transmitir lo que sentimos a nuestros seres queridos. En pantalla aparecen dos preguntas: ¿Cuánto hace que no compartes tus sentimientos? ¿Y si te dieran la última oportunidad para decir te quiero? A continuación, varias personas van comentando, con quién han venido a esta grabación y, lo que no saben, es que sus seres queridos están oyendo desde otra habitación lo que están contando a cámara. Van explicando lo que significa para cada uno/a esas personas, cuál es su mayor miedo, o qué estarían dispuestos a hacer por sus familiares y éstos al oírlos se emocionan. El vídeo finaliza con un abrazo de cada persona con su familiar y con la frase “el verdadero amor es el que se demuestra cada día con pequeños gestos”.

**Duración:** 2:38 minutos.

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=KfIdVM0IVq4>

### ■ Vídeo ¿Cómo resolver los conflictos? Rafael Santandreu

**Resumen:** se trata de una entrevista del programa de televisión Para todos de la 2 de fecha 20/02/2013 donde el Psicólogo Álvaro Soler explica cómo resolver los conflictos en los que nos vemos envueltos sin salir perjudicados.

**Duración:** 14.39 minutos.

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=wdjIVxmtleM>

### ■ Vídeo ¿Qué es la asertividad? ¿cómo desarrollarla?

**Resumen:** es un vídeo del psicólogo Álvaro Soler (2017), extraído de la serie de Píldoras de Psicología. Es la explicación a cámara por parte de este psicólogo sobre lo que es la asertividad, dando claves de cómo desarrollarla y resolver situaciones de la vida cotidiana. Muestra ejemplos y las diferentes formas de actuar.

**Duración:** 4:02 minutos.

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=Bs6u8JFLG84>

### ■ Vídeo que te hará replantear las cosas que realmente tienen valor - Experimento social

**Resumen:** estudio Dulcinea en colaboración con la agencia de publicidad Onda Media Plan, han lanzado el vídeo de un experimento social. ¿Qué tres cosas salvarías si solo tuvieras 30 segundos antes de que se destruyesen? Esta es la pregunta a la que responden los participantes que se van visionando en el vídeo. Persigue poner luz sobre el valor que los seres humanos damos a las cosas. Muestra cómo actualmente damos mucha importancia a las posesiones materiales, un aspecto que no tiene ninguna relevancia para los que todavía son inocentes como los menores, que muestran lo que es realmente importante.

**Duración:** 2:32 minutos.

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=H-H0xdZDsd0>

### ■ Vídeo Por qué es tan importante aprender a escuchar

**Resumen:** en el proyecto “BBVA Aprendemos juntos” (2018) Víctor Küppers reivindica la importancia de aprender a escuchar para cuidar las relaciones en el mundo actual. Para Küppers la regla de oro para comunicarnos mejor es ‘tratar a los demás como te gustaría que te trataran a ti’.

**Duración:** 4:45 minutos.

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=LtMQDPAnauE>

## CUESTIONARIO DE VALORACIÓN TALLER PILARES

El presente cuestionario pretende conocer tu opinión sobre el **Taller Pilares**, con el objetivo de mejorar los aspectos que sean necesarios. La cumplimentación del mismo es voluntaria y totalmente anónima. Lee atentamente cada pregunta sobre tu experiencia en el taller y responde a todas ellas con la mayor sinceridad.

Muchas gracias por tu colaboración y participación en este taller.

<b>SEXO:</b> <input type="checkbox"/> HOMBRE <input type="checkbox"/> MUJER
<b>EDAD:</b> <input type="checkbox"/> MENOR DE 30 <input type="checkbox"/> 30-44 <input type="checkbox"/> 45-60 <input type="checkbox"/> +60

**Por favor, señala tu valoración sobre los siguientes aspectos, siendo 0 la puntuación más baja y 5 la más alta.**

	1	2	3	4	5
1. Te has sentido cómodo/a participando					
2. Los temas tratados					
3. La frecuencia de las reuniones					
4. El lugar (físico/telemático)					
5. La información contenida en los temas					
6. El material, dinámicas y ejercicios utilizados					
7. Las aportaciones del grupo te han ayudado					
8. Valora a los/las profesionales que han participado					
9. Cuál es tu satisfacción general con el taller Pilares					

- ✓ ¿Cuáles son los temas que te han parecido más interesantes?
- ✓ ¿Qué aspecto o contenido te hubiera gustado que tuviera una mayor extensión o profundidad?
- ✓ ¿Crees que vas a poder aplicar aprendizajes de este taller?

SÍ  NO

En caso de respuesta afirmativa, ¿cuáles serían?
- ✓ Si lo deseas, puedes indicar cualquier otro comentario o sugerencia sobre este taller.

SESIÓN INDIVIDUAL 2  
PERSONAS PENADAS

# SELECCIONO A MI PERSONA DE APOYO







# 2

## Sesión individual 2. Selección a mi persona de apoyo

### FICHA RESUMEN DE LA SESIÓN INDIVIDUAL

#### \* **Objetivo de la sesión**

- Profundizar individualmente en aquellos contenidos que se consideren necesarios de las sesiones grupales.
- Analizar las fortalezas y debilidades del apoyo exterior.
- Seleccionar a la persona que va a ejercer de apoyo.
- Desarrollar compromisos que favorezcan una futura reinserción.

#### \* **Contenidos de la sesión**

- Debilidades y fortalezas del sistema de apoyo.
- Evaluación preliminar de la vinculación familiar.
- Selección de quién será la persona de apoyo.

#### \* **Duración**

1 hora.

#### \* **Introducción**

Con esta sesión individual se pretende sensibilizar y resaltar con la persona penada, la importancia que tiene la implicación del apoyo externo en el proceso de inserción.

Se analizarán las debilidades y fortalezas para lograr identificar quién será la persona que va a ejercer apoyo en este programa.



# 2

## Sesión individual 2. Selección a mi persona de apoyo

Esta intervención individual se adaptará en tiempo y profundidad al conocimiento o trabajo previo realizado por el/la profesional de trabajo social con cada una de las personas penadas, con el objetivo de seleccionar a la persona adecuada para que ejerza “su” apoyo y participe en este programa.

En aquellos casos donde la persona de apoyo esté definida con claridad en la primera entrevista individual, se podrá reducir la extensión de esta sesión y limitarse a la recogida de los datos de contacto.

Cuando sea necesario un mayor análisis para la selección de la persona de apoyo realizaremos una entrevista semiestructurada donde se identificará a la posible persona externa que va a participar en el programa. Esta información se podrá registrar en un instrumento técnico que refleje las fortalezas y debilidades de cada caso.

Para esta sesión es importante recopilar los documentos realizados de forma grupal con la persona penada en sesiones anteriores (Sesión individual y sesiones grupales 6 y 7). Esta documentación facilitará el desarrollo de la sesión dada la continuidad de sus contenidos. Con anterioridad se ha profundizado en el sistema familiar propio y/o apoyo exterior a partir de los siguientes documentos: *genograma*, *cuestionario apgar*, *historia de vida*, *cuestionario familia de origen*, *dinámica valorando nuestros apoyos*, etc. Esto nos permitirá reflexionar y avanzar en la intervención sociofamiliar.

Al final de la sesión se aporta el **documento: Factores a valorar en la selección de la persona de apoyo**, que sirve como orientación profesional para analizar las características a tener en cuenta en la selección de la persona de apoyo, exponiendo posibles alternativas.

### • **Desarrollo de la sesión**

- ✱ Se saluda a la persona penada y traslada el objetivo de la sesión que se va a llevar a cabo.
- ✱ Se pretende desarrollar un cierre de la primera fase de intervención y, para ello, se solicita que reflexione y exprese aquellas cuestiones de interés que se han tratado en las sesiones grupales.
- ✱ Se solicita que, de forma resumida, recapite sobre los contenidos más concretos que ha asimilado en las sesiones grupales a través de las dinámicas (en relación a la familia de origen, la comunicación y el afecto, las relaciones de pareja, los estilos educativos, las redes de apoyo y comunitarias, y las habilidades básicas para la vida en familia, etc.) centrando su atención en su sistema sociofamiliar.

- \* Durante la entrevista, acompañamos a la persona en su recorrido general por la intervención socio-familiar, de manera que nos permita conocer si se han alcanzado los objetivos relativos al valor que hay que dar a estos aspectos y cómo influyen en nuestro bienestar.

## Análisis del apoyo exterior

Antes de identificar cual será el apoyo externo propio, analizaremos con la persona participante diferentes aspectos personales relacionados con la familia o redes de apoyo, de manera, que se puedan estudiar y conocer aquellas alianzas más estrechas y sanas con que cuenta en la actualidad.

En la sesión grupal 6 se analizaron las redes de apoyo de cada persona, partiendo del análisis realizado, vamos a profundizar en la selección de la persona de apoyo. Se utiliza como elemento de ayuda lo trabajado en las tarjetas de las dinámicas uno y dos de esa sesión. En aquellos casos en los que las tarjetas no se conserven, se realizará un recordatorio de lo que registró en la sesión (personas que le han ofrecido apoyo a lo largo de su vida).

## Debilidades y fortalezas del apoyo exterior

Analizamos los apoyos externos con los que cuenta la persona penada, profundizando en las **fortalezas y debilidades** familiares y en otro tipo de apoyos externos. Durante el relato personal, se recogen aquellas cuestiones que considera que tiene que mejorar y aquellas que son los pilares fuertes de su familia y/o del apoyo exterior. Se guiará a la persona en este recorrido de identificación en aquellos asuntos que considera relevantes de su sistema familiar y redes de apoyo.

*Ejemplo:*

DEBILIDADES	FORTALEZAS
<i>Negación ante los problemas. Falta de empatía. Inexistencia de límites. No reconocimiento o negación del delito. Dificultades para el desplazamiento al Centro Penitenciario.</i>	<i>Apoyo incondicional en este momento. Trabajo conjunto de las dificultades. Implicación antes del ingreso en la rehabilitación de su problemática de drogodependencia. Acompañamiento durante el cumplimiento de condena (asistencia periódica a las comunicaciones, apoyo económico, emocional, etc.).</i>

Valoramos que el núcleo familiar más cercano puede ser el que ofrezca un mayor apoyo en el proceso actual y en las dificultades que se desarrollen posteriormente, pero hay que ser consciente, tanto de las limitaciones (ejemplos: padre y/o madre de avanzada edad, hermanos sobrecargados, pareja reciente, etc.) como de las potencialidades

(ejemplos: familiares implicados, disponibilidad horaria, cercanía geográfica, etc.) que tiene el entorno sociofamiliar propio para, a partir de ellas, trazar unas expectativas realistas y planteamientos acordes a éstas para la futura reinserción.

El entorno familiar suele ser un sistema favorecedor para la reinserción pero, no siempre es el idóneo y puede ejercer el efecto contrario en algunas ocasiones, tal y como es conocido por las y los profesionales del ámbito social. De este modo, en la selección de la persona de apoyo se tendrán en cuenta estas valoraciones profesionales.

Se deja un espacio para que la persona penada exprese las **incertidumbres y miedos** que puede generarle la participación de su entorno en este programa. Este es un momento clave para empoderar y motivar a la persona penada para afrontar y superar estas dificultades.

Para cerrar este análisis del apoyo exterior reflexionamos sobre la importancia de realizar un proceso de crecimiento conjunto, individual y grupal, implicando a una persona como apoyo principal. Es importante resaltar el valor de esta metodología, donde la cooperación y el refuerzo que puede aportar alguien del entorno próximo, sirve para fortalecer el tratamiento realizado en aquellos aspectos más personales que puedan implicar un mayor riesgo.

### PROCESO DE INTERVENCIÓN SOCIOFAMILIAR



Enseñamos o dibujamos en la pizarra este esquema, que visualiza el proceso de intervención sociofamiliar, para que la persona pueda comprender globalmente el trabajo que se está realizando.

## Selección de la persona de apoyo

Se informa clara y detalladamente, de manera que no existan dudas ni temores, sobre cuál será el tipo de colaboración y participación de la persona que vamos a seleccionar y que ejercerá de apoyo en el transcurso del programa de tratamiento.

Una vez explicado el procedimiento y realizado un balance de las temáticas trabajadas en su sistema familiar se hace necesario **preguntar** abiertamente a la persona penada si tiene definida, elegida o en mente a la persona idónea o familiar que puede participar en este programa.

El/la trabajador social durante las sesiones previas (individual y grupales), sin perder de vista nuestro objetivo de **selección** de la persona de apoyo, va conociendo cuál es la red con la que cuenta la persona participante y valorando/sopesando sus posibilidades, lo que permitirá obtener más información para poder reforzar o hacer reflexionar sobre su decisión en este momento. Es importante analizar las posibles dificultades que limiten la participación de la persona elegida (disponibilidad, horarios de preferencia, etc.), así como la necesaria implicación y sinceridad por parte de ambos. Se valorarán otras dificultades que pueden existir (tiempo, responsabilidad, colaboración con la institución, voluntad, etc.) y la relación que mantienen entre ambos.

La persona penada es la protagonista y la responsable final en decidir quién será su persona de apoyo. Sin embargo, el/la profesional acompañará en esta decisión, teniendo en cuenta una serie de características imprescindibles con las que debería contar esta persona para poder realizar una adecuada colaboración en el trabajo grupal y, en el posterior, seguimiento del programa. El **Documento Factores a valorar en la selección de la persona de apoyo** que se adjunta al final de la sesión permite hacer un análisis general para esta selección.

La vinculación que mantenga con la persona penada debe ser **estrecha y estable en el tiempo** y, a su vez, será aconsejable que la persona seleccionada no solo quiera, sino también **pueda** hacerlo y se implique activamente con la institución penitenciaria. Todas las personas implicadas en este proceso tenemos el mismo interés y trabajamos en equipo para la reeducación y reinserción.

Se recuerda el perfil básico de la persona de apoyo:

- Miembros del ambiente sociofamiliar de la persona penada con un **vínculo estrecho**, que formen parte del círculo o entorno cercano, que puedan proporcionar información y/o **apoyo relevante en el proceso de tratamiento** y que **estén presentes** en la etapa de reinserción.
- Personas que muestren **motivación** para la participación en el programa sociofamiliar y cuenten con una mínima **capacidad cognitiva** y **de lectoescritura** para la comprensión y desarrollo de las sesiones (individuales, grupales y conjuntas).

La ubicación geográfica o dificultades de accesibilidad de la persona de apoyo para su asistencia a las entrevistas y sesiones, no va a ser un factor que limite su asistencia debido a la posibilidad de realizarlas de **forma telemática** facilitando así su implicación y participación.

A lo largo de la entrevista, es importante hacer sentir que el protagonismo en la selección de la persona de apoyo lo tendrá la persona penada, siendo para ello acompañada y guiada en este proceso por la/el profesional de trabajo social, quien tiene un amplio conocimiento del sistema sociofamiliar propio. La decisión final tendrá su base en los objetivos del programa y características necesarias de la persona de apoyo, señalando la importancia decisiva que tendrá esta persona en el proceso treatmental.

Se cumplimenta el documento **Ficha de contacto de la persona de apoyo**, de manera que queden registrados documentalmente los datos de la persona elegida.

Para finalizar, se detalla y concreta con la persona penada qué es lo que se espera de ella y de la persona que va a ejercer de apoyo en este proceso de tratamiento, analizando los posibles **compromisos personales** que se adquieren y que son similares a otros procesos de ayuda.

Es importante que a partir de ahora se reflexione sobre estos compromisos adquiriendo una mayor responsabilidad con el programa (sinceridad a lo largo de la próximas sesiones, apertura y confianza en el proceso de tratamiento, motivación en el propio proceso de cambio, etc.).

Para eliminar dudas y temores en esta intervención se informa que puede contar con nuestro apoyo profesional, presente y continuado durante este programa.

### • **Despedida e ideas fuerza**

- ✱ Se pregunta a la persona participante si, ahora con la información que ha adquirido, reconoce la importancia de contar con apoyos externos que le ayuden y faciliten su reincorporación al exterior. Se celebra el hecho de estar acompañados de personas para quienes somos importantes y que nos puedan ayudar en nuestro proceso personal.
- ✱ Se da fin a la sesión reforzando el trabajo realizado hasta este momento y dando valor a la reflexión y aprendizaje, que ha culminado con la selección de una persona de apoyo que acompañará en su itinerario de incorporación social.
- ✱ Se informa que, a partir de este momento, comienza una nueva etapa en la que entraremos en contacto con esa persona elegida para continuar con el programa.
- ✱ Se aconseja a la persona que sea proactiva en este proceso, y para ello, será fundamental que informe e invite, a su persona de apoyo, a participar en este programa.



## FICHA DE CONTACTO PERSONA DE APOYO

<b>NOMBRE PARTICIPANTE</b>	
<b>PERSONA DE APOYO</b>	
<b>PARENTESCO/RELACIÓN (TIEMPO DE RELACIÓN)</b>	
<b>TELÉFONO DE CONTACTO</b>	
<b>CORREO ELECTRÓNICO</b>	
<b>DIRECCIÓN</b>	
<b>DISPONIBILIDAD</b>	
<b>CONTACTO INICIAL*</b>	
<b>OBSERVACIONES</b>	

<b>DEBILIDADES</b>	<b>FORTALEZAS</b>

\* Reflejar quien realiza el primer contacto con la persona de apoyo (si la persona pedana o el/la profesional de Trabajo social).

## FACTORES A VALORAR EN LA SELECCIÓN DE LA PERSONA DE APOYO

ÁMBITO VITAL	FAVORECEDORES	NO FAVORECEDORES	
		FACTORES NO FAVORECEDORES	ACCIONES A REALIZAR
CONVIVENCIAL	Persona cercana con un vínculo estrecho mantenido en el tiempo.	Persona desconocida (sin vínculo estrecho ni apoyo en el proceso)	Búsqueda de recurso de acompañamiento alternativo.
	Persona que acompañe en el proceso de cambio	Persona ausente durante el proceso	Valorar sesión individual o búsqueda de persona de apoyo distinta
TRATAMENTAL	Persona conocedora de las necesidades de la persona y de su proceso de cambio	Persona que desconoce el proceso de cambio iniciado por la persona penada.	Información del proceso
LEGAL	Persona conocedora de la situación legal (tipología delictiva, hechos probados, etc.)	Persona que desconoce la situación legal (tipología delictiva, hechos cometidos, etc.).	Valorar sesión individual o búsqueda de persona de apoyo distinta
PERSONAL (LABORAL, ECONÓMICA, ETC.)	Persona con capacidad cognitiva, laboral, económica, etc. que permita el acompañamiento.	Persona que carece de medios personales, económicos, laborales o que tenga dificultades para ejercer de ayuda a la persona penada.	Valorar individualmente las carencias y continuar con el proceso o búsqueda de apoyo distinto
SOCIAL/ RELACIONAL	Persona que su situación sociofamiliar permita el acompañamiento.	Persona que sus circunstancias familiares y/o personales impiden el acompañamiento	Búsqueda de otra persona de apoyo o de un recurso alternativo de acompañamiento.

**Rojo** – Tomar acciones alternativas a ese apoyo.

**Naranja** – Tomar precaución y hacer una valoración más exhaustiva.

**Amarillo** – Valorar individualmente para conocer las carencias.



# INTERVENCIÓN CON LAS PERSONAS DE APOYO





# Intervención Sociofamiliar con las personas de apoyo



Las relaciones familiares y redes de apoyo ejercen un factor de protección y, con ello, el tratamiento penitenciario puede alcanzar un mayor éxito. Este será un material de trabajo para desarrollar una intervención grupal, individual y conjunta con las personas de apoyo, con el objetivo de alcanzar su implicación en el tratamiento penitenciario de la persona penada.

La intervención en el sistema sociofamiliar permitirá afrontar los retos y dificultades que surgen durante proceso de cumplimiento de condena y la incorporación al exterior. Se adaptarán los contenidos de las sesiones con las personas de apoyo, de forma que tengan consonancia con los aprendizajes adquiridos por las personas penadas, que proceden de un programa específico de tratamiento (PRIA-MA, PCAS, etc.). Para otro tipo de situaciones (medidas alternativas, medio abierto, etc.) se podrán ajustar estas sesiones, especialmente, aquellas con contenidos que aluden al ingreso en prisión.

## Objetivos

- Informar, capacitar y comprometer a las personas significativas del entorno socio-familiar de las personas penadas que participan en programas específicos de tratamiento, para que puedan ejercer como nexo de apoyo en la reinserción.
- Mantener los objetivos del tratamiento realizado en el programa a medio y largo plazo.

## Estructura de las sesiones

Se plantean diferentes sesiones individuales y grupales de forma presencial que tendrán el siguiente orden y temporalización:

N.º	Tipo de la sesión	Título de sesión	Temporalización
1	Individual	<b>Empezando a conocer el apoyo exterior</b>	1 hora y media
1	Conjunta	<b>Sumando fuerzas</b>	1 hora y media
<b>TALLER VÍNCULOS: HERRAMIENTAS BÁSICAS PARA FAMILIAS Y PERSONAS DE APOYO</b>			
1	Grupal	<b>Conociéndonos</b>	2 horas
2	Grupal	<b>Aprendiendo estrategias</b>	2 horas
3	Grupal	<b>Afrontando los cambios</b>	2 horas
4	Grupal	<b>Entendiendo el tratamiento</b>	2 horas
5	Grupal	<b>Adquiriendo herramientas para la prevención</b>	2 horas
6	Grupal optativa	<b>Educando en familia</b>	2 horas
7	Grupal	<b>Caminando hacia el bienestar mutuo</b>	2 horas
2	Conjunta	<b>Adquiriendo compromisos</b>	1 hora

En el caso de desarrollar el Taller Vínculos, de forma telemática, se facilitan orientaciones con los contenidos adaptados a esta modalidad, donde se ha reducido la duración de cada sesión. (Adaptación telemática *Taller Vínculos*).

**SESIÓN INDIVIDUAL 1  
FAMILIAS**

**CONOCEMOS A  
LA PERSONA DE  
APOYO**







# 1

## Sesión Individual 1. Conocemos a la persona de apoyo

### FICHA RESUMEN DE LA SESIÓN INDIVIDUAL

#### \* **Objetivo de la sesión**

- Conocer a la persona de apoyo que va a participar en el programa para la futura intervención.

#### \* **Contenidos de la sesión**

- Análisis del apoyo familiar y social.
- Compromiso en el proceso.

#### \* **Duración**

1 hora y media.

#### \* **Introducción**

Se realizará una sesión individual con cada persona de apoyo seleccionada que nos ayudará para conocer y afianzar la participación en el programa.

Reflexionaremos conjuntamente sobre la importancia que tiene la red de apoyo familiar y social en nuestras vidas, especialmente, cuando una persona está privada de libertad.

Mediante esta entrevista, se extraerá la información necesaria y complementaria de aquellos hitos más importantes en la dinámica y funcionamiento de la persona penada. Asimismo, se tendrán en cuenta las dificultades y necesida-

# 1

## Sesión Individual I. Conocemos a la persona de apoyo

### FICHA RESUMEN DE LA SESIÓN INDIVIDUAL *(continuación)*

des tanto previas como durante el internamiento y los recursos que dispone para hacer frente a estas situaciones.

Consideramos que una red de apoyo consolidada podrá favorecerá la adherencia al programa por parte de las personas participantes y un resultado óptimo en el proceso de reincorporación al exterior.

# 1

## Sesión Individual I. Conocemos a la persona de apoyo

*«En todas las maneras concebibles, la familia es un vínculo con nuestro pasado y nuestro puente hacia el futuro». (Alex Haley)*

### • **Consideraciones previas**

- \* Iniciamos un primer contacto con la persona de apoyo de forma telefónica, para poder realizar las presentaciones y concertar una cita presencial que nos permita profundizar en el apoyo a prestar durante la intervención. La información que se facilite dependerá de si la persona penada ha informado e invitado, previamente, a su persona de apoyo a participar en este programa.
- \* La persona encargada de esta sesión, establece un primer contacto con la persona propuesta para ejercer de apoyo, presentándose e informando del objeto de la llamada, vinculando la relación entre la persona participante del programa y la persona de apoyo. Se valora la reacción ante la propuesta de participación en el programa, conociendo si dispone de información, de qué manera le ha llegado y cuál es su impresión sobre esta participación.
- \* Se informa brevemente del programa de intervención, de la importante y esencial función que tiene ser persona de apoyo.
- \* Se invita a un encuentro presencial, concertando una cita en un espacio adecuado (proximidad, horario, etc.), con el propósito de informar más detalladamente del programa y realizar una entrevista para informar con más detalle del tipo de apoyo a prestar.
- \* Para esta llamada, se anexa el **documento Entrevista telefónica**, con pautas para registrar la información relevante de este contacto telefónico (se encuentra al final de esta sesión).

### • **Inicio y bienvenida**

- \* Se da la bienvenida a la persona participante.
- \* Se presenta la/el profesional responsable del programa, explicando el papel a llevar a cabo durante la intervención.
- \* Se informa del proceso de intervención, haciendo especial hincapié en la estructura y funcionamiento del programa, así como en el compromiso que implica.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

Se deben tener en cuenta una serie de elementos que potencien la intervención y faciliten el logro de los objetivos:

- Aproximarse a la persona de apoyo con una actitud positiva, empatizando, sin culpabilizar y reconociendo la sobrecarga que la familia soporta.
- Establecer una alianza amable y responsable con la persona de apoyo.
- Proporcionar una estructura y estabilidad a la relación profesional, manteniendo un contacto cercano con la persona de apoyo, de modo que ésta perciba que las sesiones ayudan a superar la sensación de imprevisibilidad que genera la problemática de la persona penada. Existe la posibilidad de realizar entrevistas individuales, cuando sea necesario, a lo largo del programa de intervención.
- Centrar la intervención en problemas concretos, como norma general.
- Ser capaz de ver la red de apoyo como imprescindible en el proceso tratamental.
- Promover la separación e independencia de la persona penada con la persona de apoyo, siempre que sea posible.
- Usar un lenguaje adaptado al nivel sociocultural que presenten.

## • **Desarrollo de la sesión**

### **I. Entrevista con familiar o persona de apoyo**

*Estas indicaciones son una guía, aunque existe cierto margen de flexibilidad sobre los temas a tratar en función de las características de cada familia, persona de apoyo y/o dinámica relacional.*

En el primer contacto presencial, entre el/la profesional y la persona de apoyo, se ha de poner especial énfasis en la acogida ya que, de este contacto, dependerá en mayor o menor grado la adherencia e implicación de la persona participante en sesiones futuras.

La primera entrevista que se mantiene con la persona de apoyo, se estructura de manera que se disponga de los elementos necesarios para enfocar el proceso de tratamiento y con el objetivo de crear un **vínculo relacional**, que permita sentar las bases del proceso de intervención y los posibles cambios que se produzcan.

El tiempo estimado para la entrevista dependerá de la interacción que se establezca; en cualquier caso, transcurrirá entorno a una hora y media.

En **contenidos complementarios**, se facilita un guion con las etapas básicas a desarrollar en la entrevista.

Es conveniente recordar que lo importante es que exista implicación en el programa, asimismo, se confirmará, a través de esta entrevista, la idoneidad de su participación como persona de apoyo.

Se recopila la información necesaria y complementaria a la existente, registrándola en el **documento Entrevista con la persona de apoyo** (anexo), con el propósito de valorar las características de la persona de apoyo:

### 1. Vinculación con la persona penada:

Es necesario analizar el tipo de relación y/o vínculo entre la persona penada y la persona de apoyo. Se sugieren las siguientes cuestiones:

- \* ¿Qué vinculación tienes con la persona penada? ¿Desde cuándo os conocéis?
- \* ¿Qué puedes comentar sobre la vida de la persona penada? (infancia, adolescencia, problemáticas principales, etc.)
- \* En el caso de ser amiga/o ¿Qué información conoces de su vida? ¿Cómo has adquirido esa información? (a través de otras amistades, familiares, vivencias conjuntas, etc.)
- \* ¿Cómo era vuestra relación anterior al ingreso en prisión? ¿Cómo es la relación actual?

### 2. Motivos de la participación

Es importante conocer la motivación inicial de la persona de apoyo para participar en este programa, para ello, se podrán plantear las siguientes cuestiones:

- \* ¿Qué te ha llevado a implicarte en el proceso? Esto nos permite identificar las claves del apoyo y el momento de su itinerario vital.
- \* ¿Qué esperas de la intervención como participante?, ¿Cuál es tu grado de implicación? y ¿Qué expectativas tienes con la persona penada? (cambios, objetivos, etc.)
- \* ¿A qué te puedes comprometer? (sesiones periódicas, desplazamientos, etc.). Previamente, durante el proceso de intervención, consigo mismo y/o con la persona a la que apoya.

### 3. Conocimiento de la problemática/delito

En este punto, se pretende obtener la información relevante de la problemática delictiva de la persona penada y, a su vez, qué conoce la persona de apoyo sobre este asunto. Cuando hablamos de problemática, no necesariamente tiene que ser el delito en sí mismo, sino que pueden ser variables directamente relacionadas con una posible reincidencia (drogodependencias, problemas de salud mental sin medicación, comportamientos violentos, etc.). Se podrán realizar las siguientes cuestiones:

- \* ¿Qué información tienes en relación con la pena que cumple?
- \* ¿Qué te ha contado la persona penada sobre el problema/delito?
- \* ¿Conoces cuándo o hace cuánto tiempo empezó el problema/delito?
- \* ¿En alguna ocasión, te ha hablado si le preocupaba el problema?

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

- \* ¿Relacionas algún acontecimiento que pueda estar vinculado con el momento en el que surge el problema/delito?
- \* ¿Conoces si ha habido períodos en los que no aparece el problema? ¿qué ha podido influir para que esto ocurra?
- \* ¿Crees que el problema/delito puede aparecer de nuevo? ¿qué factores pueden provocarlo?
- \* ¿Cuál es tu percepción del problema/delito de cara al futuro?

#### 4. Apoyo

En este apartado, valoramos el apoyo que puede prestar la persona que entrevistamos.

*En la sesión grupal **Redes de apoyo**, con las personas penadas, se recoge información sobre los diferentes tipos de ayuda que se pueden proporcionar, esto puede servir de ayuda en esta entrevista.*

Se facilitan cuestiones que se pueden preguntar:

- \* ¿Crees que tienes capacidad para solucionar los problemas que te presente la persona penada? Puedes especificar cuáles.
- \* ¿Qué tipo de apoyo puedes ofrecer a la persona penada? Hablar de los diferentes apoyos que existen: informativo, económico, emocional, etc.
- \* La persona penada ¿Cuenta con un entorno que puede responder a los cambios que se produzcan? ¿Podrías especificar?
- \* En otras ocasiones, ¿la persona penada se ha dejado ayudar y por quién?
- \* ¿Te ha pedido ayuda para solucionar sus problemas con anterioridad? Y ¿en estos momentos?
- \* Consideras que tienes alguna dificultad para poder ejercer el apoyo necesario, ¿crees que cuentas con herramientas para ello o las podrías conseguir?
- \* ¿Hay otras personas que están dispuestas a ayudarle? ¿quiénes?
- \* ¿Considera que el apoyo social y afectivo es suficiente para producir cambios en la persona penada?

#### 5. Otros datos de interés

En este apartado, se pueden reflejar datos complementarios que se consideren relevantes relacionados con la persona de apoyo y su participación en el programa (composición familiar, red de relaciones significativas de apoyo, convivencia, relaciones entre miembros, genograma, etc.).

## 2. Compromiso

Para cerrar la sesión, se establece un compromiso entre la persona de apoyo-profesional, firmando ambas partes los principales acuerdos que se adquieren en la intervención. Este compromiso es un paso fundamental para involucrar a la persona de apoyo en los objetivos del programa, de cara a facilitar el proceso de reinserción de la persona penada.

El **documento Compromiso** que se anexa en esta sesión, es un modelo que puede ser utilizado para este fin.

### • *Despedida e ideas fuerza*

- ✱ Se agradece el tiempo y la información prestada por parte de la persona de apoyo.
- ✱ Se da fin a la sesión haciendo un resumen de las ideas más importantes:
  - Se resalta la importancia del **apoyo social y familiar** para evitar posibles reincidencias.
  - **La implicación** de las personas que ejercen apoyo puede facilitar el proceso de reincorporación social y ayudar en la identificación de una recaída, consolidación de la relación de ayuda, etc.
  - Las personas de apoyo pueden ser un **referente positivo** para la persona penada. Su participación en el programa es vital e irá encaminada a conseguir este objetivo.
- ✱ Nos despedimos informando de las próximas sesiones grupales que se realizarán (Se anexa un **folleto informativo del Programa Alianzas - Taller Vínculos**).



## CONTENIDOS COMPLEMENTARIOS

La entrevista, de forma general, puede estructurarse a partir de una serie de etapas básicas:

### ETAPA INICIAL

- \* **Intercambio social:** a través del saludo y la presentación, creando un clima de confianza y calidez.
- \* **Definición individual del apoyo:** preguntar sobre cuál la visión que tiene sobre la importancia del apoyo en el proceso de tratamiento.

### ETAPA INTERMEDIA

- \* **Recogida de información:** a través del genograma, ecomapa, mapa relacional, y otros instrumentos que se consideren necesarios, se obtendrá la información del sistema familiar y red apoyo.
- \* **Exploración interactiva:** explorar el funcionamiento del sistema familiar en el presente.
- \* **Formulación de hipótesis** del itinerario a seguir con la persona de apoyo en el proceso.

### ETAPA FINAL

- \* **Devolución:** el/la profesional devuelve al familiar su visión técnica del apoyo que puede prestar a la persona penada.
- \* **Objetivos y Contrato:** se concreta con la persona de apoyo el objetivo a conseguir. Estos compromisos se formalizarán con la firma de un documento.

### DATOS IDENTIFICATIVOS DEL PROFESIONAL

Profesional (nombre): .....

Centro: .....

Fecha: ...../...../.....

Objetivo de la llamada y propósito: .....

Información básica del programa: .....

**NOMBRE DE LA PERSONA PENADA:** .....

### DATOS IDENTIFICATIVOS DE LA PERSONA DE APOYO:

- Apellidos/Nombre: .....
- Teléfonos de contacto: .....
- Correo Electrónico: .....
- Vinculación con la persona penada: .....
- Quién le realiza la propuesta: .....

### ACUERDOS

- Próxima cita presencial: ...../...../.....
- Lugar: .....
- Profesional de referencia: .....
- Despedida y Agradecimiento.
- Observaciones:

**ENTREVISTA TELEFÓNICA**

**Sesión Individual I. Conocemos a la persona de apoyo**

**ENTREVISTA CON LA PERSONA APOYO**

**FECHA:** ...../...../.....

**PROFESIONAL DE REFERENCIA:** .....

**NOMBRE PERSONA DE APOYO:** .....

**NOMBRE PERSONA PENADA:** .....

**I. VINCULACIÓN CON LA PERSONA PENADA:**

Familiar. Tipo: .....  Amistad

**2. MOTIVOS DE LA PARTICIPACIÓN:**

**A petición de:**

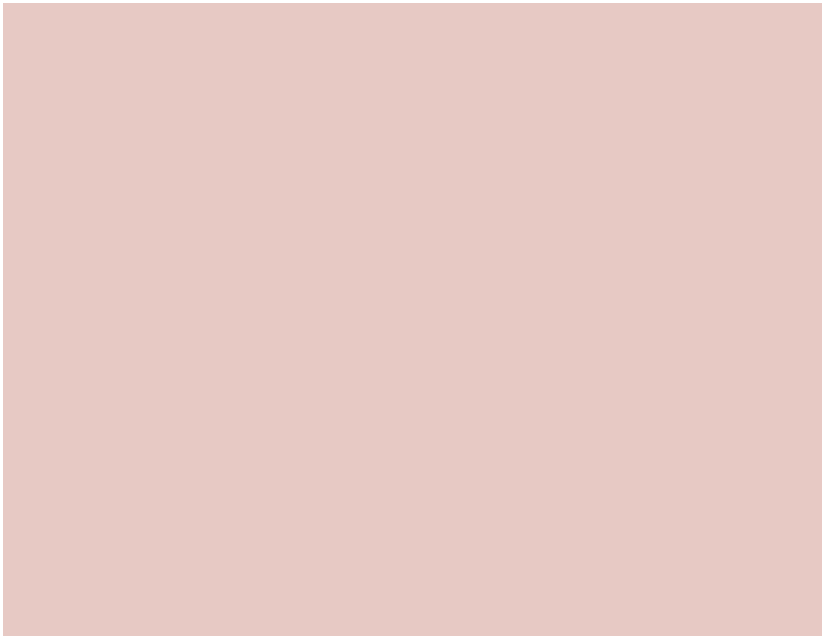
Persona penada  Iniciativa propia  Otro Profesional  Otros

**3. CONOCIMIENTO DE LA PROBLEMÁTICA/DELITO**

**4. APOYO**



**5. OTROS DATOS DE INTERÉS**



**ENTREVISTA CON LA PERSONA APOYO**

**Sesión Individual I. Conocemos a la persona de apoyo**

**CONTRATO DE COMPROMISO**

Yo, .....  
como responsable/familiar/persona de apoyo de .....  
.....  
del Centro .....

**ACEPTO/ME COMPROMETO a:**

- \* Participar en el Programa de Tratamiento que viene realizando la persona a la que apoyo.
- \* Colaborar con el equipo profesional, seguir las indicaciones y proporcionar la información requerida.
- \* Implicarme en este Programa para promover los cambios que sean necesarios.
- \* Guardar estrictamente la confidencialidad sobre los temas tratados en grupo.

El equipo de profesionales se compromete a:

- \* Garantizar el buen desarrollo de las sesiones, motivando y favoreciendo la implicación.
- \* Tratar sin enjuiciar a las personas participantes.
- \* Proporcionar la información requerida por las personas participantes en relación con los asuntos tratados en el grupo de intervención.
- \* Tras la finalización del programa de intervención se realizará una evaluación y seguimiento.

Este contrato tiene vigencia a partir de la fecha de firma, pudiéndose suspender por incumplimiento de alguno de los compromisos señalados o por voluntad de alguna de las partes.

El/la Trabajador/a Social

Persona de Apoyo

Tu colaboración es fundamental

**Centro Penitenciario / CIS:**

**Dirección**

**Profesional:**

**Teléfono y/o correo elect.:**

**Programa ALIANZAS**

**Taller Vínculos:**  
Herramientas básicas para familiares y personas de apoyo



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DEL INTERIOR

SECRETARÍA GENERAL DE INSTITUCIONES PENITENCIARIAS



## ¿De que se trata ?

El Programa Alianzas contiene diferentes actividades para acompañarte en el importante papel que ejerces como persona de apoyo en el tratamiento penitenciario de la persona que cumple condena.

Tu implicación es clave durante el cumplimiento y especialmente en el momento de regreso a la comunidad, para ello, aprenderemos herramientas que faciliten tu labor de apoyo .

## ¿Quién puede participar?

Familiar o referente de apoyo de las personas penadas que se encuentren realizando un programa específico de tratamiento o estén participando en el Programa Alianzas.

## ¿Qué haremos?

- Entrevistas individuales con el/la profesional de trabajo social.
- Entrevistas conjuntas: entrevistas de forma conjunta con el/la trabajador/a social, la persona penada y la persona que le apoya.
- Taller de aprendizaje: seis o siete sesiones grupales para aprender herramientas que faciliten tu labor de apoyo con la persona que se encuentra cumpliendo condena.

"Todo camino tiene un inicio, el recorrido es mejor si lo comparamos hasta llegar al final"

## ¿Cuándo?

Entrevista individual

Sesiones Talleres

Sesiones conjuntas

SESIÓN CONJUNTA 1

# SUMANDO FUERZAS







# I

## Sesión Conjunta I. Sumando fuerzas

### FICHA RESUMEN DE LA SESIÓN CONJUNTA

#### \* **Objetivo de la sesión**

- Conocer y reforzar los lazos afectivos y la forma de comunicación entre las personas que participan.
- Fortalecer el apoyo social como elemento fundamental en el proceso de reinserción.

#### \* **Contenidos de la sesión**

- Información conjunta del proyecto.
- Contexto de intervención.
- Conexión entre las personas participantes.

#### \* **Duración**

1 hora y media con cada persona penada y su persona de apoyo.

#### \* **Introducción**

En esta sesión conjunta participarán la persona penada, su familiar o persona de apoyo y el/la profesional de trabajo social.

En este caso, realizaremos una sesión que nos permita eliminar resistencias y establecer metas de forma conjunta.

Se avanzará paulatinamente en los contenidos planteados, siendo las personas participantes protagonistas de su propio proceso de aprendizaje, de manera que se establezca una conexión adecuada entre ambas partes.

# 1

## Sesión Conjunta I. Sumando fuerzas

### FICHA RESUMEN DE LA SESIÓN INDIVIDUAL *(continuación)*

Profundizaremos en la importancia de la interacción entre los miembros que componen la unidad de apoyo, potenciando relaciones saludables, así como, fortalezas individuales y conjuntas.

Es importante que se transmita seguridad y confianza en el proceso tratamental para la consecución de los objetivos comunes.

# 1

## Sesión Conjunta I. Sumando fuerzas

«Las fuerzas que se asocian para el bien no se suman, se multiplican».  
(Concepción Arenal)

### • **Consideraciones previas**

- \* Se realizarán dos sesiones conjuntas: una previa a las sesiones grupales con las personas de apoyo y, otra, una vez concluidas, para finalizar la intervención del conjunto del proyecto. Con ellas, se pretende generar un compromiso firme en las personas participantes, que sirva para el mantenimiento de los logros alcanzados en el programa específico de tratamiento que está realizando la persona penada. Asimismo, será un espacio sensible donde la intervención por ambas partes debe realizarse con especial cuidado, ya que el resultado al que se aspira, será la adhesión e implicación de las personas participantes en el proceso tratamental.
- \* En esta sesión será fundamental la observación, tanto por separado como la interacción mutua, ésta nos va a permitir realizar valoraciones profesionales de la motivación, la participación y la conexión en ambas direcciones.
- \* En anteriores sesiones grupales se profundiza en la importancia de una adecuada red de apoyo. Este material puede ser de utilidad para dar continuidad a esta sesión conjunta.
- \* Los principales aspectos a tratar:
  - Informar a ambas partes del sentido terapéutico de la intervención.
  - Conocer los lazos afectivos existentes y valorar la conexión que tienen, de manera que nos confirme que la persona de apoyo seleccionada es el vínculo que cumple los objetivos del programa.
  - Crear un contexto de intervención adecuado, para conseguir una alianza terapéutica y un objetivo conjunto.
  - Reflexionar sobre las consecuencias del cumplimiento de condena para ambas partes y utilizarlo para el crecimiento de la relación.

### • **Inicio y bienvenida**

- \* Se saluda a la persona penada y a la persona que va a ejercer apoyo en este proceso. Se traslada el contenido de la sesión que se va a llevar a cabo.
- \* Se indica la importancia de su implicación personal, sinceridad y apertura para obtener el apoyo mutuo efectivo que se pretende.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

## • Desarrollo de la sesión

### I. Información Conjunta

Se inicia la sesión informando a ambas partes del sentido de la intervención en este proyecto y de las sesiones conjuntas.

Previamente se les ha facilitado información por separado sobre el objetivo de este programa. En esta sesión se pretende recordarla, que interactúen planteando sus dudas y avancen en la misma dirección desechando información errónea o creencias inadecuadas sobre el programa.

Se les indica la importancia de participar con total sinceridad, siendo imprescindible implicarse para el desarrollo de estas sesiones y obtener los resultados deseados con el proyecto.

*Para generar un clima adecuado entre las personas participantes se realiza la siguiente dinámica.*



#### Dinámica 1. “Personas que me importan”

### 2. Importancia del apoyo social y la red de apoyo

*La siguiente dinámica facilita información sobre el grado de conocimiento mutuo y los motivos de su participación en el programa de intervención.*



#### Dinámica 2. “¿Quién eres?”

El conocimiento mutuo es fundamental en cualquier relación de confianza, profundizar en el mismo nos va a aportar un clima adecuado para trabajar temáticas sensibles y mayor complicidad en el proceso. Se pretende conocer el grado de conexión entre la persona participante y aquella que ejerce de apoyo, poniendo énfasis en el vínculo y la importancia de la relación, sobre todo en los momentos de mayor dificultad personal.

A continuación, reforzamos la idea de **los efectos** del apoyo social. Para ello, se les plantea una dinámica donde desarrollen ejemplos de momentos o situaciones en los que el apoyo ha sido imprescindible para salir adelante (enfermedades, problemas, pandemia, etc.).



### Dinámica 3. “Juntos somos más fuertes”

Los vínculos y el apoyo social nos sirven como recurso para manejar tanto los problemas cotidianos, como aquellos que surgen en momentos de crisis, por ello, nuestro interés en utilizarlos de apoyo en el mantenimiento de los logros y efectos conseguidos en el tratamiento específico que se encuentran realizando.

El objetivo es reflexionar sobre cómo ha sido el apoyo recibido durante la condena o en el periodo de privación de libertad, valorando si su relación se ha visto modificada, perjudicada o reforzada.

Se considera importante evidenciar cómo se ha vivido esta etapa por cada una de las partes y utilizarlo para facilitar pautas de actuación/compromisos en la relación futura que se va a establecer.

Resaltamos la idea de: *el apoyo social es fundamental para enfrentarnos a situaciones de crisis* y se deja un espacio de reflexión para que compartan su opinión al respecto.

## 3. Comunicación

Es importante que analicen si existen dificultades en su forma de comunicarse o, por el contrario, si creen que es un punto fuerte en su relación personal.

Se introduce el tema trasladándoles algunas de las siguientes cuestiones: *¿cómo es vuestra comunicación? ¿Habláis de vuestras preocupaciones? ¿Discutís a menudo? ¿Qué creéis que podéis mejorar al respecto?*

Posteriormente, según la información que aporten a estas preguntas, se expone el siguiente ejemplo: *una llamada de teléfono que realiza la persona penada desde la prisión para pedir que su persona de apoyo le compre una camiseta de fútbol de su equipo. Se añaden elementos que pueden incidir en que la respuesta a esa solicitud no sea la más adecuada: ese día has dormido mal, te has levantado de malhumor y tienes un problema económico importante.* Se les pide que escenifiquen las diferentes formas de reacción ante esta situación:

- **Pasiva** (acepta sin explicar sus posibles dificultades).
- **Agresiva** (responde de forma negativa a la petición, reprochando su actitud sin tener en cuenta sus circunstancias).
- **Asertiva** (explica cómo se encuentra, entiende la necesidad que plantea la otra persona y llegan a un acuerdo satisfactorio para ambos).

Durante el desarrollo de la sesión y especialmente con esta escenificación, se presta especial atención a la forma de comunicación y conexión mutua, de manera que nos

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

permite valorar si ésta es adecuada o necesita de una intervención profesional específica que mejore la relación y esto facilite los objetivos del programa (en contenidos complementarios y en otras sesiones de este programa se incluye más información sobre la comunicación y normas básicas de comunicación).

El vínculo entre la persona penada y de apoyo, es básico y fundamental para continuar el proceso e intervenir de manera satisfactoria. En el caso de que se valore que existe algún tipo de déficit en esta relación, es aconsejable realizar otras actuaciones para conseguir este propósito y poder avanzar en la sesión.

### • **Despedida e ideas fuerza**

- \* Se finaliza la sesión haciendo un resumen de las ideas más relevantes:
  - Importancia de la información que tenemos del otro/a.
  - Un apoyo social adecuado nos ayuda a solventar, de manera más eficaz, los momentos de especial dificultad: ingreso en prisión, crisis familiares, personales, etc. El apoyo mutuo multiplica la fuerza.
  - Mejorar la comunicación facilita la ayuda mutua.
  - Importancia de la implicación personal y respeto para los logros del programa.
- \* Se agradece la confianza y apertura. Nos despedimos hasta la próxima sesión, que será cuando dará comienzo el taller grupal con las personas de apoyo (taller Vínculos).

## FICHA DE DINÁMICA I



### Personas que me importan

**Objetivo:** crear un clima adecuado para el inicio de la sesión conjunta y, reconocer el valor que tienen las personas que nos importan.

**Guía para la dinámica:**

Se proyecta el video *¿quiénes son las personas más importantes de tu vida?* Se invita a las personas participantes a reflexionar sobre el contenido del vídeo.

Posteriormente, se solicita que se posicionen sobre cuál sería el regalo ideal para las personas más importantes de su vida.

**Duración:** 10 minutos.

**Conclusiones:**

- El regalo más preciado que podemos hacer es compartir tiempo de calidad con las personas que nos importan y hacerles ver el significado que tienen en nuestra vida.

**Recursos necesarios:**

- **Proyector de video y audio, ordenador o dispositivo electrónico.**

**Enlace internet:**

<https://www.youtube.com/watch?v=ZeZXK1xPzhU>

- Título vídeo: Quienes son las personas más importantes de tu vida.



## FICHA DE DINÁMICA 2



### ¿Quién eres?

**Objetivo:** conocer y valorar la motivación de las personas participantes.

**Guía para la dinámica:** se entrega el **documento 2.1.** a cada participante para que realicen el trabajo por escrito de forma individual. En aquellos casos donde se detecten dificultades para desarrollar esta dinámica por escrito, puede adaptarse para realizarla de forma verbal.

Se pregunta a ambas personas:

- **Persona penada:** *¿por qué has propuesto a esa persona? ¿Por qué crees que ha aceptado ayudarte en este momento?* (exponer por qué cree que esta persona puede ejercer el papel de persona de apoyo).
- **Familiar/apoyo:** *¿por qué crees que has sido seleccionado/a como persona de apoyo? ¿Por qué has aceptado ayudar en este momento?* Cualidades que tiene para ello.

Durante la dinámica se observa cómo interactúan, la información obtenida permite desmontar errores y reforzar el conocimiento y conexión mutua.

Posteriormente, se comparte la información explicando, ambas partes, su motivación real para participar, así como sus razones para que ejerza de apoyo esa persona en concreto.

Se mantiene el turno de palabra hasta que finalice cada uno/a sin interrupciones.

**Duración:** 10 minutos.

**Conclusiones:**

- De dónde partimos y por qué nos encontramos aquí.
- La importancia y el significado que tiene la otra persona para mí

**Recursos necesarios:**

- **Bolígrafos.**
- **Documento 2.1.** ¿Quién eres? (para persona penada).
- **Documento 2.2.** ¿Quién eres? (para persona de apoyo).

2.1

PREGUNTA	MOTIVOS
<p>¿Por qué has seleccionado a _____ (nombre persona que le apoya) para que te apoye en este proceso?</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>•</li><li>•</li><li>•</li><li>•</li></ul>
<p>¿Por qué crees que ha aceptado ayudarte en este momento?</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>•</li><li>•</li><li>•</li><li>•</li></ul>

¿QUIÉN ERES?

Sesión Conjunta I. Sumando fuerzas

2.2

¿QUIÉN ERES?

PREGUNTA	MOTIVOS
<p>¿Por qué crees que te ha seleccionado</p> <hr/> <p>(nombre persona a la que va a ayudar)</p> <p>para que le des apoyo en este proceso?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> <li>•</li> <li>•</li> <li>•</li> </ul>
<p>¿Por qué crees que ha aceptado ayudarte en este momento?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> <li>•</li> <li>•</li> <li>•</li> </ul>

## FICHA DE DINÁMICA 3



### Juntos somos más fuertes

**Objetivo:** conocer el grado de conexión entre la persona penada y la persona que ejerce de apoyo, enfatizando el vínculo y la relación en los momentos de mayor dificultad personal.

**Guía para la dinámica:** se entrega a cada participante el **documento 3.1**, en la primera columna se señalan los momentos que han vivido juntos o las situaciones compartidas con la otra persona (momentos positivos, difíciles y cumplimiento de condena) y, en la otra columna, se describen cualidades de la otra persona que permitieron una mejor resolución.

Frente a frente verbalizan cada situación y explican los momentos vividos y el apoyo recibido. Intentamos que analicen y compartan de manera profunda cómo vivieron el ingreso en prisión, cómo les afectó en su vida (social, económica, familiar, laboral, etc.) quiénes le apoyaron y, con la perspectiva del paso del tiempo, cómo lo perciben hoy.

Durante la puesta en común de la dinámica será relevante el tipo de comunicación (lenguaje verbal y no verbal) y la forma de relacionarse, ya que nos ofrece información de la conexión existente y de la relación futura que pretendemos alcanzar.

En los casos donde se detecten dificultades para desarrollar esta dinámica por escrito, puede adaptarse para realizarla de forma verbal

**Duración:** 15 minutos.

**Conclusiones:**

- El apoyo social dependerá de cómo se establece la comunicación, el grado de conexión y las estrategias utilizadas en momentos de crisis, especialmente en el momento del ingreso en prisión. dónde partimos y por qué nos encontramos aquí.

**Recursos necesarios:**

- **Documento 3.1. y bolígrafo.**

3.1

Sesión Conjunta I. Sumando fuerzas

JUNTOS SOMOS MÁS FUERTES

MOMENTOS Y/O SITUACIONES COMPARTIDAS		CUALIDADES DE LA OTRA PERSONA
<b>Momentos positivos</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> <li>•</li> <li>•</li> </ul>
<b>Momentos difíciles (sin ser cumplimiento de condena)</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> <li>•</li> <li>•</li> </ul>
<b>Cumplimiento de condena</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> <li>•</li> <li>•</li> </ul>

## CONTENIDOS COMPLEMENTARIOS

### Comunicación

La **comunicación eficaz** se da cuando el receptor capta el mensaje que el emisor intenta transmitir con las menores distorsiones posibles. Por eso, cuando emitimos un mensaje, hemos de procurar expresarnos de manera que pueda ser entendida por nuestro interlocutor, y cuando escuchamos hay que estar atentos a lo que transmite el otro y procurar captar no sólo sus mensajes explícitos sino también los implícitos (el significado de lo que nos dice, sus ideas y sus sentimientos); teniendo presentes las limitaciones de la comunicación y nuestra tendencia a distorsionarla.

Para tener una comunicación fluida es necesario atender a unas **normas básicas**:

- Cuidar el contenido y la forma de decir las cosas.
- Tratar de no ser suspicaces, ni adivinar lo que piensa o intenta decirnos el otro. Si tienes dudas, pregunta.
- Reflexionar sobre los sentimientos del otro al hablar. Intentar ser empático.
- Pensar cómo le va a sentir al otro lo que le vamos a decir, y cómo podemos decir las cosas sin herirlo.
- Intentar ser agradable y respetuoso a la hora de comunicarnos.

En el caso que se detecten a lo largo de la intervención, dificultades en la comunicación entre los participantes, es conveniente revisar y hacer referencia a las sesiones que incluyen contenido sobre estrategias de comunicación (sesión del grupo de personas penadas que contiene información para mejorar las relaciones personales, ya realizada, y sesión del grupo de familiares que se realizará más adelante, con temática sobre aprender a comunicarse y la comunicación asertiva).



## RECURSOS AUDIOVISUALES

### ■ Vídeo: ¿Quiénes son las personas más importantes en tu vida?

**Resumen:** experimento social realizado a 27 jóvenes en Madrid.

Se plantea una pregunta a diferentes personas ¿cuáles son las personas más importantes en su vida? De una en una, reflexionan y contestan. Posteriormente se lanza la pregunta ¿qué les vas a regalar en Navidad? Y las mismas personas van contestando de forma individual que van a realizar regalos diversos (todos ellos materiales). De igual manera se les pregunta ¿y si te tocara la lotería? Facilitando respuestas de regalos de elevada cuantía económica. A continuación, se les pregunta ¿y si fueran sus últimas Navidades? Sus regalos cambian totalmente. Finaliza el video preguntando ¿y tú, qué vas a regalar esta Navidad?

**Duración:** 07:15 minutos

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=ZeZXXIxPzhU>

### ■ Vídeo: Comunicación verbal y no verbal

**Resumen:** se trata de un vídeo explicativo sobre la comunicación verbal y no verbal de PowToon Created Using. Describe la comunicación verbal (oral y escrita) y no verbal (lenguaje corporal y lenguaje icónico), los elementos de la comunicación, el canal y el código de comunicación.

**Duración:** 2:40 minutos

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=j0IWLWdIY6Y>

### ■ Vídeo: 7 técnicas de comunicación efectiva

**Resumen:** se trata de un vídeo explicativo de TécnicasHablarEnPúblico.com, que mediante dibujos facilita 7 claves para comunicarte mejor verbalmente. Expone como hacer una comunicación efectiva y técnicas de oratoria para hablar bien. La amabilidad, pensar antes de hablar, ir al grano, evitar hablar demasiado, practicar la escucha activa, demostrar autenticidad y un lenguaje corporal que ofrezca confianza serían habilidades necesarias para una adecuada comunicación.

**Duración:** 6:56 minutos

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=6tGA8RDW-Z0>

### ■ **Vídeo: Técnicas para iniciar y mantener conversaciones**

**Resumen:** Alberto Soler (Píldoras de psicología), facilita prácticos consejos para una buena comunicación: mirar a los ojos, formas de iniciar una conversación, como mantener una conversación mostrando interés.

**Duración:** 6:30 minutos

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=76spMCJITuk>

### ■ **Recurso: Los tres estilos de comunicación y sus efectos**

**Resumen:** Página web de Santiago Cid Centro de Psicología donde se recogen los estilos de comunicación: pasivo, agresivo y asertivo.

**Enlace:** <https://www.psicologoemadrid.co/estilos-de-comunicacion/>

### ■ **Recurso: Técnicas de comunicación asertiva**


**Resumen:** Divulgación dinámica en su página web facilita información amplia sobre la comunicación asertiva.

**Enlace:** <https://www.divulgaciondinamica.es/blog/tecnicas-comunicacion-asertiva/>





**TALLER GRUPAL CON  
LAS PERSONAS DE APOYO**



**VÍNCULOS:  
HERRAMIENTAS  
BÁSICAS PARA  
FAMILIAS Y  
PERSONAS DE APOYO**



SESIÓN GRUPAL 1  
PERSONAS DE APOYO  
**CONOCIÉNDONOS**





# 1

## Sesión grupal I. Personas de apoyo. Conociéndonos

### FICHA RESUMEN DE LA SESIÓN GRUPAL

#### \* **Objetivos de la sesión**

- Crear un clima de confianza y compromiso que facilite la participación en el programa de intervención sociofamiliar.
- Ampliar información a las personas de apoyo sobre este programa.

#### \* **Contenidos de la sesión**

- Presentación del programa y de las personas implicadas.
- Normas de funcionamiento.
- Compromiso de las personas participantes.
- El valor que tienen como personas de apoyo.

#### \* **Duración**

2 horas.

#### \* **Introducción**

En esta sesión se pretende crear un clima de cercanía y confianza con las personas de apoyo para que la cohesión grupal permita la adquisición y asimilación de los contenidos en las próximas sesiones.

Asimismo, se resaltarán la importancia y el valor que tiene la red de apoyo familiar y social en la reinserción de las personas penadas.





## Sesión Grupal I. Personas de apoyo. Conociéndonos

«Reunirse es un comienzo, permanecer juntos es un progreso; trabajar juntos es el éxito».  
(Henry Ford)

### • **Inicio y bienvenida**

- ✱ Se da la bienvenida a las personas participantes y se comprueba la asistencia. Agradecemos su presencia, reconociendo el esfuerzo que están realizando con su participación en este programa/taller.
- ✱ Se expone el contenido, señalando los horarios de inicio, descanso y finalización.
- ✱ Para las personas participantes asistir a estas sesiones puede ser una experiencia desalentadora, por lo que será vital crear un ambiente de confianza y empatía en la sesión, permitiendo espacios de dialogo, escucha y comprensión.
- ✱ Asimismo, es importante tener en cuenta que algunas de las personas serán reticentes, en un inicio, a mostrar sus opiniones o a compartir sus experiencias. Las dudas y los miedos son normales al principio, poco a poco se irá creando un espacio cómodo, seguro y de confianza entre las personas integrantes, viendo que en muchos aspectos son coincidentes y persiguen los mismos objetivos.

### • **Desarrollo de la sesión**

## I. Presentación y acogida

*Se inicia la sesión con una dinámica de presentación y acogida al ser el primer momento en el que coinciden las personas de apoyo y el/la profesional. Se pretende que las personas participantes vayan conociéndose y generar un clima adecuado para la intervención.*



### **Dinámica I. Tejiendo Redes**

Una vez que el grupo se conoce y está distendido, comenzamos a detallar cuestiones más específicas del programa:

- Hasta ahora, los programas de intervención se han centrado en trabajar con las personas penadas y en la modificación de conductas o problemáticas que las han llevado a prisión. Este programa reconoce la necesaria implicación de la red de apoyo en el proceso de reinserción.



Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

- Al igual que en otros programas de tratamiento, es importante **desvincular** la participación a la obtención de posibles beneficios penitenciarios.
- Éste será un espacio de aprendizaje mutuo, donde sentirnos escuchados/as, poder crecer a nivel personal y familiar que ayude a optimizar la reincorporación a la vida en libertad de la persona que apoyamos.
- Si nos implicamos conjuntamente el beneficio será común (personas penadas, personas de apoyo y la comunidad) ya que la reinserción implicará ventajas para todas las partes.

## 2. Expectativas del programa de intervención

*Al inicio de todo programa es necesario conocer las expectativas con las que acuden las personas participantes. El grupo proporciona una interacción y retroalimentación entre personas participantes y profesionales, que va a permitir comprender el beneficio que tiene la intervención penitenciaria no solo para la persona penada sino también para el personal técnico y sus personas de apoyo.*

*El grupo va a descubrir que existen otras personas que experimentan situaciones similares, dificultades, preocupaciones, miedos, incertidumbres y que, por tanto, todo esto no es único ni exclusivo. De esta manera, se favorece romper con algunos prejuicios y reducir los miedos. Es necesario propiciar la motivación y compromiso con el grupo a la vez que se obtiene el apoyo y el refuerzo de los logros conseguidos con el desarrollo del programa.*

*Otro beneficio del trabajo grupal es el aporte de soluciones o alternativas que puedan ser útiles y eficaces para el resto. También, cuando se comparte entre iguales lo vivido, se siente mayor comprensión y se valida el mensaje.*

La siguiente dinámica permite obtener información sobre la motivación y las expectativas que tienen respecto a la participación en este programa.



### Dinámica 2. Carta para mí

*En caso de querer profundizar sobre este tema se puede utilizar la Dinámica 3 La caja de los logros y la Dinámica 4 Rueda de expectativas, que tendrán carácter opcional.*



### Dinámica 3. La caja de los logros



### Dinámica 4. Rueda de expectativas

### 3. Presentación del programa: información y normas

#### \* Presentación del programa

Aunque parte de la información del programa ya ha sido facilitada en el primer contacto individual y en la sesión conjunta, en este momento de forma más extensa y exhaustiva, se les proporciona y aclaran las dudas o incertidumbres que tengan hasta el momento. Informamos de los aspectos más concretos del funcionamiento del programa:

- El día, hora y espacio en el que nos vamos a reunir.
- Estructura del programa:
  - **Sesiones individuales:** tanto con las personas penadas como con las personas de apoyo que nos hemos entrevistado individualmente.
  - **Sesiones conjuntas:** sesiones en las que participan la persona penada, su persona de apoyo y el/la profesional. Una ya se ha realizado (previa al inicio de las sesiones grupales) y otra se realizará cuando termine el taller con las personas de apoyo.
  - **Sesiones grupales:** dirigidas a las personas penadas y otras para las personas de apoyo.
- Metodología de las sesiones:
  - **Aprendizaje basado en ejercicios prácticos** a través de dinámicas grupales e individuales. Ejemplos: aprenderemos recursos para mejorar la comunicación sociofamiliar, estrategias para resolución de conflictos, herramientas de prevención de recaídas, etc.
  - **Sesiones reflexivas y prácticas,** motivando a la implicación de cada participante.

El grupo es una oportunidad de conocimiento de recursos y habilidades personales que conlleva indudables beneficios, no sólo para el proceso de reinserción de la persona a la que apoyan, sino también para cada persona que inicia este aprendizaje.

El trabajo en equipo (persona penada, persona de apoyo y de profesionales del equipo técnico) va a permitir construir un espacio de crecimiento personal y apoyo para el objetivo común: la inserción social.

#### \* Normas

Para que el grupo funcione se requieren unas mínimas normas. Es necesario establecer unas pautas de comportamiento, por lo que desarrollaremos un listado de las normas a cumplir dentro del grupo. Se acordarán conjuntamente para crear un espacio participativo en el que cada persona adquiera un grado de compromiso y asuma la responsabilidad de su cumplimiento.



### Dinámica 5. Creamos nuestras normas

*Con la información extraída en la dinámica, se realiza una recopilación de todas las normas y de los compromisos adquiridos, todos ellos consensuados por el grupo, los cuáles se pueden mantener visibles en el resto de las sesiones grupales (ej. con un mural, cartulina, etc.).*

## 4. De qué formamos parte

La familia y las personas de apoyo son parte de un todo. Nuestro entorno nos influye y nuestras conductas influyen en el entorno al que pertenecemos.

A veces, tendemos a encontrar defectos y aspectos negativos en aquello que nos rodea, perdiendo la perspectiva positiva. Uno de los objetivos de estos talleres será centrarnos en la búsqueda de los aspectos positivos de nuestra red de apoyo.

*En la siguiente dinámica, a través de un cuento, se reflexiona conjuntamente sobre este concepto.*



### Dinámica 6. El carpintero y las herramientas

Tal y como hemos analizado en la anterior dinámica, la unión de todos los miembros de la carpintería hace que se puedan afrontar las dificultades de forma diferente aportando cada persona sus capacidades, su visión sobre el problema y su resolución. El objetivo es el aprendizaje del valor de la familia y de las personas de apoyo, ya que todas las personas tenemos la necesidad de apoyarnos mutuamente.

La entrada de una persona en prisión implica, en muchas ocasiones, que sus familiares, amistades y/o personas que les apoyan se encuentren –sobre todo al inicio– en constante vigilancia que a medida que, se va prolongando el cumplimiento, va disminuyendo (ej. cobertura de necesidades, visitas, contactos telefónicos, tratar de trasladar aspectos positivos, minimizar los acontecimientos negativos con objeto de evitar preocupaciones y malestar, etc.). Al fin y al cabo, incluso en esta situación compleja, cada persona tiene sus necesidades y es preciso atender a todas ellas de forma equilibrada. Además, las circunstancias son diferentes en cada una de las etapas del cumplimiento de la pena.

Esta situación posibilita un escenario distinto (el ámbito penitenciario) con nuevos planteamientos en la comunicación, en los límites o cambios en la vida de la persona –apoyo y penada– según cada caso. A ello, hay que sumar que participar en el programa puede ayudar a plantearse cambios, reajustes, adaptaciones o traspaso de responsabilidades.

Se concluye este tema reflexionando sobre el tiempo que se dedica a las personas queridas, cercanas y a quienes se consideran nuestros apoyos. El propósito es reconocer si, antes de esta situación, valoraban tanto positiva como negativamente el tiempo que disfrutaban de forma conjunta.



### Dinámica 7. ¿Tú lo cambiarías?

#### • **Despedida e ideas fuerza**

- ✱ Se plantea una lluvia de ideas con las siguientes cuestiones: *¿qué es lo que se ha trabajado hoy?, ¿qué es lo que más os ha llamado la atención? Y ¿para qué puede servir este aprendizaje?*
- ✱ Se da fin a la sesión haciendo un resumen de las ideas clave:
  - En las relaciones personales (familia, amistades, etc.) todas las personas son importantes, cada una cumple una función, de todas nos nutrimos y nos pueden ayudar a crecer.
  - Sois personas claves en el proceso de incorporación al exterior, por ello, es importante vuestra participación en este programa.
  - Es necesario tener en cuenta que el cumplimiento de condena es un momento complejo, que cada persona vive de forma diferente y donde los apoyos externos son fundamentales.
- ✱ Se finaliza la sesión con la siguiente reflexión: *la actitud es el motor de la vida, según cómo nos enfrenemos a las dificultades determinará la manera en la que se resuelvan.*
- ✱ Se despide al grupo hasta la próxima sesión.

## FICHA DE DINÁMICA I



### Tejiendo redes

**Objetivo:** conocer los nombres y las expectativas de las personas participantes, favoreciendo la cohesión grupal.

**Guía para la dinámica:** se hará un círculo con todas las personas del grupo e irán pasándose un ovillo de lana, de la siguiente manera:

Se coge el extremo de lana del ovillo y, sin soltarlo, se lanza a otra persona con la otra mano, a la vez que dice su propio nombre, el motivo por el cual está en el grupo y qué esperan del programa. Quién recibe el ovillo, agarra el hilo y, también sin soltarlo lanza de nuevo el ovillo a otra persona diciendo sus motivos. Y así, sucesivamente, hasta que todas las personas sujetan un trozo de hilo, mientras que se va formando una vistosa figura a modo de telaraña. Para finalizar, la última persona en recibir el ovillo lo lanzará a la primera, cerrando así el círculo.

Si se quiere, se puede hacer una variante más: se pone en juego un segundo ovillo de lana, lanzándose a alguien diciendo su nombre. Esta persona se lo envía a otra persona de la que tiene que decir su nombre. Si da tiempo, la participación es activa y se favorece un buen clima.

Se pretende crear un ambiente distendido y divertido, donde las personas se sientan cómodas, se conozcan y favorezca la cohesión grupal. Son los primeros momentos, por lo que se debe prestar especial atención y cuidado.

**Duración:** 15 minutos aproximadamente.

**Conclusiones:**

- Si aunamos fuerzas y nos mantenemos cohesionados podemos tener mayor protección y apoyo.

**Recursos necesarios:**

- **2 ovillos de lana.** (A ser posible de diferentes colores).

## FICHA DE DINÁMICA 2



### Carta para mí

**Objetivo:** conocer las expectativas en relación con el programa de intervención que van a iniciar.

**Guía para la dinámica:** se pide a cada participante que escriba una carta imaginando que es el último día del grupo, contando a otra persona cercana lo que le ha pasado durante esta experiencia. Se persigue que piensen en cómo sería su grupo ideal y las cosas que les gustaría conseguir.

Estas cartas se recogen y se les devuelve el último día del grupo para que puedan ver si sus expectativas se han cumplido.

**Duración:** 15 minutos.

**Conclusiones:**

- Al inicio de todo grupo surgen cuestiones que necesitan responderse, aunque no siempre se obtiene la respuesta esperada.
- El tiempo y el trabajo realizado en el grupo determinarán si se han cumplido o no las expectativas iniciales.

**Recursos necesarios:**

- **Folios y bolígrafos.**

## FICHA DE DINÁMICA 3



### La caja de las expectativas y temores (opcional)

**Objetivo:** conocer los logros o las metas que les gustaría alcanzar con la participación en este programa.

**Guía para la dinámica:** se les invita a reflexionar durante unos minutos de silencio sobre qué va a suceder en el transcurso del grupo y qué cosas les gustaría o no que ocurrieran. Después de ese tiempo, cada participante cuenta lo que se ha imaginado.

Se recogen las aportaciones realizando una síntesis de las expectativas y temores planteados.

Se realiza una ronda de preguntas:

- *¿Cuáles son las reglas que considero no deben faltar?*
- *¿Qué puedo aportar para que haya buenas relaciones en el grupo?*
- *¿Qué necesito que hagan o eviten hacer las demás personas para sentir confianza?*

**Duración:** 20 minutos.

#### **Conclusiones:**

- Es importante ser conscientes de los temores que al inicio de un proceso grupal pueden surgir, explicando que, si una persona se siente incómoda ante alguna situación es fundamental que lo diga en el momento.
- El miedo es un sentimiento de desconfianza a lo desconocido. Se les ofrecerá un espacio seguro y un ambiente de privacidad que posibilite la relación con las otras personas.
- El grupo va a generar un espacio donde favorecer expectativas positivas pudiendo contribuir al incremento en la motivación con la intervención grupal.

#### **Recursos necesarios:**

- **Folios y bolígrafos.**
- **Pizarra, tizas o papelógrafo y rotuladores.**

## FICHA DE DINÁMICA 4



### Rueda de las expectativas (opcional)

**Objetivo:** conocer las expectativas o motivación de las personas en el programa.

**Guía para la dinámica:** se entrega una hoja de preguntas (**documento 4.1.**) a cada participante para que respondan de manera individual.

Una vez respondidas, se dividirá el grupo en 4 subgrupos, para hacer esta división se les enumera del 1 al 4 progresivamente (cada número similar formará parte del mismo grupo).

Se les solicita que, en cada uno de los grupos, pongan en común sus respuestas individuales y que las conclusiones las escriban en hojas de papelógrafo/pizarra. Cuando los equipos acaben, se expone y da lectura, a través de cada representante del subgrupo. Si fuese necesario, se aclararán las reflexiones facilitadas.

Se perseguirá que las expectativas no discrepen de los objetivos del programa a desarrollar.

**Duración:** 30 minutos.

#### **Conclusiones:**

- Es importante clarificar las expectativas que tienen para prevenir el abandono y conseguir una adherencia positiva al programa.
- La motivación puede darse por diferentes motivos: deseo de cambios de la persona a la que apoyan, aprender a identificar factores de riesgo de recaída, trabajar dificultades en la relación de ayuda con la persona penada, compartir experiencias, emociones y conflictos que se vayan produciendo, trabajar la escucha activa, la empatía y búsqueda de estrategias de ayuda y de gestión de conflictos, etc. todos ellos válidos y legítimos. Teniendo en cuenta sus expectativas, se confirma cuáles pueden ser satisfechas por el grupo y cuáles no.
- El grupo es un espacio para compartir experiencias y aprendizaje.



## FICHA DE DINÁMICA 4 (continuación)

### Recursos necesarios:

- **Folios y bolígrafos.**
- **Pizarra, papelógrafo y rotuladores.**
- **Documento 4.1.** Mis expectativas.

4.1

Responde a las siguientes preguntas:

► ¿Por qué estoy aquí?

---

---

---

---

---

---

► ¿Qué me gustaría conseguir en este grupo?

---

---

---

---

---

---

► ¿Qué puedo aportar?

---

---

---

---

---

---

► ¿Qué me gustaría aprender en este taller?

---

---

---

---

---

---

MIS EXPECTATIVAS

## FICHA DE DINÁMICA 5



### Creamos nuestras normas

**Objetivo:** establecer las normas del grupo para mejorar su funcionamiento.

**Guía para la dinámica:** se realiza una lluvia de ideas, con las normas que consideran fundamentales en el grupo y se van recogiendo en la pizarra. Se sugieren las siguientes preguntas: ¿qué normas creéis que debe tener el grupo? Según vayan contestando se puede preguntar: ¿qué pensáis sobre esta?, ¿qué se persigue?, ¿en qué va a consistir?

Una vez se tenga el listado que se ha consensuado, se lee y se pregunta *¿qué os parecen?, ¿se os ocurre alguna más?*

**Duración:** 10 minutos.

#### **Conclusiones:**

Algunas de las normas principales pueden ser:

- *Asistencia y puntualidad obligatoria:* el tiempo y el compromiso es muy valioso para todos y todas.
- *Respeto:* todas las opiniones y sentimientos son válidos. Es fundamental tratarse bien y tener consideración por las opiniones del resto.
- *Escucha empática:* hablar una sola persona cada vez, respetando los turnos de palabra, prestando atención a la persona que habla, a lo que dice, y tratando de ponerse en el lugar de la otra persona para entenderla mejor. No se permiten las agresiones verbales o descalificaciones personales.
- *Confidencialidad:* se tratan temas muy personales a lo largo de las sesiones por lo que es fundamental no comentarlos fuera de ellas. Es esencial la privacidad y el respeto.
- *Solidaridad:* ayudarnos mutuamente, saber que podemos contar con las personas del grupo.

## FICHA DE DINÁMICA 5 (continuación)

- *Libertad*: no sentirse obligado/a a participar si en ese momento no se quiere. La participación nos enriquece, por lo que esperamos que todas las personas se sientan cómodas en el grupo para hacerlo.
- *Compromiso*: este es nuestro programa y para ello es importante realizar las actividades y tareas a las que nos comprometemos.
- *Otras*: consecuencias del incumplimiento, por ejemplo, ante la falta de confidencialidad.

### Recursos necesarios:

- **Pizarra y tizas.**
- **Rotuladores o en su defecto papel continuo (papelógrafo).**

## FICHA DE DINÁMICA 6



### El carpintero y las herramientas

**Objetivo:** sensibilizar sobre la idea de que formamos parte de una comunidad (familiar, relacional, conyugal, etc.).

**Guía para la dinámica:** se visionará un video en el que se narra un cuento. Trataremos de construir nuestra propia enseñanza reflexionando acerca del papel que tenemos dentro de nuestra familia o de nuestra red de apoyo. Se deja un espacio para recapacitar sobre las siguientes cuestiones:

– *¿Qué es lo que tratamos de buscar en otras personas?*

En ocasiones, solo somos capaces de buscar defectos, por lo que la situación se vuelve tensa y confusa. En situaciones complejas o difíciles esto se intensifica más. Por el contrario, cuando buscamos los puntos fuertes de las otras personas, lo que perseguimos es la búsqueda de apoyos para salir más fuertes de las relaciones.

– *¿Qué hacemos cuando nos encontramos con alguien que piensa o actúa de forma diferente a la nuestra? ¿Lo aceptamos?, ¿Lo rechazamos?, ¿Lo toleramos?*

– *¿Qué pasa en nuestro entorno social y familiar?*

**Duración:** 20 minutos.

#### **Conclusiones:**

- Se pretende reflexionar que somos parte de un “sistema” (equipo, unidad) y que se han de fomentar actuaciones dirigidas a establecer condiciones favorables que posibiliten recursos a la familia y a la persona de apoyo. Esto implica que todas las partes son importantes, que necesitamos de la ayuda de otras personas para movilizar nuestros propios recursos personales en función de la problemática que presenten.
- A veces, los intereses, los sueños y proyectos compartidos nos acercan, pero son las diferencias, el reconocimiento y el respeto a estas lo que fortalece la relación entre las personas. Si no compartimos las

## FICHA DE DINÁMICA 6 (continuación)

diferencias, olvidaremos nuestros intereses comunes. En ocasiones es difícil

### Recursos necesarios:

- **Reproductor de vídeo / cañón de proyección.**
- **Cuento “El carpintero y las herramientas”.**

Enlace del video:

<https://www.youtube.com/watch?v=BmueohdxDk>

## EL CARPINTERO Y LAS HERRAMIENTAS

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

Érase una vez que, a medianoche, hubo en la carpintería una extraña asamblea. Las herramientas se habían reunido para arreglar las diferencias que no las dejaban trabajar.

El *Martillo* pretendió ejercer la presidencia de la reunión, pero enseguida la asamblea le notificó que tenía que renunciar:

– No puedes presidir, Martillo –le dijo el portavoz de la asamblea–. Haces demasiado ruido y te pasas todo el tiempo golpeando.

El Martillo aceptó su culpa, pero propuso:

– Si yo no presido, pido que también sea expulsado el Tornillo, puesto que siempre hay que darle muchas vueltas para que sirva para algo.

El *Tornillo* dijo que aceptaba su expulsión, pero puso una condición:

– Si yo me voy, expulsad también a la Lija, puesto que es muy áspera en su trato y siempre tiene fricciones con los demás.

La *Lija* dijo que no se iría a no ser que fuera expulsado el Metro. Afirmó:

– El Metro se pasa todo el tiempo midiendo a los demás según su propia medida como si fuera el único perfecto.

Estando la reunión en tan delicado momento, apareció inesperadamente el Carpintero, que se puso su delantal e inició su trabajo. Utilizó el martillo, la lija, el metro y el tornillo. Trabajó la madera hasta acabar un mueble. Al terminar su trabajo, se fue.

Cuando la carpintería volvió a quedar a solas, la asamblea reanudó la deliberación. Fue entonces cuando el *Serrucho*, que aún no había tomado la palabra, habló:

– Señores, ha quedado demostrado que tenemos defectos, pero el carpintero trabaja con nuestras cualidades; son ellas las que nos hacen valiosos. Así que propongo que no nos centremos tanto en nuestros puntos débiles y que nos concentremos en la utilidad de nuestros puntos fuertes.

La asamblea valoró entonces que el Martillo era fuerte; el Tornillo unía y daba fuerza; la Lija era especial para afinar y limar asperezas; y observaron que el Metro era preciso y exacto. Se sintieron un equipo capaz de producir muebles de calidad. Se sintieron orgullosos de sus fortalezas y de trabajar juntos.

## FICHA DE DINÁMICA 7



### ¿Tú lo cambiarías?

**Objetivo:** conocer quiénes son las personas significativas en la vida de las personas participantes.

**Guía para la dinámica:** antes del visionado, se les entrega un **Documento 7.1. Reflexión personas importantes** y se les pide que lo cumplimenten. Una vez rellenado, darán la vuelta al documento hasta que se les indique. A continuación, se visiona el vídeo y se inicia un debate a través de las siguientes preguntas:

– *¿Qué os ha parecido el vídeo? ¿Qué os ha llamado la atención?*

A continuación, se les pide que den la vuelta al papel, planteando las siguientes preguntas:

– *¿Os sentís identificados de alguna manera?, ¿en qué y por qué?, ¿qué importancia damos a las relaciones?*

– *Analicemos la siguiente frase: “Regalar tiempo con las personas, es el mejor de los regalos, es algo que no puedes comprar, y es algo que nunca va a volver, es un regalo exclusivo y único.”*

– *Antes del cumplimiento de condena de la persona penada ¿os habéis sentido así en alguna ocasión?, y en estos momentos ¿cómo os sentís?, ¿ha cambiado algo de vuestra relación?*

**Duración:** 20 minutos.

#### **Conclusiones:**

- En las relaciones personales más cercanas es donde, normalmente, existen apoyos con mayor consolidación, en los que la relación de ayuda es bidireccional. Se trata de generar relaciones estables y sanas.
- Es necesario reflexionar sobre cuánto y cómo cuidamos nuestro entorno familiar y red de apoyo. Normalmente somos conscientes y lo valoramos cuando necesitamos ayuda, pero lo importante es cuidar a nuestro entorno de forma desinteresada.



## FICHA DE DINÁMICA 7 (continuación)

### Recursos necesarios:

- **Folios y bolígrafo.**
- **Documento 7.1.** Reflexión personas importantes.
- **Reproductor de vídeo / cañón de proyección.**
- **“Experimento social. Yo cambio mi regalo”.**

### Enlace del video:

<https://youtu.be/D-3KLwLkXfA>

7.1

Tomate cinco minutos, lee detenidamente la pregunta y contesta con la mayor sinceridad posible:

➤ ¿Quiénes son las personas más importantes de tu vida?

---

---

---

---

---

---

---

➤ ¿Qué les vas a regalar en navidad?

---

---

---

---

---

---

---

➤ Y, ¿si te toca la lotería?

---

---

---

---

---

---

---

➤ Y, ¿si fueran las últimas navidades?

---

---

---

---

---

---

---

REFLEXIÓN PERSONAS IMPORTANTES

Sesión Grupal I. Personas de apoyo. Conociéndonos



## RECURSOS AUDIOVISUALES

### ■ Vídeo: Cuento El carpintero y las herramientas

**Resumen:** se trata de un cuento que narra la historia una asamblea de distintas herramientas en una carpintería. Van argumentando los diferentes motivos por los que cada herramienta no puede tener la presidencia, ya que cada uno tiene fallos y defectos. Finalmente, el carpintero demostró que en su totalidad eran importantes, aunque tuvieran fallos, ya que también poseen fortalezas y eso es lo que les da valor. Concluyendo que lo fundamental es trabajar en equipo.

**Duración:** 2:43 minutos

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=BmueohdhxTk>

### ■ Vídeo: Experimento social. “Yo cambio mi regalo”

**Resumen:** un vídeo que se inicia con la pregunta *¿Quiénes son las personas más importantes de tu vida?* Posteriormente, visualiza a diferentes jóvenes que van contestando quiénes son las dos personas más representativas en sus vidas. A continuación, se les pregunta *¿qué tienen pensado regalar por Navidad?* Y comienzan a relatar los artículos materiales que tienen pensado regalar. Después, a la pregunta: *¿Y si te toca la lotería?* Van contestando regalos más lujosos. Finalmente, les preguntan *¿Y si fueran sus últimas Navidades?* Todos ellos cambian sus regalos por cuestiones más emocionales, de muestras de cariño y para compartir juntos.

**Duración:** 7:14 minutos

**Enlace:** <https://youtu.be/D-3KLwLkXfA>

### ■ Vídeo: Tenemos que vernos más

**Resumen:** un vídeo de un anuncio publicitario que hace hincapié en la importancia dedicar tiempo a las personas que queremos, se basa en la frecuencia con la que nos vemos con las personas que apreciamos. Se busca hacer un cálculo del tiempo que pasarás con la gente que te importa. Posteriormente, se visualiza cual es la reacción al enterarse de cuánto tiempo pasarán juntos en un futuro, y se dan cuenta que es muy poco.

Para evitar el visionado de imágenes de alcohol se deberá tener en cuenta que en el minuto 1'25 aparece un brindis, durante 1 segundo, así como en el 4'14 (bebida de la marca), 4'17 (copa de vino) y 4'19 (brindis).

**Duración:** 4:27 minutos

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=MiXwBNiFM58>

SESIÓN GRUPAL 2  
PERSONAS DE APOYO

# APRENDIENDO ESTRATEGIAS





# 2

## Sesión grupal 2. Personas de apoyo. Aprendiendo estrategias

### FICHA RESUMEN DE LA SESIÓN GRUPAL

#### \* **Objetivos de la sesión**

- Realzar la importancia de las figuras de apoyo en el proceso de inserción.
- Proporcionar pautas para establecer relaciones de forma asertiva.

#### \* **Contenidos de la sesión**

- El valor del apoyo sociofamiliar.
- Formas de ayuda.
- Herramientas de mejora de la convivencia: comunicación asertiva.

#### \* **Duración**

2 horas.

#### \* **Introducción**

Realizaremos una sesión para ahondar en las diferentes fórmulas de ayuda que las personas de apoyo pueden prestar a las personas que se encuentran cumpliendo una condena.

Pondremos en práctica estrategias para mejorar la convivencia y las relaciones interpersonales, haciendo especial énfasis en el desarrollo de herramientas de comunicación asertiva.



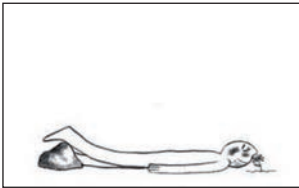
# 2

## Sesión Grupal 2. Personas de apoyo. Aprendiendo estrategias

### • Inicio y bienvenida

- ✱ Se da la bienvenida a las personas participantes y se comprueba la asistencia.
- ✱ Se presenta el tema a tratar en la sesión, señalando los horarios de inicio, descanso y finalización.
- ✱ Se recuerdan en conjunto las reglas básicas de participación, siendo imprescindible la no interrupción entre las personas participantes, no acaparar la atención y mantener el respeto, discreción y apoyo cuando se traten temas de contenido sensible y privado.

### • Desarrollo de la sesión



Se inicia la sesión mostrando la siguiente imagen planteando al grupo qué les sugiere. Ante situaciones difíciles de la vida se pueden adquirir aprendizajes y experiencias positivas. Se realiza un símil con la participación en este taller y/o el ingreso en prisión de una persona penada (reformular positivamente). Se pretende que este espacio sea un ejemplo de esto.

### I. ¿Para qué ayudar?

Antes de preguntarnos cómo podemos ayudar, empezamos reflexionando **por qué y para qué** deseamos ayudar.

*Se deja un espacio para dialogar sobre los beneficios y consecuencias positivas que se producen cuando las personas penadas tienen apoyo en el exterior.*

La colaboración sociofamiliar es esencial en el transcurso del proceso del cumplimiento de la condena, por ejemplo en la etapa previa al ingreso en prisión y en la posterior puesta en libertad. Contar con lazos familiares y otro tipo de apoyos sólidos reduce la probabilidad de reincidencia. A su vez, cuando las personas privadas de libertad tienen apoyo familiar repercute positivamente en la inserción social: en la **familia**, la **persona penada** y en la **comunidad** a la que pertenece. Por lo tanto, todos y todas obtenemos un beneficio, pero es vital aprender cómo ayudar adecuadamente.

En el caso de las personas que ingresan en un centro penitenciario, la mayor carga “psicofísica” y judicial recae sobre ellas, sin embargo, no son las únicas perjudicadas, ya también existen consecuencias emocionales, económicas y sociales (estigma) en las personas que prestan apoyo.



Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

*Se deja un espacio para compartir cómo se sienten con el rol de apoyo y cuáles son sus sentimientos y miedos (impotencia, incertidumbres, preocupaciones, estigmas, etc.).*

Existe una mezcla de **sentimientos, comportamientos y expectativas** en cada persona que nos encaminan a ayudar a nuestro familiar para que no se encuentre aislado/a y cuente con un apoyo sólido. Sin embargo, es importante comprender que esta ayuda surge de un acto voluntario, no obligatorio, sabiendo que es favorable para la persona que apoyamos, a pesar de posibles fracasos o dificultades que puedan surgir. Como bien sabéis es un camino que conlleva un esfuerzo importante.

✓ **Para profundizar en el tema se proyecta el video Con la familia de apoyo, la remontada es posible.**

[https://www.youtube.com/watch?v=BmtioM\\_mWi8](https://www.youtube.com/watch?v=BmtioM_mWi8)

Ayudar a la persona que apoyamos es un reto que está lleno de buenas intenciones, no obstante, para obtener resultados positivos es esencial conocer **nuestro papel, nuestros límites y adquirir herramientas** que nos acompañen en todo su proceso de rehabilitación. La tarea no es fácil, requiere implicación, trabajo en equipo y máxima atención a las peculiaridades que se dan en el contexto penitenciario. Éste es uno de los objetivos por el que nos encontramos en estas sesiones: **apoyar en este momento** tan crucial de vuestras vidas.

## 2. ¿Cómo ayudar?

*Se pregunta al grupo, ¿qué tipos de ayuda creen que pueden prestar a su familiar/persona que apoyan? Se deja un espacio para que verbalicen algunas inquietudes que deseen compartir al respecto.*

A continuación, detallamos las principales colaboraciones que consideramos que los familiares y personas de apoyo pueden realizar en el periodo de privación de libertad:

### \* Apoyo básico

Este apoyo es el que normalmente realizan de forma periódica, aportándoles apoyo instrumental, emocional y material para que el internamiento sea más estable y confortable:

- **Instrumental:** gestiones en el exterior (ejemplos: asuntos laborales o personales, trámites burocráticos o institucionales, etc.).
- **Emocional:** acompañamiento y afecto a través de cartas, visitas, llamadas, etc.
- **Material:** aporte económico con el ingreso de peculio, ropa, calzado, etc.

Este tipo de apoyo básico es vital para la persona que está cumpliendo condena y en cierta manera tenemos que saber equilibrarlo en función de nuestras necesidades y posibilidades.

*Se deja un espacio para que verbalicen las dificultades que tienen para lidiar con estas solicitudes o necesidades que plantean las personas a las que apoyan (ej. Exigencias relacionadas con el peculio, gestiones derivadas del ingreso en prisión, etc.).*

### \* Trabajar de manera conjunta con el equipo de tratamiento



#### Dinámica 1. Trabajamos en equipo

Sois las personas que mejor conocéis a vuestros familiares y muchos sabéis cuáles son los puntos fuertes y débiles que tienen, pero para que, por nuestra parte, podamos ayudar a la persona penada de forma efectiva, es necesario **trabajar conjuntamente** con toda la información de relevancia que se tenga de la persona que se encuentra cumpliendo condena.

**Formamos parte de un equipo:** las personas de apoyo, las personas penadas y nosotros/as, como personal técnico de la Institución Penitenciaria, formamos un equipo. Partimos de propósitos comunes: el bienestar, la rehabilitación y la reinserción de la persona penada. Sin embargo, para llevarlos a cabo de manera real y efectiva, es fundamental establecer una alianza de confianza con el equipo técnico, así como promover vuestra implicación personal en el proceso de reinserción.

### \* Concebir el tratamiento como un motor de cambio

Es importante destacar la función educativa y de estabilidad emocional que el entorno ha ejercido en el proceso de socialización de la persona penada en el exterior y que se mantiene en la actualidad.

En estos momentos, vuestra ayuda juega un papel relevante en el éxito o fracaso del proceso de resocialización. Es, por ello, imprescindible **motivar** a las personas penadas a **implicarse activamente** en su programa individualizado de tratamiento, siendo conscientes de la importancia que tiene la participación en acciones terapéuticas, formativas, culturales, destinos productivos, etc., de manera que permita mejorar el perfil personal y profesional de la persona penada y preparar para su reincorporación a la sociedad.

*Se plantean algunas situaciones en las que pueden intervenir, animando a la persona que apoyan a continuar el tratamiento. Por ejemplo: su familiar les dice que quiere dejar la escuela, porque se aburre en clase o les cuenta que ya no quiere participar en alcoholísticos anónimos alegando que no bebe desde que está en prisión, etc.*

Un entorno sociofamiliar estable y saludable permite potenciar cambios en las personas penadas. Los referentes significativos pueden influir positivamente en su proceso tratamental, impulsando actitudes favorables, escuchando sin juzgar, apoyando en las dificultades de rehabilitación que se presenten, adquiriendo habilidades de detección de posibles factores de riesgos y ofreciendo alternativas ante situaciones que sean perjudiciales.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

### \* Conocer las situaciones de riesgo y factores de protección

*Se realiza una aproximación al conocimiento de los factores de riesgo y protección, sin embargo, se desarrollará más exhaustivamente en sesiones futuras.*

Existen características individuales, familiares, en las amistades y en el entorno comunitario que pueden incrementar los riesgos en el proceso de reinserción. Por el contrario, también hay factores de protección que benefician los comportamientos de las personas que han cometido un delito.

En la vida diaria nos podemos enfrentar a **situaciones de riesgo** como: tensiones familiares, dificultades económicas, sucesos vitales negativos (p. ej. pérdida de un familiar, divorcio, desalojo de la vivienda), existencia de un entorno delinencial o de consumo de tóxicos. La acumulación de estos acontecimientos, unido a determinadas variables personales y a la escasez de recursos personales para enfrentarse a estos eventos, puede aumentar las posibilidades de reincidencia.

Por el contrario, existen **factores que protegen** a la persona para que se reduzcan los riesgos de tener comportamientos antisociales o delictivos. Uno de ellos, como hemos mencionado a lo largo de la sesión, es tener un **ambiente familiar de apoyo**. Además, se valoran como factores de protección a tener presentes la adquisición de **habilidades sociales** y **la inteligencia emocional**, siendo éstas las técnicas más conocidas y aceptadas en el tratamiento para las personas que han cometido delitos. La falta de habilidades interpersonales puede derivar en diferentes conflictos sociales, así que, adquirir estas estrategias básicas será un objetivo común imprescindible a conseguir en el equipo que formamos.



## Dinámica 2. Factores de riesgo y protección

### \* Establecer el hogar como lugar de apoyo

*Se deja un espacio para compartir inquietudes en relación a la incorporación al domicilio de su familiar/persona de apoyo, analizando qué dificultades creen que se pueden encontrar o ya se han encontrado. Este punto se desarrollará más exhaustivamente en próximas sesiones.*

Es elemental que las personas privadas de libertad tengan un domicilio de referencia que funcione como un **espacio estable** y fomente la reconstrucción de su vida en el momento de la incorporación a la libertad. En el hogar donde la persona se incorpore durante los permisos de salida, fines de semana, etapa de tercer grado y/o libertad condicional, debe existir una persona con una vinculación estrecha que se “haga cargo” de la supervisión del comportamiento de la persona penada, apoyando en los periodos en los que se encuentre en el exterior.

El funcionamiento del hogar se adaptará a los diferentes momentos del cumplimiento de condena y especialmente cuando existe privación de libertad. La persona penada al regresar a la convivencia se ajustará a los hábitos de vida de la familia. Cada miembro de la familia se habituará de nuevo a la presencia de la persona que había estado ausente del hogar durante un tiempo determinado. Es esencial conocer este tipo de cambios para poder anticiparnos a ellos.

### \* Adquirir herramientas que mejoren la convivencia sociofamiliar

La privación de libertad puede deteriorar o mejorar las relaciones sociofamiliares, todo dependerá de cómo éstas se fortalezcan y cómo sus miembros se enfrenten a esta situación. La adaptación a una etapa de crisis dependerá en gran medida, de la cohesión, el afecto, la flexibilidad, la creatividad, la confianza y el manejo emocional, entre otros factores, de las diferentes personas con las que se conviva.

Cada persona establece qué tareas, funciones o roles desea fijar en este momento con la persona penada para ayudarle en su situación tratamental, pero existen algunas acciones básicas que pueden ser de mucha utilidad para la mejora de la convivencia:

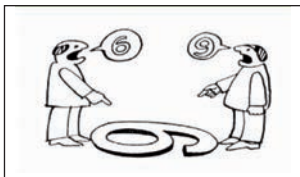
- Mejorar las estrategias de **comunicación**.
- Establecer **normas** mínimas de convivencia.
- Contar con estrategias adecuadas para enfrentar los **conflictos** y las **dificultades que puedan presentarse**.

*Este apartado es importante abordarlo desde una perspectiva de género en la ausencia y el regreso al hogar, teniendo en cuenta las diferentes formas de adaptación del hombre y de la mujer, en su rol tradicional,*

Como el tiempo es limitado nos centraremos en los elementos básicos para **mejorar la comunicación**.

## 3. La importancia de la comunicación

Vivimos en una comunidad con multitud de estímulos y comunicaciones. Día a día nos relacionamos y cruzamos con innumerables personas, sin embargo, no siempre encontramos las fórmulas para comunicarnos correctamente. En ocasiones, tenemos cosas que decir y no sabemos expresarlas. Necesitamos escuchar, comprender, respetar, en definitiva, es importante adquirir herramientas para comunicarnos mejor.



*Se muestra esta imagen y se pide que reflexionen sobre lo que les trasmite. Se introduce el nuevo tema sobre la importancia de comunicarnos correctamente.*

Los desencuentros son inevitables, son parte de la vida y pueden convertirse en oportunidades para reflexionar sobre las diferentes maneras de percibir y resolver una situación.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

Imaginar un entorno feliz y armónico que surge de manera espontánea es inviable, es preciso realizar un esfuerzo que mejore nuestra manera de comunicarnos con nuestra familia para que ésta sea efectiva y nos encamine a una convivencia saludable. Cada persona tiene su propia manera de comunicar las cosas, pero **si aprendemos a comunicarnos** de forma **respetuosa**, con una **escucha activa, empática** y una **actitud asertiva**, las relaciones con nuestra familia podrán ser más armoniosas.

Los **conflictos familiares** son los más personales de todos los conflictos. Raramente vienen de sucesos aislados, tienen su historia en comportamientos pasados, experiencias y conversaciones que, tomados en su conjunto, pueden aumentar la tensión.

*Se traslada la siguiente pregunta al grupo: ¿Cuáles son las dificultades que se repiten más en la relación con la persona penada? Se deja un espacio para que compartan las dificultades que tienen o tenían con las personas a las que apoyan.*

Una buena **comunicación familiar** es la base de la convivencia siendo importante identificar **qué situaciones** ponen en peligro el entendimiento en nuestro entorno familiar. Una vez detectadas, mejorar nuestra comunicación será un gran aliado para manejarlas, afrontarlas y resolverlas conjuntamente.

Una de las principales claves del éxito, para una adecuada vida en comunidad, es nuestra capacidad para comunicarnos correctamente con las personas que nos rodean, en las diferentes circunstancias vitales en que podemos vernos envueltas. La comunicación es siempre multilateral y no puede centrarse en el YO o exclusivamente en las necesidades y derechos particulares.

Conviene destacar que el momento actual es una etapa de cambios profundos y complejos, que pone a prueba muchas de sus capacidades y transforma en ocasiones, la percepción que tienen de la vida y de sus prioridades. Las visitas a prisión pueden ser momentos difíciles e intensos. Es común que, en este periodo de cambios, **donde las vías de comunicación son modificadas** (contacto por carta, llamadas de teléfono de corta duración, visitas limitadas, etc.) nos podamos encontrar con diferencias en la relación que mantenemos. Pueden existir momentos de **apertura, reconocimiento** y **valoración** y, por el contrario, momentos de **silencios, reservas** y **aislamiento**. Siendo conscientes de la carga emocional que supone este trance, es esencial crear canales de comunicación asertiva que permitan expresar, apoyar y entender a ambas partes en este momento actual.

*Se trasladan al grupo las siguientes cuestiones: cuándo tenemos un enfado, ¿es fácil transmitir lo que queremos decir o solemos terminar discutiendo? ¿Creen que es importante el cómo nos comunicamos? Se deja un espacio para comprender que en la mayor parte de nuestro día estamos comunicándonos, pero hacerlo correctamente puede llegar a ser difícil, así que es importante aprender a mejorar la comunicación.*

## La mejor forma de comunicarnos es asertivamente

Cuando tenemos que comunicarnos con alguien con quien no tenemos buena relación, comprobamos que es más difícil comunicarnos. La comunicación es parte de la vida misma, está en todos los espacios en donde interactuamos, pero a pesar de que es intrínseca al ser humano, es compleja llevarla a cabo.

Existe una manera de comunicarnos que nos permite reconocer nuestros propios derechos y defenderlos respetando al resto: es la **comunicación asertiva**. Las relaciones personales se establecen y se fortalecen con este tipo de comunicación.

Ante acontecimientos que nos afectan, expresar de manera clara, directa y sencilla los sentimientos que nos provocan y escuchar a la otra parte de forma asertiva, ayudará a comunicarnos mejor. En este sentido, es imprescindible **saber escuchar** y **respetar** las opiniones del resto de personas, por muy distintas o extrañas que parezcan. Cada persona debe hacerse responsable de sus opiniones y emociones, y permitir, así, una mejor comunicación y un ambiente de mayor comprensión.



### Dinámica 3. Comunicación asertiva

La asertividad implica expresar nuestros sentimientos, preferencias, opiniones, etc. respetando las del resto, facilita la comunicación y mejora las relaciones interpersonales a la vez que minimiza la posibilidad de que se pueda malinterpretar nuestros mensajes. De esta forma, es más fácil lograr nuestros objetivos individuales y sociales, incrementando la autoestima y haciéndonos sentir mejor.

✓ **Para profundizar en este tema se visiona el vídeo ¿Qué es la asertividad? ¿Cómo desarrollarla?** <https://www.youtube.com/watch?v=Bs6u8JFLG84>

Para comunicarnos asertivamente es importante realizar:

- **Mensajes en primera persona** (ejemplos: “Yo me siento mal cuando haces eso...”, “Yo pienso que a lo mejor podríamos...”, etc.).
- **Mensajes en los que expresemos nuestras necesidades**, intereses, preocupaciones, sentimientos, opiniones, deseos, decisiones, etc. (ejemplo: “Me da miedo que...”).

La comunicación está guiada por los sentimientos y por la información que transmitimos y comprendemos. **Expresar las emociones** que sentimos ayuda a generar **empatía**, esto es, a ponerse en el lugar de la otra persona, lo que tiene una gran importancia a la hora de desarrollar actitudes de respeto y comprensión. De esta manera creamos un clima positivo de comunicación, donde nuestros familiares pueden tener más confianza y cercanía.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

Tener una **convivencia saludable** implica invertir tiempo y esfuerzo en mejorar las relaciones familiares día a día. Las personas que cumplen condena y/o privadas de libertad se encuentran en un proceso de cambio y rehabilitación donde están aprendiendo fórmulas de resolución de conflictos y **herramientas básicas** para la mejora de las relaciones personales. Para que estas cuestiones puedan ser integradas de forma más efectiva, es importante que el entorno conozca y apoye los cambios y los esfuerzos que están haciendo, así como interiorizar que entre todos/as podemos progresar si adquirimos estrategias de mejora de la convivencia y de crecimiento personal.

✓ **Para finalizar la sesión se propone visualizar el siguiente** vídeo sobre el trabajo en equipo. <https://www.youtube.com/watch?v=k4zh8qKNG0M>

### • **Despedida e ideas fuerza**

- \* Se plantea una lluvia de ideas con las siguientes cuestiones: *¿qué es lo que se ha trabajado hoy?, ¿Qué es lo que más os ha llamado la atención? Y ¿para qué puede servir este aprendizaje?*
- \* Se da fin a la sesión haciendo un resumen de las ideas más importantes trabajadas:
  - Para mejorar la ayuda que ofrecemos a nuestros familiares es importante entender que el apoyo debe realizarse de forma conjunta con el equipo de tratamiento. Ser motor de cambio, contar con un hogar que ofrezca estabilidad, aprender a detectar situaciones problemáticas y adquirir estrategias de **mejora de la convivencia** son elementos claves en el proceso de reinserción.
  - Los conflictos **son inevitables y parte de la vida**, la clave es cómo los enfrentamos. Para ello, una herramienta esencial es practicar la comunicación asertiva que nos permitirá relacionarnos mejor.
- \* Se agradece a las personas asistentes su participación.
- \* Se despide al grupo hasta la próxima sesión.

## FICHA DE DINÁMICA I



### Trabajamos en equipo

**Objetivo:** reflexionar sobre las reticencias que puede existir al colaborar con el equipo de tratamiento.

**Guía para la dinámica:** Se crean grupos de 3-5 personas y se reparte el **Documento I.I.** Se plantean situaciones hipotéticas que podrían darse con sus familiares o personas que apoyan y se les pregunta si las trasladarían o no al equipo técnico. Se dejan 5 minutos para que, primero las debatan en subgrupo y contesten por mayoría a las diferentes preguntas. A continuación, describirán **qué miedos y reticencias** pueden tener al no compartir estas situaciones con el equipo técnico y qué beneficios y/o consecuencias positivas se derivarían en el caso que se comparta la información. Finalmente, trasladarán los resultados al resto del grupo a través de una persona portavoz.

Se busca conocer la forma en la que las personas de apoyo perciben las situaciones de riesgo con sus familiares y, a la vez, limar los miedos y reticencias que existen a la hora de manifestar aspectos que podrían acarrear consecuencias negativas en las personas penadas. Cada profesional de trabajo social guiará estas reticencias y desconfianzas, dejando constancia que, en múltiples ocasiones, el silencio y ocultar estos comportamientos es más perjudicial que transmitirlos, ya que con ello se les puede dar apoyo y/o respuesta tratamental adaptada a sus problemas reales.

Ejemplos de respuestas a las situaciones planteadas:

- Se ha producido una situación con mi familiar donde he sentido **miedo de su reacción y/o su comportamiento**. *Si nos lo comunican podremos trabajar con él/ella cuestiones como el control de impulsos, gestión de los conflictos, etc.*
- «Me he enterado de que ha tenido **una recaída en su problemática** (consumo, juego, violencia, etc.) y veo que se encuentra muy mal». *Si no comunican esa recaída, puede conllevar otras situaciones que serán más difíciles de atajar más adelante (otros delitos, agravamiento de su problemática, etc.).*



## FICHA DE DINÁMICA I (continuación)

- «Últimamente **me pide dinero de manera constante y cantidades más elevadas**». Este comportamiento puede traducirse en deudas, consumos, etc., que es importante interrumpir cuanto antes para que sea tratado el foco del problema.
- «No veo preparado a mi familiar para salir de permiso». Un **“no”** a veces es difícil de digerir, pero en situaciones como estas puede proteger a la persona penada de otras dificultades, por ejemplo, que su problemática no vaya a más. Cuando la valoración de un permiso es desfavorable, es importante entender que esta negativa puede tener un efecto protector: la salida en este caso podría tener consecuencias negativas para la persona penada y su entorno. Una vez que esté más estable la salida tendrá más garantías y el permiso cumplirá su objetivo.

Se plantea que, si estas informaciones se facilitan al equipo, éste puede atender a la persona penada con la situación real en la que se encuentra y tratar de mitigar los efectos de la misma.

Igualmente, si se detectan que las conductas de nuestro familiar son adecuadas o que están siendo modificadas positivamente, por ejemplo, con comportamientos respetuosos, razonables (paciencia, tolerancia, control de impulsos, etc.) y/o desinteresados, será también una información valiosa para la intervención tratamental del equipo técnico.

**Duración:** 15 minutos.

### **Conclusiones:**

- Reflexionar sobre lo difícil que es ayudar en algunas ocasiones.
- El *trabajo en equipo* (entre profesionales y personas de apoyo) permite al equipo de tratamiento tener una información más real, adaptando la ayuda a las circunstancias concretas de cada persona. Ocultar o mentir en situaciones como las descritas puede agravarlas en el futuro.
- Un **“sí”**, no siempre es lo más positivo para las personas penadas. A veces lo que pensamos que es mejor para ellas, no lo es en realidad.

### **Recursos necesarios:**

- **Documento I.1.** Trabajamos en equipo

1.1

Planteamos algunos ejemplos de situaciones problemáticas que se pudieran dar con la persona que apoyamos. Habrá que llegar a un consenso en grupo marcando con una cruz si comunicarían o no la información al equipo técnico:

EJEMPLO DE SITUACIONES	¿LO COMUNICARÍA AL EQUIPO?	
	SÍ	NO
Se ha producido una situación con mi familiar donde he sentido miedo de su reacción y/o su comportamiento.		
Me he enterado de que ha tenido una recaída en su problemática (consumo, juego, violencia, etc.)		
Últimamente me pide dinero constantemente y cantidades más elevadas de lo que normalmente suele solicitar.		
Lo veo más desmejorado/a, muy desanimado/a, con comentarios negativos y destructivos de sí mismo/a.		
He tenido un problema con mi familiar y he decidido que no deseo continuar apoyándolo en su internamiento.		
No veo preparado/a a mi familiar para salir de permiso, le veo inestable, nervioso/a, pienso que va a tener problemas en el exterior.		

A continuación, se registran qué miedos y reticencias se pueden tener a la hora de no trasladar la información al equipo técnico. Y qué beneficios y consecuencias positivas se pueden producir si se traslada esta información.

MIEDOS Y RETICENCIAS	BENEFICIOS Y CONSECUENCIAS POSITIVAS

TRABAJAMOS EN EQUIPO

## FICHA DE DINÁMICA 2



### Factores de riesgo y protección

**Objetivo:** conocer las diferentes variables que pueden influir positiva y negativamente en la reinserción.

**Guía para la dinámica:** Se entrega a cada participante el **documento 2.1** y se dejan unos minutos para que puedan leer y conocer los diferentes factores que pueden influir en las distintas parcelas de la vida de la persona que apoyan.

Se genera un debate en el que se pueda dar valor a cada uno de los contextos influyentes, haciendo mayor hincapié en las variables existentes en el entorno familiar.

**Duración:** 10 minutos.

**Conclusiones:**

- Existen diversos factores en las diferentes áreas de la vida que pueden influir negativa o positivamente en la persona que apoyamos. Es importante ser conscientes de su existencia y conocerlos para poder mejorarlos en la medida de lo posible.

**Recursos necesarios:**

- **Documento 2.1.** Factores de riesgo y de resistencia/protección.

2.1

CONTEXTO	FACTORES DE RIESGO	FACTORES DE PROTECCIÓN
<b>INDIVIDUAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Escasa habilidad verbal (comunicativa).</li> <li>■ Bajas habilidades sociales.</li> <li>■ Dificultades en la capacidad de atención.</li> <li>■ Actitudes favorables a la conducta antisocial (trasgreden la norma).</li> <li>■ Dificultades de aprendizaje.</li> <li>■ Problemática de salud mental.</li> <li>■ Atribución de los problemas a otros.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Inteligencia emocional. (habilidades personales).</li> <li>■ Autoestima.</li> <li>■ Temperamento flexible/adaptativo.</li> <li>■ Tener actitudes que benefician a los demás (prosociales).</li> <li>■ Habilidades para solucionar los problemas.</li> </ul>
<b>FAMILIAR</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Falta de comunicación y cohesión familiar</li> <li>■ Elevado estrés familiar</li> <li>■ Falta de supervisión</li> <li>■ Falta de armonía familiar</li> <li>■ Aislamiento social de la familia</li> <li>■ Escasas expresiones de afecto</li> <li>■ Hábitos no saludables: drogodependencias, ludopatía, etc.</li> <li>■ Conflictos: violencia doméstica, actos delictivos, etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Vinculación con la familia.</li> <li>■ Hábitos de vida saludable.</li> <li>■ Aceptación de los problemas internos y búsqueda de soluciones.</li> <li>■ Ambiente familiar de apoyo y armonía.</li> <li>■ Expresión de afecto.</li> <li>■ Fomento de la autoestima.</li> <li>■ Reconocimiento de logros.</li> </ul>
<b>AMISTADES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Amistades antisociales, delincuenciales, incívicas, etc. (que no cumplen las normas/orden, consumo, delincuencia, etc.)</li> <li>■ Falta de habilidades sociales</li> <li>■ Escasas amistades que actúan y tienen consecuencias positivas (prosociales).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Vínculos con amistades prosociales.</li> <li>■ Vínculo con amistades que compartan hábitos de vida saludable.</li> </ul>
<b>COMUNIDAD</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Movilidad frecuente (barrio, ciudad...).</li> <li>■ Bajo apoyo de la comunidad.</li> <li>■ Entorno de subcultura delictiva.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Participación en actividades comunitarias.</li> <li>■ Firmes redes de apoyo.</li> </ul>

**FACTORES DE RIESGO Y DE RESISTENCIA Y PROTECCIÓN**

**Sesión Grupal 2. Personas de apoyo. Aprendiendo estrategias**

## FICHA DE DINÁMICA 3



### Comunicación asertiva

**Objetivo:** conocer los diferentes estilos de comunicación: pasiva, agresiva y asertiva, resaltando la comunicación asertiva como la más adecuada para las relaciones personales.

**Guía para la dinámica:** Se señalan características propias de las personas según cada tipo de comunicación:

- **Pasiva:** persona que carece de habilidad para defender sus propios derechos o intereses, no expresa sus sentimientos y opiniones y se inclina ante los deseos del resto. *Utiliza bajo volumen de voz, tartamudeo, silencios, huye del contacto ocular, inseguridad, etc.*
- **Agresiva:** tiende a enfatizar la defensa de los derechos e intereses individuales, expresa sentimientos y pensamientos de forma inapropiada, carece de habilidades y muestra una actitud verbal o física violenta. *Utiliza un volumen de voz elevado, fluidez verbal precipitada, estilo tajante y tendencia a contratarcar, gestos corporales tensos, invade el espacio de la otra persona, contacto ocular retador, etc.*
- **Asertiva:** utiliza una comunicación intermedia entre las anteriores, expresa adecuada y claramente sus sentimientos, interés u opiniones. Defiende sus propios derechos y, al mismo tiempo, respeta los del resto. *Utiliza un lenguaje fluido y claro, un tono adecuado de voz acompañado de un gesto corporal armónico.*

Se reparte a cada participante el **Documento 3.1.** y se solicita que piensen en la persona más **pasiva y sumisa** que conozcan, anotando qué características tiene su comportamiento y su lenguaje no verbal. Se pide a una persona voluntaria que se levante y actúe alrededor del aula utilizando una actitud y lenguaje no verbal de este tipo de personas. Colaboraremos en la escenificación, hablando con esa persona para mostrar una conversación donde se vea de manera gráfica este tipo de comunicación.

## FICHA DE DINÁMICA 3 (continuación)

Seguidamente, deberán imaginar a la persona más **agresiva** que conocen y escribir las características de esta comunicación. De nuevo una persona voluntaria lo escenificará por el aula.

Finalmente, se solicita que piensen en una persona que resuelve los conflictos positivamente sin hacernos sentir mal y sin que esa persona se vea alterada o incomoda. Se pide que se escenifique una situación en la que nos comuniquemos **asertivamente**.

Se genera un debate analizando cómo se pueden sentir en los distintos estilos comunicativos. A continuación, se trasladan diferentes ejemplos de comportamientos asertivos en situaciones cotidianas que se pueden dar con la persona a la que apoyan (que solicite dinero y en ese momento no podamos, que nos diga algo que no nos guste, etc.).

Por último, se presentan progresivamente al grupo las diferentes situaciones prácticas reflejadas en el **Documento 3.2**.

Se pedirán personas voluntarias para que respondan a las diferentes cuestiones que se plantean y trabajar así la asertividad, dejando unos minutos para cada una de las situaciones.

**Duración:** 25 minutos.

### **Conclusiones:**

- En nuestro día a día podemos comunicarnos de diferentes maneras (agresiva, pasiva o asertivamente). La que ofrece resultados más efectivos para todas las partes es la comunicación asertiva y la que genera mayores conflictos es la comunicación agresiva.
- La asertividad permite expresar los pensamientos, sentimientos, ideas, opiniones o creencias a las demás personas de manera apropiada sin que se sientan mal y sin que se quebranthen ni sus derechos, ni los propios. Es el estilo de comunicación que ayuda a conseguir los objetivos propios, de forma adecuada, respetando a las otras personas.

### **Recursos necesarios:**

- **Documento 3.1.** Tipos de comunicación.
- **Documento** Estilos de comunicación.
- **Documento 3.2.** Casos prácticos.

3.1

TIPOS DE COMUNICACIÓN

TIPO DE COMUNICACIÓN	CARACTERÍSTICAS	LENGUAJE NO VERBAL
<b>COMUNICACIÓN PASIVA/SUMISA</b>		
<b>COMUNICACIÓN AGRESIVA</b>		
<b>COMUNICACIÓN ASERTIVA</b>		

ESTILOS DE COMUNICACIÓN

Existen **tres estilos básicos de comunicación interpersonal**, con las siguientes características a nivel verbal y no verbal:

	ESTILO PASIVO	ESTILO AGRESIVO	ESTILO ASERTIVO
	Sumisión, pasividad, retraimiento y tendencia a adaptarse excesivamente a las reglas externas o a los deseos de otras personas, sin considerar los propios intereses, sentimientos, derechos, opiniones y deseos.	Consiste en no respetar los derechos, sentimientos e intereses de otras personas y, en su forma extrema, incluye conductas como ofender, provocar o atacar.	Capacidad de expresar de forma clara nuestros sentimientos, preferencias, necesidades y opiniones de forma adecuada, respetando, al mismo tiempo, los del resto.
<b>COMPOR-TAMIENTO VERBAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vacilante/ Titubeante: "quizás", "supongo que", "ejem...", "bueno...", "tal vez...", "no, no te molestes...".</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Impositivo: "tienes que...", "no te tolero", "no te consiento".</li> <li>Interrumpe al resto, da órdenes, no escucha, etc.</li> <li>Palabras ofensivas, amenazas, comentarios sarcásticos...</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Firme y directo: "deseo", "opino que", "me estoy sintiendo...", "¿qué piensas?".</li> <li>Discurso respetuoso, claridad y coherencia.</li> </ul>
<b>COMPOR-TAMIENTO NO-VERBAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Postura corporal retraída.</li> <li>Ausencia de contacto visual.</li> <li>Voz baja, tono de voz vacilante.</li> <li>Posición de la cabeza hacia abajo.</li> <li>Evita totalmente la situación debido a su falta de control y la ansiedad que ésta le genera.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Postura erecta del cuerpo.</li> <li>Movimientos y gestos amenazantes.</li> <li>Pseudoseguridad o falsa seguridad.</li> <li>Mirada fija y agresiva.</li> <li>Volumen de voz elevado. Habla rápido y de forma fluida. Tono imperativo.</li> <li>Invade el espacio de la otra persona.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Expresión social abierta (no defensa ni huida).</li> <li>Ausencia de tensión muscular. Postura relajada.</li> <li>Cabeza alta y contacto visual (pero no altiva, no se retira del espacio físico de la situación).</li> <li>Actitud de escucha.</li> <li>Tono de voz firme.</li> <li>Espacio interpersonal adecuado.</li> </ul>



CASOS PRÁCTICOS

3.2

- 1.- Da tres respuestas diferentes a la siguiente situación, de forma agresiva, pasiva y asertiva. **Compartes piso con un amigo y os organizáis los sábados para hacer el zafarrancho de limpieza de la casa. Es sábado y tu compañero de piso, no te ha avisado y no sabes dónde está, por lo que has tenido que limpiar la casa tú sólo. Por la noche llega tu amigo a casa y te dispones a decirle lo que piensas.**
- 2.- Se exponen dos ejemplos de respuesta ante una misma situación, deberán posicionarse en cuál de ellas se sienten más cómodos/as. **«Eres camarero y una compañera de trabajo te dice lo mal que estás haciendo el café de máquina».**
  - *¿Pero qué te crees, Doña Perfecta? Te pasas la vida buscando fallos en los demás, como si tú fueras la única que lo haces bien todo. ¡Deberías mirarte un poco a ti misma!*
  - *Creo que al decirme eso, lo que quieres es que mejore, pero me he sentido mal con la forma en la que me lo has dicho. Tengo la sensación de que cuando te refieres a mi trabajo, me dices sólo los fallos y eso me desanima. Creo que, si también te fijas en las cosas que hago bien, estaría más animado y sería más útil. Intento mejorar, ¿cómo puedo hacerlo mejor?*
- 3.- Pedimos que las personas participantes reformulen la siguiente situación de forma asertiva. **«Eres un adolescente y tu padre te dice “A veces siento que lo haces todo mal ¿Te has dado cuenta que el ejercicio está fatal?».** Y respondes: **Me tienes hart/a. Yo no te digo todo lo que haces mal, a pesar de que es así. Vamos a acabar peleándonos. ¡Déjame en paz!**
  - **Ejemplo Reformulación asertiva** (para profesional): *«Hoy estoy muy cansado, es posible que haya cometido algún error, pero me hace sentir mal que me descalifiques de esa manera por un fallo que he cometido ¿Podrías ayudarme o concretarme para aprender a hacerlo mejor?».*
- 4.- Pedimos que las personas participantes reformulen la siguiente situación de forma asertiva. **Quieres tener el mes de vacaciones, pero normalmente es el mes que se coge tu compañera de trabajo, este año lo deseas tú porque tu pareja tiene vacacio-**

### 3.2 (cont.)

**nes ese mes.** «Este agosto voy a coger las vacaciones yo y no cuentas conmigo para cambios porque no puedo y siempre te las coges tú».

- **Reformulación asertiva (para profesional):** «Mi pareja este año sólo tiene las vacaciones en agosto, teniendo en cuenta que hace años no las puedo coger este mes, que te parece si este año las cojo yo en agosto y tú el siguiente año».
- 5.- Pedimos a las personas participantes que planteen cuál sería la respuesta pasiva y asertiva de la siguiente situación: «Te invitan a cenar unas amigas, pero no te apetece».
- Me invento cualquier excusa y me olvido del tema.
  - Os lo agradezco, pero llevo una semana horrible, estoy agotada/o. Venga, busquen un día de la próxima semana y os preparo una cena genial en casa.

## CASOS PRÁCTICOS



## RECURSOS AUDIOVISUALES

### ■ Vídeo: Con la familia, la remontada es posible

**Resumen:** vídeo realizado por la asociación Hirukide, en el que se muestra diferentes progenitores que están contando sus profesiones en el colegio de sus hijos. Llega el turno a un padre que se encuentra desempleado, su discurso pretende que señala que las familias y las personas que las integran son las protagonistas y con esta unión cualquier remontada es posible.

**Duración:** 3:58 minutos.

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=dm6k4EGPyGU&t=1s>

### ■ Vídeo: La asertividad: ¿qué es?, ¿cómo desarrollarla?

**Resumen:** vídeo del psicólogo Álvaro Soler (2017), extraído de su serie de vídeos: Píldoras de Psicología. Es la explicación a cámara por parte de este psicólogo sobre lo que es la asertividad, dando claves de cómo desarrollarla y resolver situaciones de la vida cotidiana. Muestra ejemplos y las diferentes formas de actuar.

**Duración:** 4:02 minutos.

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=Bs6u8JFLG84>

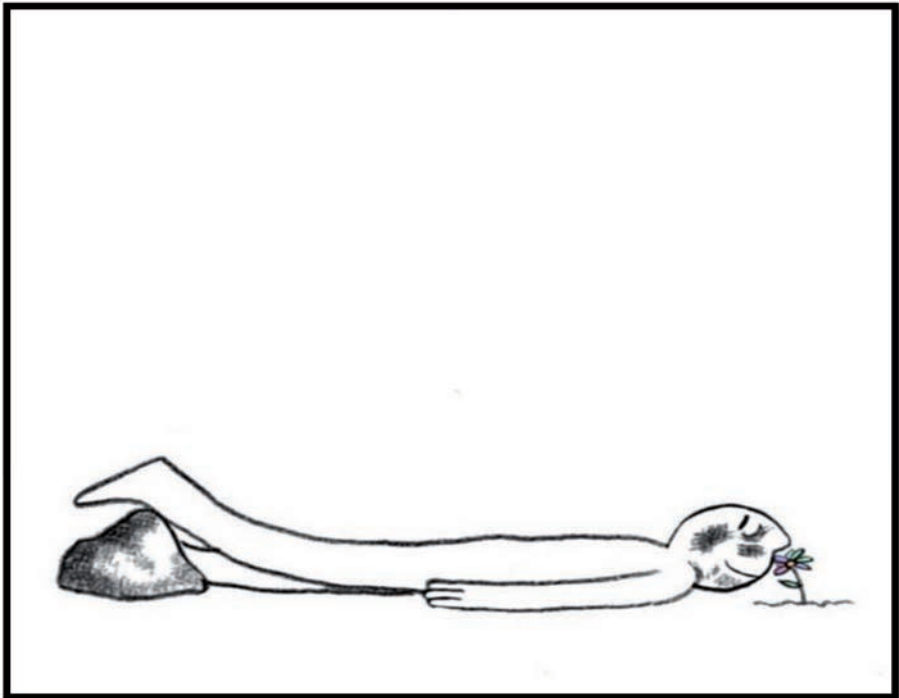
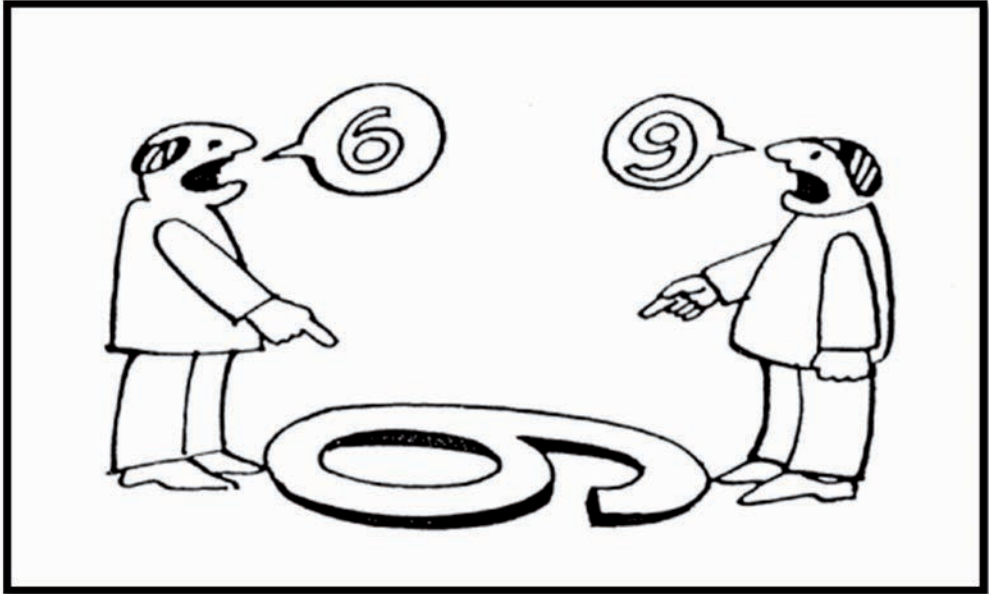
### ■ Vídeo: El trabajo en equipo

**Resumen:** el vídeo muestra tres ejemplos del trabajo en equipo protagonizados por hormigas, pingüinos y cangrejos.

**Duración:** 1:37 minutos.

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=k4zh8qKNG0M>

## IMÁGENES DE REFLEXIÓN





SESIÓN GRUPAL 3  
PERSONAS DE APOYO

# AFRONTANDO LOS CAMBIOS





# 3

## Sesión grupal 3. Personas de apoyo. Afrontando los cambios

### FICHA RESUMEN DE LA SESIÓN GRUPAL

#### \* **Objetivos de la sesión**

- Analizar y compartir problemas y necesidades surgidas durante la estancia en el medio penitenciario.
- Promover estrategias que faciliten la reincorporación al entorno sociofamiliar.

#### \* **Contenidos de la sesión**

- Cómo influye el cumplimiento de una condena en el entorno sociofamiliar.
- Habilidades y técnicas de afrontamiento que favorecen el proceso de reinserción social.

#### \* **Duración**

2 horas.

#### \* **Introducción**

En esta sesión conoceremos algunos cambios que aparecen en la familia y su entorno cuando una persona cumple una condena y/o ingresa en prisión y cómo éstos pueden afectar a las dinámicas familiares.

Daremos voz y protagonismo a las personas participantes para que muestren sus inquietudes y problemáticas, haciéndoles saber que las vivencias manifestadas son frecuentes en el contexto penitenciario en el que nos encontramos.

Trataremos de dotar de diferentes técnicas que faciliten el retorno al contexto familiar.





# 3

## Sesión Grupal 3. Personas de apoyo. Afrontando los cambios

«A veces solo necesitamos a alguien que simplemente esté ahí, no para arreglar nada, sino para acompañarnos». (Anónimo)

### • **Inicio y bienvenida**

- \* Se da la bienvenida a las personas participantes y se comprueba el registro de asistencia.
- \* Se presenta el tema a tratar en la sesión, señalando los horarios de inicio, descanso y finalización.
- \* Se recuerdan en conjunto las reglas básicas de participación, siendo imprescindible la no interrupción entre las personas participantes, no acaparar la atención y mantener el respeto, discreción y apoyo cuando se traten temas de contenido sensible y privado.

### • **Desarrollo de la sesión**

#### **I. Repercusión del ingreso en prisión en el entorno sociofamiliar**

*Se inicia la sesión realizando una puesta en común para mostrar los efectos que ha tenido en las personas participantes el ingreso en prisión de la persona que apoyan.*



#### **Dinámica I. Problemas comunes**

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

Una vez finalizada la dinámica, se amplían las problemáticas surgidas según el contenido de la siguiente tabla, solicitando que expresen voluntariamente si se identifican con alguno de estos ejemplos:

Problemas y/o necesidades surgidas	
Vergüenza por el encarcelamiento de nuestro familiar.	Burocracia de la Institución Penitenciaria.
Miedo al rechazo social.	Falta de información de la persona encarcelada.
Falta de recursos para llegar a fin de mes.	Necesidad de ser escuchadas/os.
Sobrecarga económica.	Sentimientos de soledad.
Sobrecarga de cuidados de menores y/o mayores.	Ruptura afectiva con la persona encarcelada.
Nuevas rutinas.	Cambios en la conducta de la o el menor en el hogar y/o en la escuela (bajo rendimiento, aislamiento, conflictos, absentismo, etc.).
Consecuencias derivadas del alejamiento de los centros penitenciarios.	Alteraciones en el estado de ánimo (depresión, ansiedad, miedo, angustia, desesperanza, tristeza, etc.).
Visitas al centro penitenciario: afrontamiento, emociones vividas y régimen de seguridad para el acceso.	

Una vez explicados los cambios que se pueden dar en el entorno sociofamiliar y cómo pueden afectar, se trata de promover el entendimiento mutuo, mientras se aclaran las dudas surgidas. Cada persona vive la realidad de manera singular, sin embargo, dar una visión compartida de las problemáticas y necesidades ante la privación de libertad de una persona cercana, facilita que se sientan comprendidas y escuchadas.

Durante el tiempo de condena los miembros de la familia o del entorno próximo han tenido que aprender a vivir sin la persona, dando lugar a posibles modificaciones en los roles y cambios en la dinámica familiar o en las relaciones. Estos cambios pueden provocar no solo efectos negativos en el entorno más próximo, sino también en el ámbito físico, psicológico y emocional de las personas que componen la familia o la red de apoyo. Los problemas pueden variar o agravarse en función de las características, habilidades y capacidades de cada persona, del contexto sociofamiliar en el que se integren o del rol que asumía la persona penada.

Para dar respuesta a las necesidades surgidas, las personas de apoyo o familiares tendrán que generar estrategias de afrontamiento que permitan una mejor adaptación a la

nueva realidad, las cuáles se verán influenciadas por aspectos como las habilidades, los recursos (materiales/inmateriales) y la capacidad de adaptarse a las dificultades (resiliencia) con las que cuentan.

## 2. Estrategias para facilitar el retorno familiar y social

Una vez cumplida la condena las personas pueden sentir miedos, desesperanza, dudas o manifestar una confianza elevada que desciende vertiginosamente cuando sus expectativas no se ven cumplidas. La falta de integración laboral, las dificultades económicas o la dependencia de sus familiares pueden generar situaciones de frustración y ansiedad en la persona penada.

Un ejemplo de esto es la **mitificación del 3º grado**: cuando una persona se encuentra en segundo grado, puede percibir la progresión a una etapa de semilibertad de forma idealizada, valorando únicamente los factores positivos. Sin embargo, cuando se encuentran inmersos/as en esa situación, descubren que es un periodo de ansiedad y cambios, donde se enfrentan a diferentes dificultades: requiere de un mayor gasto económico, desplazamientos continuos, cumplimiento estricto de un horario de entrada y salida al centro, incremento de situaciones de riesgo y la reincorporación a un entorno sociofamiliar que ha vivido con su ausencia durante un largo periodo. Esto puede generar diferentes conflictos e inseguridades y una mayor autoexigencia, es por ello, que se requiere de estrategias de adaptación conjuntas para que este momento se lleve a cabo con mayores garantías.

A todo esto hay que sumarle la adaptación a la vida en libertad o semilibertad que, en ocasiones, puede ser lenta y dificultosa, cargada de nuevas rutinas que poco a poco tendrán que ir integrando. La adaptación va a requerir mayor tiempo cuanto más dilatado haya sido su periodo de encarcelamiento, y cuanto mayores hayan sido los cambios producidos en el plano familiar, social y comunitario a los que tenga que enfrentarse.

Este tipo de estrés puede predisponer la aparición de actitudes contrarias a una integración social positiva ante las frustraciones surgidas, aumentando de manera significativa los comportamientos desajustados y, con ello, las probabilidades de reincidencia. Por ello, ante los nuevos estresores a los que se enfrentará la persona penada en el exterior, es fundamental entender el valor de protección que tiene la familia. Es un buen comienzo, aprender conjuntamente estrategias que faciliten la reincorporación al entorno y promover relaciones de apoyo positivas.

Facilitamos ocho **estrategias para facilitar la reincorporación** que pueden servir de apoyo, haciendo hincapié en los aspectos más relevantes de las mismas.

1. **El apoyo**: la ayuda va más allá del cumplimiento de la condena, puede ser el inicio de una nueva etapa. Será necesario que se encamine para la motivación al cambio o el logro de objetivos.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

Por ejemplo, apoyar y animar el esfuerzo de su familiar cada vez que acuda a una entrevista de trabajo, consiga o no el puesto de trabajo al que aspira.

2. **La adaptación:** la persona necesita un periodo de adaptación a su nueva vida, que puede variar en función de determinados factores, como el tiempo y características de la condena, el número de permisos de salida disfrutados, variables personales, etc.

Por ejemplo, en un primer permiso, realizar actividades en lugares con mucha afluencia de gente (conciertos, centros comerciales, grandes eventos familiares en un mismo día, etc.) puede ser perjudicial, e incluso provocar un choque emocional en la persona (sensación de agobio, falta aire, angustia, etc.). Lo ideal sería una paulatina adaptación a la vida en libertad.

3. **El apoyo al seguimiento profesional:** es necesario que la persona de apoyo refuerce, motive y/o acompañe para que la persona excarcelada continúe los contactos o el seguimiento profesional una vez ha finalizado su condena.

Por ejemplo, motivar para que continúe con el tratamiento de salud mental en un recurso específico que se ha iniciado en prisión.

4. **La supervisión:** pretende detectar estados emocionales negativos que pueden generar conductas indeseables, así como espacios y personas que se consideren una fuente de peligro.

Por ejemplo, los estados emocionales de euforia (descontrol de la alegría) pueden suponer una señal de alarma para las personas que tengan problemática de consumo. En estos momentos es importante evitar que se aproxime a lugares o personas que puedan suponer un riesgo (plaza, colegas consumidores, etc.). En el caso de delitos contra la libertad sexual de menores puede implicar un riesgo acudir a zonas con afluencia de menores (parques, colegios, etc.). Nuestro papel puede implicar reflexionar con nuestra persona penada sobre la importancia de no acudir a estos lugares y, en el caso, que sienta el impulso de acudir, que lo trate con su profesional de referencia.

5. **El refuerzo social:** se lleva a cabo mediante estrategias de refuerzo social y material para poner en valor los retos conseguidos. Para ello se puede utilizar:

- El refuerzo material: un libro, una invitación al cine, etc.
- El refuerzo emocional/social: expresiones de ánimo, elogios, alabanzas. En este sentido se pueden utilizar expresiones como *“lo has conseguido, lo has logrado, felicidades...podemos hacer ir al cine para celebrarlo”* o gestos como: mandar un beso, sonreír, dar un abrazo, etc.

Por ejemplo, reforzar, reconocer y demostrar afecto cuando consiguen pequeñas metas: participar en un programa de tratamiento, conseguir un trabajo, retomar los

estudios abandonados, etc. Se hace hincapié en la importancia de utilizar principalmente refuerzos emocionales/sociales.

6. **Límites y normas básicas de convivencia:** es conveniente establecer normas básicas que faciliten las relaciones sociofamiliares. En la medida de lo posible se intentará que éstas sean consensuadas por ambas partes. De esta manera, el apoyo estará condicionado al logro de unos comportamientos responsables y respetuosos, y fomentará la corresponsabilidad familiar en el hogar y la familia.

Por ejemplo, dentro de las normas relacionadas en el hogar, establecer horarios de llegada al domicilio, acordar el volumen de la música y momentos para escucharla, así como, los lugares en los que se puede o no fumar, compartir las tareas domésticas y de cuidado de hijos/as, etc.

7. **La negociación:** se convierte en una herramienta importante para mejorar las relaciones sociofamiliares ante los intereses contrapuestos o conflictos. Es necesario alcanzar acuerdos y conseguir un compromiso mutuo que satisfaga a ambas partes.

Por ejemplo, en el reparto de tareas del hogar buscaremos un acuerdo donde las dos partes ganen, pero también tengan algo que ceder (ganar/ganar).

*Para profundizar más sobre los conflictos y la negociación se recomienda la "Guía para el diálogo y la resolución de conflictos en familia". [http://www.leioa.net/vive\\_doc/GUIA\\_PADRES-MADRES\\_LEIOA-GEUZ\\_CAST.pdf](http://www.leioa.net/vive_doc/GUIA_PADRES-MADRES_LEIOA-GEUZ_CAST.pdf)*

8. **Promover relaciones positivas en la familia:** a través de la escucha activa, la comunicación adecuada, etc. (*Hay que recordar que esto se ha trabajado en la sesión anterior*).

Por ejemplo, cuando tenemos una conversación con nuestro/a familiar intentar no interrumpirle ni acabar sus frases, mirarle a los ojos centrando nuestra atención en lo que nos está comentando y, en la medida, de lo posible repetir lo que dice para que se sienta escuchado/a ("entonces me dices...", "quieres decir...", etc.).

La escucha activa es una habilidad que permite captar con atención lo que la otra persona nos está tratando de comunicar. Requiere esfuerzo y atención, siendo importante que el emisor sienta que estamos recibiendo su mensaje de manera correcta. Implica comprender los sentimientos y emociones de la persona que tenemos enfrente para que ésta se sienta escuchada y entendida.



## Dinámica 2. La escucha activa

*Antes de comenzar la siguiente dinámica se realizan dos preguntas abiertas para trabajar la empatía: ¿Os habéis preguntado alguna vez cómo os gustaría que os recibieran vuestros familiares y allegados/os al salir de prisión después de haber cumplido una condena? ¿Cómo*

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

*os gustaría que fueran esos primeros días de contrastes e importantes cambios? Se busca que se pongan en el lugar de las personas penadas.*

La **empatía** es la capacidad de ponerse en el lugar de la otra persona conectando con ella. Permite identificar sentimientos y emociones, es decir, nos ayuda a entender cómo se está sintiendo, qué es lo que le está pasando y por qué actúa de una determinada manera una persona sin necesidad de estar de acuerdo con ella. En definitiva, la empatía, nos permite dejar de lado nuestros intereses, necesidades, e intentar sentir a partir de las circunstancias y realidad de otra persona. Esto nos ayuda a comprender algunos comportamientos de las y los demás.



### Dinámica 3. La empatía

*Se explica la necesidad de poner en práctica la empatía en nuestro día a día, con el fin de interiorizar y afianzar el manejo de esta capacidad.*

*Se puede utilizar el siguiente vídeo emotivo “¿Y si fuéramos más empáticos?” para profundizar visualmente en el sentimiento de la empatía. En el caso de no poder visualizarlo, se propone que se vea en otro momento: <https://www.youtube.com/watch?v=eelF5M-iyls>*

*Al finalizar la sesión se entrega el **documento Estrategias de afrontamiento para participantes**, donde se recogen estrategias de forma más desarrollada para facilitar la asimilación e interiorización.*

#### • **Despedida e ideas fuerza**

- ✱ Se plantea una lluvia de ideas con las siguientes cuestiones: *¿qué es lo que se ha trabajado hoy?, ¿qué es lo que más os ha llamado la atención? Y ¿para qué puede servir este aprendizaje?*
- ✱ Se da fin a la sesión haciendo un resumen de las ideas más importantes trabajadas:
  - El cumplimiento de condena de una persona puede provocar problemas y necesidades en su entorno más próximo, así como **cambios en la dinámica familiar** y los roles previos. Estos problemas pueden ser diversos pero también frecuentes en las familias con alguno de sus miembros en prisión.
  - Las **redes de apoyo** son un recurso importante para que exista un mayor éxito en el proceso de reinserción social. Unas adecuadas **habilidades y estrategias de afrontamiento** en las personas que integran las redes de apoyo pueden facilitar la reincorporación del familiar al entorno exterior, al tiempo que se disminuyen factores de riesgo y se fortalecen las relaciones.

## FICHA DE DINÁMICA I



### Problemas comunes

**Objetivo:** identificar los problemas surgidos en las personas de apoyo por la privación de libertad o de derechos de su familiar, compartiendo inquietudes y dificultades comunes.

**Guía para la dinámica:** Se reparten post-it individualmente para que escriban al menos dos o más dificultades vividas por el encarcelamiento de forma anónima.

Se dibuja un árbol en la pizarra;

- El tronco se identifica con el proceso de internamiento.
- Las raíces con las causas (las cuales no se trabajarán en esta sesión).
- Y las hojas con las vivencias, sentimientos y problemáticas vividas por el entorno familiar (objetivo de trabajo de la dinámica).

Las personas participantes, por turnos, irán colocando los post-it a modo de hojas en las ramas.

Posteriormente, cada profesional de trabajo social irá agrupando los post-it por ramas según su contenido (económico, afectivo, social, etc.), poniendo en valor la coincidencia de los temas. A continuación, trataremos de resolver dudas y aclarar conceptos.

Se leen en alto las respuestas más coincidentes y se escriben en la pizarra las problemáticas más comunes que suelen aparecer cuando se produce el encarcelamiento.

Se busca que se apoyen como un grupo de ayuda mutua. Es importante poner de manifiesto que las vivencias expresadas pueden ser de gran ayuda al descubrir que son comunes, comprendidas y compartidas por otras personas en situación similar.

Cada familia vive su experiencia traumática de forma singular y diferente, por lo que será necesario prestar atención para reconducir el debate y no permitir comentarios que busquen el protagonismo o pretendan ser acusadores.



## FICHA DE DINÁMICA I (continuación)

**Duración:** 20 minutos.

**Conclusiones:**

- El cumplimiento de una condena de un familiar conlleva una experiencia diferente para cada persona y en la mayoría de los casos pueden originarse situaciones negativas, traumáticas o cambios importantes en la dinámica familiar.

**Recursos necesarios:**

- **Post-it.**
- **Bolígrafos.**
- **Pizarra y tiza o rotuladores.**

## FICHA DE DINÁMICA 2



### La escucha activa

**Objetivo:** demostrar la importancia que tiene la escucha activa en el proceso de comunicación y reflexionar sobre ello.

**Guía para la dinámica:** Se recorta un folio en seis trozos formando tarjetas.

Se pide al grupo que formen un círculo de pie y se entrega una tarjeta en blanco a cada persona. Se explica que vamos a leer un texto (el **documento 2.1.**), y cada vez que escuchen las palabras “izquierda o izquierdo y derecha o derecho” tendrán que entregar la tarjeta que tienen a la persona que está a su izquierda o derecha en función de la palabra que escuchen. Al mismo tiempo tendrán que coger la tarjeta que entregue la persona que está a su derecha o izquierda. Por ejemplo, si el/la trabajador/a Social pronuncia la palabra “izquierdo/a” cada persona tendrá que entregar su tarjeta a quien tenga a su izquierda.

Al terminar de leer el texto, se les pedirá que se sienten y se les preguntará:

- *¿Cuántas personas son en la familia Izquierdo?*
- *¿A qué se dedica el señor y la señora Izquierdo?*
- *¿Qué estudia Juanita Izquierdo?*
- *¿Cuántas fotos tiene Juanita Izquierdo en su armario?*
- *¿Cuál es el sueño de Juan Izquierdo?*

Una vez finalizadas las preguntas se aclarará la importancia que posee la escucha activa para comprender el verdadero mensaje que cada emisor/a nos está transmitiendo.

**Duración:** 25 minutos.

#### **Conclusiones:**

En el proceso de comunicación, la escucha activa va a requerir un esfuerzo. Se debe poner toda la atención en la otra persona para así transmitir

## FICHA DE DINÁMICA 2 (continuación)

confianza, cercanía y la sensación de que se le está escuchando. De esta manera se mejora la comunicación y se propician relaciones positivas.

### Recursos necesarios:

- **Documento 2.1.** Factores de riesgo y de resistencia/protección.
- **Folios.**

## 2.1

*(Ficha adaptada de la dinámica La Familia Izquierdo)*

Éste es el relato de la familia Izquierdo, que está compuesta, en el orden derecho de las cosas, primero por madre y padre, la señora María Izquierdo y el señor Pedro Izquierdo, y siguiendo este derecho, por su hija e hijo, Juanita Izquierdo y Juan Izquierdo.

La señora Izquierdo, una profesional del campo del Derecho, especialista en el sistema de impartición de justicia mexicano, se dirige todos los días derecha a su oficina de los magistrados del Derecho, a impartir todos sus conocimientos del Derecho [...].

El señor Izquierdo, por su parte, se da todo el derecho de permanecer en su casa, haciendo el trabajo en casa de izquierda a derecha, empezando por la cocina que está a la izquierda y terminando con la sala que está a la derecha de la puerta principal [...].

A su hija, Juanita Izquierdo, le encanta escribir relatos sobre ficción, estudia Letras Hispánicas en Ciudad Universitaria, todos sus textos los escribe con su mano izquierda, pues ella se da el derecho de ser zurda [...].

En el armario que está al lado izquierdo de su cama, están nueve fotos de la familia Izquierdo, siempre las ubica al lado izquierdo [...].

El hijo de la familia Izquierdo, Juan Izquierdo, tiene como sueño seguir la profesión de su madre, María Izquierdo, es decir, seguir derecho con sus estudios, para estudiar Derecho [...].

### LA FAMILIA IZQUIERDO

## FICHA DE DINÁMICA 3



### La empatía

**Objetivo:** entrenar la empatía promoviendo la acogida en el primer periodo de reinserción.

**Guía para la dinámica:** El **documento 3.1. Cómo me gustaría que me acogieran** se doblará y separará por la línea de puntos. Se reparte a cada participante una tabla para que la completen de forma anónima, aclarándoles que deben responder con la máxima sinceridad. Transcurridos unos minutos se leerán algunas de las respuestas, destacando las coincidentes entre el grupo.

Se hará una puesta en común de las respuestas de todas las personas participantes y se explicará la importancia que tiene una acogida positiva como elemento clave para fortalecer la relación. Así mismo, se expondrán algunas claves sobre la empatía y su importancia en las relaciones humanas.

**Duración:** 25 minutos.

**Conclusiones:**

- El apoyo y acogimiento durante los primeros días y/o semanas se presenta como un aspecto significativo, ya que va a contribuir a disminuir incertidumbres y temores.
- Saber ponerse en el lugar de la otra persona afianza actitudes comprensivas y estilos solidarios, facilitando así que las relaciones sean más satisfactorias porque la otra persona se siente entendida.

**Recursos necesarios:**

- **Documento 3.1.** Cómo me gustaría que me acogieran.
- **Bolígrafos.**

## 3.1

Cómo me gustaría ser recibida/o	Marcar con una X
Me gustaría ser recibida/o con: Amor	
Me gustaría ser recibida/o con: Respeto	
Me gustaría ser recibida/o con: Críticas	
Me gustaría ser recibida/o con: Confianza	
Me gustaría ser recibida/o con: Indiferencia	
Me gustaría ser recibida/o con: Alegría	
Me gustaría ser recibida/o con: Apatía	
Me gustaría ser recibida/o con: Felicidad	
Me gustaría ser recibida/o con: Toda mi familia	
Me gustaría ser recibida/o con: Desconfianza	
Me gustaría ser recibida/o con: Anhelos	
Me gustaría ser recibida/o con: Desgana	
Me gustaría ser recibida/o con: Reproches	

Cómo me gustaría ser recibida/o	Marcar con una X
Me gustaría ser recibida/o con: Amor	
Me gustaría ser recibida/o con: Respeto	
Me gustaría ser recibida/o con: Críticas	
Me gustaría ser recibida/o con: Confianza	
Me gustaría ser recibida/o con: Indiferencia	
Me gustaría ser recibida/o con: Alegría	
Me gustaría ser recibida/o con: Apatía	
Me gustaría ser recibida/o con: Felicidad	
Me gustaría ser recibida/o con: Toda mi familia	
Me gustaría ser recibida/o con: Desconfianza	
Me gustaría ser recibida/o con: Anhelos	
Me gustaría ser recibida/o con: Desgana	
Me gustaría ser recibida/o con: Reproches	

**CÓMO ME GUSTARÍA QUE ME ACOGIERAN**

**Sesión Grupal 3. Personas de apoyo. Afrontando los cambios**

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

ESTRATEGIAS	DESCRIPCIÓN
<b>El apoyo</b>	<i>El apoyo no termina con la salida de prisión de nuestro familiar o persona allegada, debe continuar mientras la motivamos para que consiga los logros y objetivos que se ha marcado. El apoyo no solo abarca la parte material (económico, alimenticio, alojamiento, etc.), sino también la parte inmaterial, como es el apoyo emocional y la compañía, incluyendo conductas donde se demuestre interés, afecto y cariño.</i>
<b>La adaptación</b>	<i>Las personas necesitan un periodo de adaptación después de cumplir la condena. Pedir a nuestro familiar o persona allegada que se adapte de forma precipitada a su nueva vida puede generar situaciones de tensión y nerviosismo. Durante este proceso es importante que le ayudemos y que tengamos mucha paciencia, sin olvidar tener una actitud positiva y realista. Es posible que necesite más tiempo del que pensamos.</i>
<b>El apoyo formal</b>	<i>Además del valioso apoyo que podemos ofrecerle, después de la excarcelación nuestro familiar podrá necesitar ayuda profesional. Este apoyo puede ser para que continúe con un tratamiento, para el abandono de consumo, para un seguimiento por los Servicios Sociales o un tratamiento en salud mental, etc. Nuestra labor se centrará en motivarle y concienciarle para que continúe con este seguimiento profesional.</i>
<b>La supervisión</b>	<i>El objetivo de la supervisión es detectar estados emocionales como la tristeza, apatía, frustración, euforia, agresividad, etc. que puedan dar lugar a conductas de riesgo, así como identificar también espacios y personas que puedan originar problemas. Una vez detectadas, se tratará de que nuestro familiar tome medidas para alejarse de esas personas o espacios, si es necesario mediante limitaciones, intentaremos que comprenda el riesgo y las consecuencias que le pueden ocasionar.</i>
<b>Promover relaciones positivas</b>	<i>Las relaciones tienen que estar basadas en el respeto mutuo. Para ello usaremos la escucha activa y/o la empatía. Ejemplo: mantener la atención cuando nos hablen, no interrumpir, mirar a los ojos, prestar atención mientras nos hablan, mostrar empatía, respetar los silencios, tratar de comprenderle, etc.</i>
<b>El refuerzo positivo</b>	<i>El refuerzo positivo se puede usar para poner en valor los retos conseguidos por nuestro familiar. Se llevará a cabo a través de herramientas de refuerzo material y/o social.</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Refuerzo material:</b> un libro, una invitación al cine, etc.</li> <li>- <b>Refuerzo social/emocional:</b> expresiones de ánimo, elogios, alabanzas. Se pueden utilizar expresiones como "estoy muy contento por tus logros"; "me gusta cuando tú..."; "estoy muy orgulloso/a por..." o gestos como: mandar un beso, sonreír, dar un abrazo, etc.</li> </ul>

ESTRATEGIAS	DESCRIPCIÓN
<b>Normas básicas de convivencia</b>	Las normas buscarán facilitar la convivencia, evitando que determinadas conductas puedan generar problemas en la familia. De esta manera nuestro apoyo se convierte en un apoyo condicionado para que nuestro familiar cumpla con las normas que se han establecido y tenga conductas que faciliten un buen ambiente familiar. En la medida de lo posible se intentará que estas normas sean consensuadas.
<b>La negociación</b>	<p>Es una herramienta importante para mejorar las relaciones personales ante diferentes intereses. El proceso de negociación debe implicar: escucha activa, proponer alternativas, alcanzar acuerdos para la solución de los problemas surgidos, ceder por ambas partes, aceptar los acuerdos y conseguir un compromiso que todos/as deben respetar.</p> <p>Fases de la negociación: <b>1.- Fase de exposición</b> (donde las dos partes exponen de forma respetuosa sus opiniones). <b>2.- Fase de solución</b> (en esta fase todos los afectados exponen posibles soluciones y alternativas que sean alcanzables). <b>3.- Fase de elección</b> (es el momento de elegir una solución o propuesta. Ésta debe ser consensuada y no impuesta, y posiblemente ambas partes deberán ceder algo para alcanzar un acuerdo). <b>4.- Fase de puesta en práctica</b> (se debe estar comprometido/a y cumplir con los acuerdos pactados). Para profundizar más en la negociación podemos leer: "Guía para el diálogo y la resolución de conflictos en familia"</p> <p><a href="http://www.leioa.net/vive_doc/GUIA_PADRES-MADRES_LEIOA-GEUZ_CAST.pdf">http://www.leioa.net/vive_doc/GUIA_PADRES-MADRES_LEIOA-GEUZ_CAST.pdf</a></p>

## ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

## Sesión Grupal 3. Personas de apoyo. Afrontando los cambios



## CONTENIDOS COMPLEMENTARIOS

### Repercusión del ingreso en prisión en el entorno sociofamiliar (*ampliación*)

La literatura científica se ha centrado en entender y conocer los efectos negativos que genera la prisión en las personas penadas. No obstante, aún queda mucho camino por recorrer sobre los efectos que provoca dicho encarcelamiento en las personas del entorno a las que se encuentra estrechamente unida o vinculada.

La privación de libertad va a constituir un hecho traumático con efectos negativos que perjudicará no solo a la persona en su esfera física, psicológica, emocional o afectiva, sino también, de uno u otro modo, a su entorno socio-familiar. Las consecuencias del encarcelamiento se extenderán a los miembros de su familia, cuyos efectos negativos podrán variar en función de factores relacionados con las circunstancias personales, económicas y culturales de cada familia. Este amplio espectro de problemas y necesidades podrá abarcar desde dificultades económicas, la ruptura afectiva, las consecuencias en el ámbito psicológico y una desvinculación familiar en ocasiones agravada cuanto más lejano se ubique el centro penitenciario y menores sean los recursos económicos.

Además de estos problemas y necesidades, la unidad familiar va a sufrir una metamorfosis en su composición, cambios en su estructura y funcionamiento que se agudizará o será de mayor o menor calado dependiendo del rol que estuviera asumiendo la persona penada antes de su ingreso en prisión. La crisis surgida en la nueva dinámica familiar puede adquirir la misma dimensión y generar un estrés similar al vivido por el fallecimiento de un miembro familiar, el divorcio de los progenitores o el padecimiento de una enfermedad crónica. Por tanto, el ingreso de una persona en prisión va a requerir un proceso de ajuste de las familias o entorno próximo a los cambios surgidos, estableciéndose una nueva organización, modificaciones en los roles y un equilibrio para recomponer la nueva dinámica sociofamiliar.

Las dificultades darán lugar a un grado de afectación diferente en cada persona por la singularidad de cada individuo. Los problemas e inconvenientes resultantes del encarcelamiento harán que los miembros de la unidad familiar lleven a cabo unas u otras estrategias de afrontamiento con el fin de ajustarse a la nueva situación o superar los problemas generados. Estas estrategias estarán influidas por factores como la cohesión que haya entre ellos/as, la resiliencia, la capacidad de adaptarse a los cambios, la flexibilidad, el apoyo psico-social o los diferentes recursos personales y económicos de los que se disponga.

## **Estrategias para facilitar el retorno socio/familiar (ampliación)**

Preparar la libertad de las personas que han cumplido una condena es una función común y diaria que realizan los/as trabajadores/as sociales para conseguir una integración social adecuada. Hasta ahora todas las pautas para conseguir este fin se realizan en mayor medida con las personas penadas, no obstante, se hace necesario facilitar algunas pautas a sus familiares más cercanos para lograr un mayor éxito en el proceso de reinserción. Diversos estudios e investigaciones han demostrado que el apoyo de la familia y personas más cercanas supone un recurso de especial importancia para conseguir integrar a la persona excarcelada de manera satisfactoria en la comunidad. En este sentido se hace necesario reseñar que es la persona penada el principal agente de cambio, por lo tanto, no debe recaer en la familia o entorno todo el protagonismo como figura clave en el proceso de integración.

Podríamos definir el término afrontamiento como un conjunto de estrategias que utilizan las personas para mejorar o resolver situaciones problemáticas. Estas habilidades pueden ser motivacionales, de escucha activa, comunicación afectiva y/o asertiva, recursos materiales y apoyo social. Tienen como objetivo común facilitar el acogimiento familiar y fortalecer las relaciones.

Antes de desarrollar estas habilidades de afrontamiento, será necesario hacer una especial mención a las características particulares de la persona en el momento de su excarcelación, para entender hasta qué punto es el retorno al entorno familiar una situación de enorme complejidad.

Son comunes los relatos de personas que experimentan los mismos sentimientos y emociones tras el cumplimiento de una condena o días antes de su finalización. Entre ellos, podemos destacar el sentimiento de inseguridad surgida antes de la puesta en libertad o la incertidumbre sobre cómo se desenvolverán en su nueva vida. Las dudas, inseguridades y miedos se apoderan de un espacio donde antes sólo existía ilusión y ansia por finalizar la condena. Pero también son muchos los casos de personas que, después de la excarcelación, experimentan sensaciones de euforia junto a una autoestima alta que decae precipitadamente cuando pasan las semanas y no son capaces de alcanzar los objetivos y retos que se habían marcado durante su estancia en prisión. En este sentido, la escasez de oportunidades y la dificultad para reincorporarse al mercado laboral se presentan como escenarios donde la persona puede percibir que no es capaz de valerse por sí misma, generando sentimientos de ansiedad, ira y/o frustración. Estos estresantes o factores de riesgo pueden contribuir a que aparezcan actitudes y conductas contrarias a una integración social positiva, al tiempo que aumentan las probabilidades de reincidir en el delito.

Es en este tipo de situaciones, aunque no son las únicas, cuando cobra especial importancia que familiares o personas de apoyo hagan uso de un conjunto de estrategias y

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

conocimientos para amortiguar los efectos negativos que originan estas circunstancias. El objetivo, por tanto, de estas estrategias de afrontamiento, es proporcionar herramientas que faciliten la reincorporación al entorno sociofamiliar de la persona excarcelada y que a la vez puedan fortalecer las relaciones sociofamiliares y mejorar la convivencia.

## **Estrategias facilitadoras**

### **■ El apoyo**

El apoyo familiar no termina con la puesta en libertad. Es de vital importancia mantenerlo durante la condena. Además, tras la excarcelación, fortalecerá las relaciones personales y actuará como un factor motivador y de protección. Así, la motivación se debe centrar en la consecución de objetivos preestablecidos o en el proceso por conseguirlos para que la persona no decaiga en la lucha por alcanzarlos. El apoyo no sólo se centra en la parte material (económico, alimentos, alojamiento, etc.), sino también en la inmaterial (apoyo emocional, compañía, conductas donde se demuestre interés, afecto, cariño, etc.).

### **■ La adaptación**

La familia puede ser origen de tensiones en tanto en cuanto ejerza sobre la persona excarcelada un alto grado de presión o exigencia por conseguir determinados objetivos. Por ello, es importante que se establezca un acompañamiento continuo desde una perspectiva positiva y realista, siendo conscientes que toda persona necesita de un tiempo de adaptación a su nueva vida. Esto puede estar condicionado por factores como el tiempo de condena, problemas de consumo y adicción o características en el cumplimiento de la condena (si ha tenido contacto previo con la sociedad antes de la libertad mediante permisos de salida o régimen en semi-libertad, trabajos desarrollados en prisión, participación en actividades y programas de tratamiento, etc.). Será importante tenerlos en cuenta para no generar falsas expectativas.

### **■ El apoyo formal**

No solo el apoyo social informal es importante, también lo es el apoyo formal de profesionales e instituciones. Las personas que durante la condena mantenían un tratamiento de deshabituación de consumo de sustancias tóxicas, tratamiento de salud mental, seguimiento por los Servicios Sociales o se encontraban inmersos en un proceso de valoración del grado de discapacidad, etc. deben continuar el contacto con los/las diferentes profesionales una vez finalizada su privación de libertad. En este sentido los familiares y personas de apoyo deberán “acompañar” y reforzar a la persona penada para que siga con su tratamiento específico, en definitiva, con el apoyo formal de profesionales como elemento clave para una reincorporación positiva.

### **■ La supervisión**

Es importante prestar atención a las actividades, rutinas y obligaciones que tiene la persona penada, así como al plano emocional (sentimientos de tristeza, frustración, ira, etc.). Para ello, es trascendental preguntar abiertamente para conocer qué está pasando

y cómo se le puede ayudar ante sus preocupaciones o dudas. Esta supervisión debe hacerse desde una perspectiva de “acompañamiento”, evitando conductas inquisitivas. La supervisión también ayudará a reconocer conductas de riesgo (tanto la identificación de los factores de riesgo como las estrategias de prevención de recaídas serán abordados en profundidad en otras sesiones). Mediante el proceso de “acompañamiento” se tratará de identificar a personas y espacios de riesgo que puedan provocar que la persona excarcelada reincida en el delito. Una vez detectados, se buscará alejarla de ellos, si es necesario mediante prohibiciones, dando paso a un espacio de reflexión donde se buscará que la persona se concencie de los riesgos y sus posibles consecuencias.

### ■ Promover relaciones positivas en la familia

Es importante establecer un clima positivo entre los miembros de la unidad familiar. Para ello se utilizará una comunicación positiva centrada en la escucha activa. Las relaciones tienen que estar basadas en el respeto mutuo y es, en este sentido, cuando cobra una especial importancia la empatía (aspectos abordados en la sesión anterior).

### ■ El refuerzo social

Los mecanismos de refuerzo positivo son herramientas efectivas por el componente motivador que ofrecen. Es importante utilizar técnicas de refuerzo para poner en valor los retos conseguidos, con el fin de fortalecer una autoestima adecuada. Para ello se podrán usar dos tipos:

- **Refuerzo material:** un libro, una invitación al cine, etc.
- **Refuerzo social/emocional:** expresiones de ánimo, elogios, alabanzas. En este sentido se puede hacer uso de expresiones como “estoy muy contento por tus logros; me gusta cuando tú...; estoy muy orgulloso/a por...” o gestos como mandar un beso, sonreír, dar un abrazo, etc.

### ■ Límites y normas básicas de convivencia

Los familiares y personas de apoyo deben establecer límites sobre las conductas, actitudes y comportamientos indeseables para seguir manteniendo su apoyo al familiar excarcelado/a. Del mismo modo se establecerán unas normas básicas de convivencia que faciliten las relaciones familiares, a poder ser consensuadas entre las dos partes. De esta manera el apoyo se convierte en un apoyo condicionado a la consecución de unos comportamientos responsables y socialmente adecuados.

### ■ La negociación

Ha de ser un pilar importante en la familia. Ante las dificultades, preferencias e intereses contrapuestos, la negociación se convierte en una herramienta trascendental para mantener una relación familiar satisfactoria. A modo de resumen, el proceso de negociación debe implicar: escucha activa, proponer alternativas, alcanzar acuerdos para la solución de los problemas surgidos, ceder por ambas partes, empatizar, aceptar los acuerdos y conseguir un compromiso mutuo.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

## La escucha activa

Es la habilidad por la que se presta toda la atención de manera consciente hacia la otra persona durante el proceso de comunicación, identificando atentamente el contenido del mensaje así como el de las emociones vividas por el emisor. La escucha activa va a facilitar la comunicación y el entendimiento entre las personas, favoreciendo relaciones positivas y de confianza mutua. Que las personas se sientan escuchadas hará que aumente su seguridad, ayudándoles a llegar al fondo de los problemas y a que éstos se puedan resolver.

Por el contrario, cuando las personas no se sienten escuchadas, se mostrarán distantes, no profundizarán en sus inquietudes y miedos y se generará un clima de desconfianza que podrá debilitar las relaciones.

Elementos a tener en cuenta para favorecer la escucha activa:

- Mantener la atención y no distraerse.
- Parafrasear o repetir el mensaje. Ejemplo: *“entonces me dices...si te he entendido bien...quieres decir que...”*
- No interrumpir / no terminar sus frases.
- Mantener un contacto visual.
- Adquirir una postura relajada y receptiva.
- No hacer otra cosa mientras el emisor nos habla.
- Prestar atención a sus emociones.

## La empatía

Es una habilidad social que pretende comprender las emociones y sentimientos de las personas. Supone ir más allá de la visión intrínseca de ti mismo/a, para considerar las cosas desde el otro punto de vista. La capacidad empática ayuda a entender las emociones, temores y sentimientos que experimentan las personas, así como sus acciones y actitudes, sin que necesariamente se esté de acuerdo con ello.

Esta habilidad social contribuye a reforzar las relaciones sociales en tanto en cuanto la persona se siente escuchada, entendida sin ser juzgada, generando que las relaciones sean menos superficiales. Entre los beneficios de la empatía se encuentra la contribución a facilitar la cohesión familiar en el periodo de adaptación a la nueva vida de la persona excarcelada, convirtiéndose en un factor clave en el proceso de resolución de conflictos. En este sentido son muchos los estudios que aseguran que la empatía y la capacidad de escucha activa van a contribuir a mejorar la comunicación familiar, y por consiguiente, el funcionamiento entre los miembros que la integran.

En el polo opuesto, la falta de empatía y la escasa capacidad de entender a los demás, provocará que las relaciones familiares se deterioren con mayor facilidad y estén menos cohesionadas.



## RECURSOS AUDIOVISUALES

### ■ **Vídeo: ¿Y si fuéramos más empáticos?**

**Resumen:** el vídeo es de Cleveland Clinic, un centro médico sin fines de lucro. Se ven diferentes personas en un hospital y con un texto en la pantalla van informando por qué se encuentran allí o cómo se encuentran. Finaliza con la frase: “si pudieras ponerte en los zapatos de la otra persona, escuchar lo que ellos escuchan, ver lo que ellos ven, sentir lo que ellos sienten ¿los tratarías diferente?”

**Duración:** 4:23 minutos.

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=eeLF5M-ijls>



SESIÓN GRUPAL 4  
PERSONAS DE APOYO

ENTENDIENDO EL  
TRATAMIENTO







# 4

## Sesión grupal 4. Entendiendo el tratamiento

### FICHA RESUMEN DE LA GRUPAL

#### \* **Objetivos de la sesión**

- Facilitar información de los objetivos del tratamiento penitenciario.
- Generar confianza en las intervenciones profesionales que se realizan en los centros penitenciarios.

#### \* **Contenidos de la sesión**

- Visión general del tratamiento penitenciario.
- Conocimiento básico del funcionamiento de los establecimientos penitenciarios.

#### \* **Duración**

2 horas.

#### \* **Introducción**

Desarrollaremos una sesión que permita al grupo un mayor conocimiento de la intervención profesional y el funcionamiento de la Institución Penitenciaria. Se hará hincapié en la importancia de los programas de intervención tratable cuyo objetivo es la reeducación y reinserción social.

Con esta sesión se pretende generar confianza en el sistema penitenciario, en sus profesionales y en el tratamiento. La motivación de las personas de apoyo para que impliquen a las personas penadas en su tratamiento penitenciario puede ser un factor de protección y de cambio.



# 4

## Sesión Grupal 4. Personas de apoyo. Entendiendo el tratamiento

### • **Inicio y bienvenida**

- \* Se da la bienvenida a las personas participantes y se comprueba el registro de asistencia.
- \* Se presenta el tema a tratar en la sesión, señalando los horarios de inicio, descanso y finalización.
- \* Se recuerdan en conjunto las reglas básicas de participación, siendo imprescindible la no interrupción entre las personas participantes, no acaparar la atención y mantener el respeto, discreción y apoyo cuando se traten temas de contenido sensible y privado.

### • **Desarrollo de la sesión**

*El objetivo de esta sesión es generar en las personas participantes confianza en el sistema penitenciario, en sus profesionales y en el tratamiento que se desarrolla con la persona penada. La participación e implicación en el tratamiento penitenciario particular, junto a la confianza en el equipo profesional son factores clave que influyen positivamente en el camino hacia la reeducación.*

*En esta sesión se explica en qué consiste el tratamiento penitenciario y cómo éste puede ser el motor de cambio para una persona que cumple una condena.*

## **I. Establecimientos penitenciarios**

*Se inicia la sesión con una lluvia de ideas. Cada participante expone cómo experimentó su primera visita a la prisión, dedicando especial atención al antes (cómo imaginaba que era un centro penitenciario), durante (cómo vivió ese primer contacto con la prisión) y después (cómo percibe en la actualidad la institución penitenciaria). Para esta dinámica es importante que expresen los sentimientos, emociones y percepciones que les surgieron en ese momento y que, probablemente, se vivieron con una elevada intensidad.*

Un establecimiento penitenciario es una entidad arquitectónica cuyas funciones principales son:

- Garantizar el cumplimiento de una pena impuesta.
- Proteger la integridad de las personas penadas.
- Promover una acción rehabilitadora orientada a la reeducación y a la reinserción social.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

*Se les pregunta si conocen qué profesionales son quiénes trabajan en un centro penitenciario.*

Para el cumplimiento de estas funciones, la institución penitenciaria cuenta con diversos perfiles profesionales:

- Personal sanitario: profesionales de la medicina, enfermería, farmacia, etc.
- Personal de tratamiento: profesionales del trabajo social, psicología, pedagogía, educación social, sociología, derecho, terapéutas ocupacionales, actividades ocupacionales y deportivas, etc.
- Personal de vigilancia.
- Personal directivo: dirección, subdirección y otros puestos de responsabilidad.
- Otro tipo de profesionales como personal de mantenimiento, de cocina, etc.

Además, con la institución colaboran activamente diferentes profesionales de organizaciones externas (religiosas, sociales, etc.) realizando labores educativas, formativas y/o de voluntariado, entre otras.

## 2. Características del cumplimiento de una condena

Cuando una persona ingresa en un centro penitenciario, ya sea voluntaria o involuntariamente, se pone en marcha todo un dispositivo para que ese momento tan complicado de la vida, se desarrolle de la forma más adecuada posible, atendiendo a las particularidades de cada persona para poder alcanzar los objetivos encomendados a la institución penitenciaria. *Poner ejemplos de la separación interior, según su situación legal, por motivos de seguridad, por género, etc.* Se presta especial cuidado a cómo puede afectar el cumplimiento de condena a nivel personal (física o emocionalmente) y a nivel familiar, con las posibles repercusiones derivadas de esta situación.

En este sentido es necesario conocer, informar y atender las posibles dificultades que el ingreso puede suponer en el entorno más inmediato, como por ejemplo, si la persona penada tiene responsabilidades en el cuidado de familiares esto implicaría que pudieran quedar desatendidos. Para esto, se entrevista con profesionales penitenciarios que diseñaran las actuaciones necesarias con cada persona (para conseguir su adaptación al medio y su bienestar y el de su entorno).

*Se puede relacionar este último aspecto con la sesión anterior, teniendo en cuenta las diferencias en el cumplimiento de condena entre mujeres y hombres (necesidades diferentes según el género: embarazos, estancia con hijos/as, escasez de actividades treatmentales en el caso de los módulos de mujeres, etc.).*

Atendiendo a su estado y características personales, se determina la separación interior. Es decir, el módulo de convivencia más adecuado para cada persona, donde tendrá

un equipo de profesionales de referencia que diseñaran su programa individualizado de tratamiento y atenderán sus demandas para la consecución de los objetivos expuestos.

Para conseguir hacer frente a las necesidades y dificultades de estos primeros momentos, los objetivos del tratamiento penitenciario son conseguir el bienestar y mejorar la estancia en el medio penitenciario, para posteriormente, detectar fortalezas y necesidades e intervenir sobre ellas, optimizando así su reinserción social.

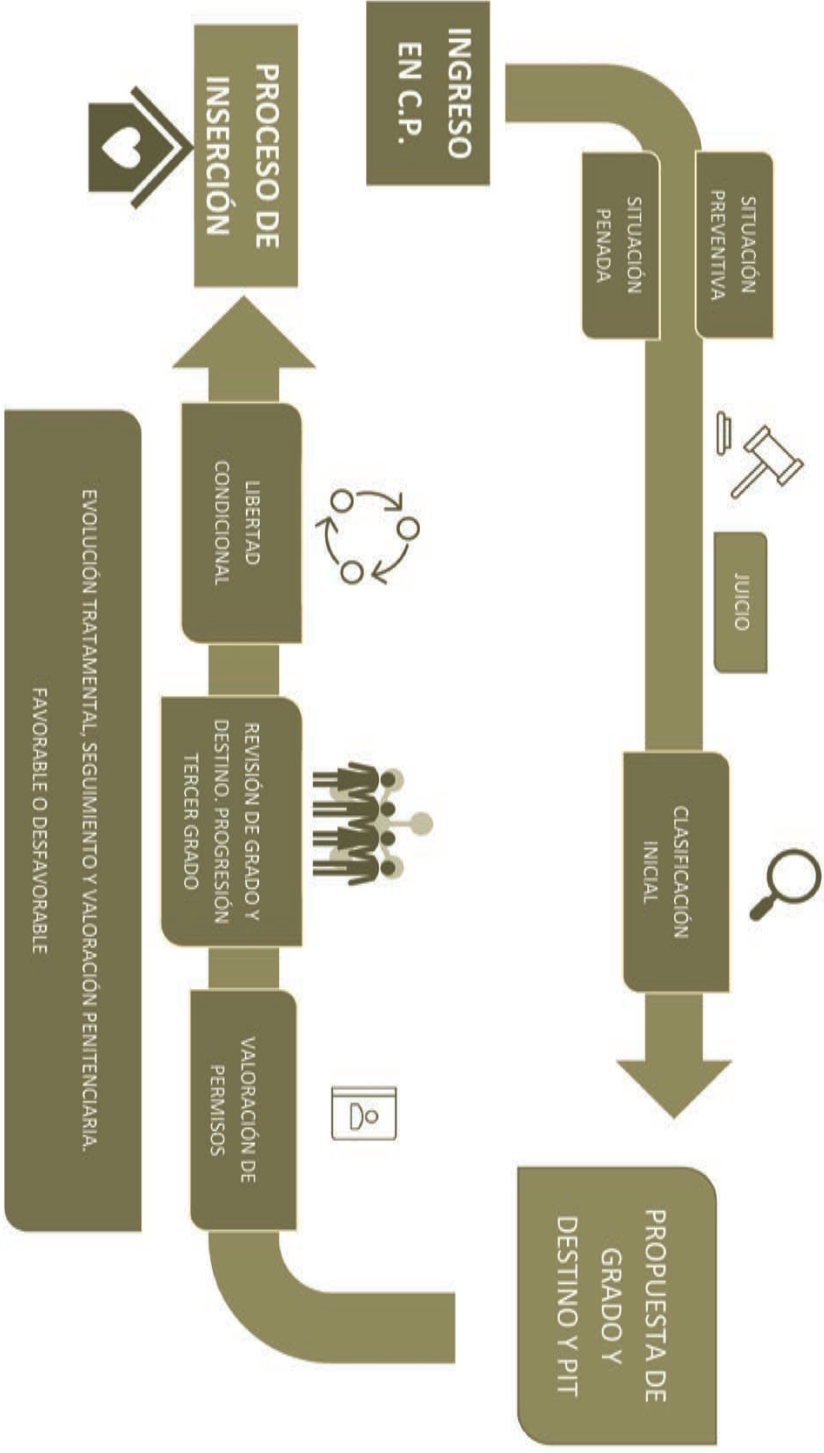
Cada ingreso en prisión es diferente y particular. Es un camino que durante su recorrido se van adquirir aprendizajes, conocimientos y nuevas relaciones (con apoyo profesional, familiar, voluntariado, etc.) para su mayor bienestar. En esta trayectoria, se encontrarán con dificultades que sortarán con mayor o menor éxito influyendo directamente en la consecución del objetivo final marcado: **la reeducación y reinserción en libertad.**

Son múltiples los factores que inciden en esta trayectoria. Existen distintas **variables iniciales** como pueden ser: género, condena, personalidad, situación familiar, problemática de consumo, etc. Asimismo, otras **variables se adquieren** a lo largo de este proceso y pueden ayudar o dificultar el camino perseguido: problemas de convivencia, nuevas adicciones, participación en actividades, expedientes sancionadores o cumplimiento del Programa individualizado de tratamiento, etc.

*A continuación, se dibuja un sendero en la pizarra (como símbolo de la trayectoria penitenciaria) para que puedan visualizar los momentos claves dentro del proceso de cumplimiento. Para ello, se señalan en el sendero las diferentes fases. Esta simbología permitirá una mayor comprensión de los contenidos explicados en esta sesión. A continuación se facilita un ejemplo.*

# Sesión Grupal 4. Personas de apoyo. Entendiendo el tratamiento

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
 Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria



*Se les pregunta qué aspectos del funcionamiento del Centro Penitenciario o del cumplimiento de la condena les generan más inquietud. En función de las respuestas obtenidas se pueden aclarar esas cuestiones de forma específica y adaptar los contenidos a las necesidades particulares.*

Durante el proceso penitenciario pueden existir momentos de especial vulnerabilidad, como la enfermedad o el fallecimiento de una persona querida, el nacimiento de un nuevo miembro de la familia, la finalización de una relación de pareja o la celebración del juicio. El encarcelamiento genera una mayor intensidad de estas vivencias potenciando un posible sentimiento de soledad, aislamiento, impotencia y desprotección. Por ello, el equipo profesional procura prestar especial atención a estas situaciones, acompañando a la persona penada en estos momentos de mayor dificultad.

### 3. El programa individualizado de tratamiento (P.I.T.)

Una vez que se ha producido el juicio y hay una sentencia firme condenatoria se inicia el proceso de la clasificación inicial para asignar un grado y destino de cumplimiento, y a su vez, trazar un tratamiento específico para la situación sociopersonal de la persona penada. Es un momento vivido con inquietud ya que va a influir de manera notable en su futuro próximo. El grado asignado implicará una mayor o menor libertad y la posibilidad de cambiar el destino del centro penitenciario, para por ejemplo, poder estar más cerca de su entorno familiar.

En esta fase el equipo de tratamiento junto al equipo directivo, valorarán **diferentes factores**: familiares, sociales, de personalidad, delictivos, la duración de la pena, etc. que serán tomados en cuenta para la propuesta de clasificación de grado y destino (en qué centro y localidad va a cumplir).

Junto a la propuesta de clasificación inicial, la junta de tratamiento elabora un **programa individualizado de tratamiento** (PIT en adelante): se trata de un documento que recoge las necesidades y carencias detectadas en esa persona junto con las actividades, trabajos, cursos o programas que debería realizar de forma prioritaria para optimizar su proceso de reinserción. Se informa a la persona y se motiva para participar en su PIT, dado que el tratamiento es voluntario. Se actualiza cada 6 meses máximo coincidiendo con las revisiones de grado.

*Para profundizar en este tema se realiza la siguiente dinámica que ayudar a conocer el funcionamiento del programa individualizado de tratamiento.*





## Dinámica 1. Programa Individualizado de Tratamiento

### 4. Tipos de intervención. Programas de tratamiento

Si se aprovecha positivamente el tiempo y los recursos que el centro penitenciario pone al alcance de las personas que se encuentran cumpliendo condena, la estancia en prisión puede ser un periodo constructivo y de crecimiento personal.

Las diferentes alternativas de intervención en el medio penitenciario son:

- Programas específicos de tratamiento que atienden a la tipología delictiva. (Ejemplos: programas de desarrollo personal, de discapacidad, ser mujer, etc.).
- Intervención: actividades educativas, formativas, laborales, ocupacionales y terapéuticas .

Disponemos de una variedad de talleres, programas de tratamiento y actividades educativas que se ajustan a la diversidad de las necesidades de las personas que se encuentran en un centro penitenciario. Estas actividades atienden a las necesidades personales (discapacidad, salud mental, problemática tóxica, género, etc.) o trabajan según la tipología delictiva por la que se encuentran en prisión (violencia de género, agresión sexual, delito económico, etc.). Conozcamos algunas propuestas que tenemos en base a estas realidades:

#### **Intervenciones para el desarrollo personal:**

**Educativas:** la educación y formación son prioritarias en el cumplimiento de condena. Cuando existan carencias formativas o profesionales se informa y deriva a actividades para iniciar o finalizar una formación reglada (graduado escolar, ESO, estudios universitarios, etc.), así como para adquirir habilidades laborales a través del desarrollo de destinos productivos dentro del centro penitenciario (destinos de cocina, mantenimiento, etc.).

**Discapacidad:** cuando una persona con discapacidad física o sensorial se encuentra en prisión se adoptan las medidas necesarias para garantizar el bienestar de la persona durante el cumplimiento de la condena, prestando especial importancia a su reincorporación al exterior. En los casos de discapacidad intelectual existen programas especializados dirigidos por profesionales de la Confederación Nacional de Organizaciones a favor de las personas con discapacidad intelectual (Plena Inclusión).

Se trabaja en diferentes áreas:

- **Personal:** autonomía personal, hábitos de vida sana, etc.
- **Emocional y relacional:** habilidades sociales, salidas terapéuticas, estimulación cognitiva, etc.
- **Familiar:** favorecer y restaurar las relaciones familiares.

### – Educativa y laboral.

**Salud mental:** a través del *Programa de Atención Integral a enfermos mentales (PAIEM)* se atiende a las personas con algún tipo de patología o trastorno mental. El objetivo principal es la detección de casos y atención clínica mediante un programa de rehabilitación individualizado que promociona la incorporación social.

**Adicciones:** existen programas para la prevención, asistencia y reincorporación social de personas con algún tipo de adicción tales como tóxicos, drogas (cocaína, alcohol, etc.), juego, etc. Este tratamiento se puede realizar en módulos terapéuticos (UTE) o en otros módulos (programas de prevención de recaídas, reducción de daños, programa de mantenimiento con metadona, etc.).

**Mujeres con descendencia en prisión:** la Administración Penitenciaria cuenta con Unidades Dependientes, Unidades de Madres, Módulos Familiares y/o Unidades Externas de madres, con el objetivo de evitar los efectos negativos del ingreso en prisión y buscar principalmente el bienestar de las y los menores.

**Personas jóvenes:** los programas dedicados a población joven hacen especial hincapié en la educación, formación, educación en valores y contacto de estas personas con su entorno social.

**Otras problemáticas de salud:** aquellas personas de avanzada edad o problemáticas de salud grave son atendidas principalmente en módulos adaptados a sus necesidades (enfermería, módulo específicos, etc.).

✓ *Para profundizar en este tema se visualiza el siguiente vídeo que pone en valor la importancia del trabajo conjunto para ayudar a un colectivo determinado.*

<https://www.youtube.com/watch?v=8o4od7OQxbw>

### Intervenciones para tipologías delictivas concretas:

**Delitos de violencia de género:** son actividades prioritarias que se imparten en la mayoría de centros de la institución penitenciaria. Su objetivo es disminuir la probabilidad de cometer un nuevo delito de violencia de género y erradicar las conductas violentas, modificando el comportamiento, las creencias, actitudes machistas y fomentando la igualdad de género.

**Conductas violentas (PICOVI):** es un programa para personas con conductas violentas que ayuda a reducir este tipo de comportamientos. Promueve la autorregulación emocional y facilita un estilo de vida más adecuado con conductas no violentas.

**Delitos de naturaleza sexual:** es un programa prioritario que se dirige a personas que han cometido un delito de carácter sexual. Se trata de un programa de amplia duración cuyo objetivo es prevenir conductas sexuales inadecuadas o violentas evitando la reincidencia en el delito y mejorando las habilidades de relación y autocontrol.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

**Otros delitos:** para otro tipo de delitos, como por ejemplo violencia en el ámbito intrafamiliar, delitos económicos, de odio, etc. existen programas específicos para ayudar a las personas a adquirir herramientas y potenciar fortalezas que prevengan posibles reincidencias en el futuro.

Es fundamental destacar la importancia que tiene realizar estos programas en la vida de la persona, de su entorno y de la sociedad en general. Por ejemplo, cuando tenemos un problema grave en una rodilla, vamos a un especialista en traumatología para mejorar, sin embargo, ante cuestiones emocionales, sociales o de comportamiento, somos más reticentes a recibir y valorar la efectividad de tratamientos específicos que nos puedan ayudar. Sin duda, participar en programas específicos de tratamiento es prioritario durante el cumplimiento de una condena, ya que permite un crecimiento personal, minimiza el riesgo de reincidencia y posibilita una adaptación progresiva a la vida en libertad.



## Dinámica 2. Caso Práctico

Los programas están orientados a que las conductas delictivas no se repitan en el futuro y a un adecuado crecimiento personal. Son impartidos por profesionales de la institución (miembros del equipo técnico) o de entidades externas que colaboran con la Administración Penitenciaria.

### Asunción delictiva

Es común que no se reconozca el delito por el que se está cumpliendo condena. Para el éxito de los programas de tratamiento es necesario partir de la motivación al cambio y del compromiso con el tratamiento, para que esto facilite la posterior **asunción del delito**.

Esta asunción del delito será el punto de partida para poder intervenir, ya que se asume la existencia de una problemática a la que enfrentarnos. Para avanzar en el proceso de cambio es importante contar con vuestra implicación. Es fundamental no reforzar la percepción de inocencia ni justificar las causas por las que se cometió el delito. Es necesario valorar con objetividad los hechos cometidos y realizar **una reflexión** para que el tratamiento penitenciario sea exitoso.

El tratamiento penitenciario se basa en tres ejes:

- La implicación y motivación al cambio de la persona penada. Evitar ideas que justifiquen o inhiban el reconocimiento del delito.
- La intervención que realiza la Administración Penitenciaria.
- La implicación y la colaboración de las personas del entorno próximo.

Estos factores son básicos para el proceso de cambio y crecimiento personal. Por lo tanto, la motivación y el refuerzo por parte de familiares y personas de apoyo es vital en el trabajo tratamental que realizan las personas penadas.

En este sentido, orientamos a que les animéis a continuar en el tratamiento que realizan, a no abandonar y a implicarse en actividades terapéuticas y educativas que les permitan mejorar y adquirir herramientas para enfrentarse al futuro.



### **Dinámica 3. Lectura de una carta**

Por tanto, nos damos cuenta de que la base del tratamiento es reconocer que necesitamos ayuda. Si la persona penada no reconoce que tiene un problema o que ha cometido un delito, el tratamiento penitenciario no será efectivo, de este modo, vuestra colaboración es vital para conseguir los objetivos del programa.



### **Dinámica 4. ¿Qué puede hacer mi familiar?**

*Antes de finalizar y con el objetivo de recopilar lo que se ha reflexionado en esta sesión, se realiza una lluvia de ideas planteando la siguiente pregunta: ¿Qué puedo hacer para mejorar el trabajo que realiza la Institución Penitenciaria con la persona que apoyo?*

*La página web de instituciones penitenciarias contiene información detallada de todos los programas específicos y talleres formativos que se desarrollan en los diferentes centros penitenciarios, centros de inserción social y servicios de gestión de penas. Es interesante conocer con mayor detalle, especialmente el programa que están realizando aquellas personas a quienes apoya el grupo participante, para dar respuesta a las inquietudes o dudas que puedan verbalizar durante esta sesión.*

*Para cerrar la sesión se visionará el vídeo “Por las ranuras de este espacio opaco. El vis a vis en prisión”.*

[https://drive.google.com/drive/folders/1J0A27niOdTE3YRrerPilfF2\\_58yHPEAE?usp=sharing](https://drive.google.com/drive/folders/1J0A27niOdTE3YRrerPilfF2_58yHPEAE?usp=sharing)

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

### • **Despedida e ideas fuerza**

- \* Se plantea una lluvia de ideas con las siguientes cuestiones: *¿qué es lo que se ha trabajado hoy?, ¿qué es lo que más os ha llamado la atención? Y ¿para qué puede servir este aprendizaje?*
- \* Se da fin a la sesión haciendo un resumen de las ideas más importantes trabajadas:
  - El cumplimiento de una condena supone un importante **cambio en la vida** de las personas que ingresan en prisión y en las personas de su entorno.
  - La Institución Penitenciaria cuenta con **recursos y programas especializados** de tratamiento ajustados a las necesidades de intervención específica de cada persona.
  - La participación en programas de tratamiento específico tiene un efecto positivo en las personas penadas y permite adquirir habilidades para que se enfrenten al futuro con mayores garantías.
  - El círculo más próximo de las personas penadas puede colaborar de forma activa y unir sus fuerzas con el equipo profesional del centro penitenciario para que el cumplimiento de la condena ayude a **construir el futuro**.
- \* Se despide al grupo hasta la próxima sesión.

## FICHA DE DINÁMICA I



### Programa Individualizado de Tratamiento

**Objetivo:** favorecer la reflexión sobre el programa individualizado de tratamiento que se realiza en los centros penitenciarios como instrumento de reeducación y reinserción social.

**Guía para la dinámica:** se forman tres grupos. Se lee el caso práctico (**documento 1.1.**) y se reparte el **documento 1.2.** Análisis de necesidades, objetivos y actividades a cada grupo.

Cada grupo trabajará uno de los siguientes aspectos:

- Grupo 1: necesidades y carencias.
- Grupo 2: objetivos a alcanzar.
- Grupo 3: actividades prioritarias y complementarias.

Los grupos debaten y analizan el apartado asignado. El/la profesional irá ayudando a cada grupo, resolviendo dudas y aclarando conceptos. Posteriormente, se realiza una puesta en común con las conclusiones.

La realización de esta dinámica permite el análisis y reflexión sobre el tratamiento penitenciario.

**Duración:** 20 minutos.

**Conclusiones:**

- Cubrir las necesidades tratamentales de cada persona penada es vital para su reinserción en la sociedad. Mejorar su cualificación profesional, formativa, control de impulsos, etc. ayudará y facilitará en su incorporación al exterior.

**Recursos necesarios:**

- Folios.
- Bolígrafos.
- Documento 1.1. Caso práctico.
- Documento 1.2. Análisis de necesidades, objetivos y actividades.

## DOCUMENTO I.I. CASO PRÁCTICO

### I.I

Se expone a continuación un caso práctico para analizar en grupo.

*Ana, tiene 45 años, vive en Madrid. Ingresó de libertad por varios delitos de agresiones y robos. Tiene una condena de 2 años y medio. Es su segunda vez en prisión, anteriormente lo hizo como preventiva, pero esta es su primera condena.*

*Es hija única. Su madre trabaja en Madrid. No conoce a su padre biológico. Las relaciones familiares son conflictivas debido a su consumo de drogas.*

*Carece de vivienda propia y vivía en la calle. En el exterior no tiene ingresos económicos, lo que la llevó a ejercer la prostitución. Nunca ha trabajado de forma regular y abandonó el instituto en el primer curso.*

*Es consumidora de cocaína desde los 16 años hasta la actualidad. Tiene una enfermedad mental que unido al consumo abusivo de sustancias le provocan comportamientos agresivos, lo que ha influido a cometer varios delitos.*

1.2

¿Qué necesita esta persona? **(necesidades)**

- 
- 
- 
- 
- 
- 

¿Qué quiere conseguir? **(objetivos)**

- 
- 
- 
- 
- 
- 

¿Qué tendría que hacer para conseguirlo? **(actividades prioritarias y complementarias)**

- 
- 
- 
- 
- 
- 

ANÁLISIS DE NECESIDADES, OBJETIVOS Y ACTIVIDADES

Sesión Grupal 4. Personas de apoyo. Entendiendo el tratamiento



## FICHA DE DINÁMICA 2



### Caso práctico

**Objetivo:** sensibilizar en la importancia de realizar tratamiento específico según las necesidades de las personas penadas.

**Guía para la dinámica:** Se reparte en grupos de aproximadamente 4 personas el **documento 2.1.** y se solicita que respondan conjuntamente a las cuestiones que se plantean.

Posteriormente, con una puesta en común, se incide en la importancia de motivar a las personas que apoyan, para que realicen y mantengan en el tiempo las actividades tratamentales específicas, según su problemática individual.

**Duración:** 15 minutos.

#### Conclusiones:

- La participación en programas de tratamiento específico tiene un efecto positivo en las personas penadas y permite adquirir habilidades para que se enfrenten al futuro con mayores garantías.
- A pesar de que en ocasiones podamos ver que la persona penada ha mejorado, es importante que se consoliden en el tiempo los comportamientos que le alejan de las situaciones que pueden ocasionarles problemas y no abandone el tratamiento.

#### Recursos necesarios:

- **Folios.**
- **Bolígrafos.**
- **Documento 2.1. Caso práctico Juan.**

## 2.1

*Juan tiene 35 años, empezó a consumir porros con 16 años, posteriormente, ha consumido cocaína desde los 20 años. El consumo ha derivado en problemas familiares y legales en su vida y su entorno. Actualmente, se encuentra en prisión cumpliendo una condena de tres años y medio por un delito relacionado con el consumo de tóxicos.*

*Antes de ingresar en el centro penitenciario consumía de manera abusiva y no ha realizado tratamiento en el exterior con anterioridad. Entró en la UTE de forma voluntaria e inició un cambio importante en su actitud y en relación con su consumo. Lo vemos bien y contento. Ha tenido una recaída, pero ha sabido enfrentar ese bache y las analíticas son negativas desde hace un año, por lo que el equipo técnico lo deriva a otro módulo para que realice un destino productivo de ayudante de cocina, con la premisa que deberá seguir participando en un programa de prevención de recaídas en el nuevo módulo.*

*Juan empieza a trabajar y asiste dos o tres veces al programa de prevención de recaídas, pero él piensa que está bien, que ya está rehabilitado al no consumir desde hace tiempo por lo que cree que no necesita continuar en el programa. Está convencido de haber superado su problema con las drogas, se plantea dejar el grupo de prevención de recaídas y nos comunica esta decisión.*

**Contesten a las siguientes cuestiones:**

¿Creen que Juan continúa teniendo un problema de adicción?

¿Debe seguir haciendo el programa de prevención de recaídas?

¿Por qué?

¿Qué le recomendarían?

**CASO PRÁCTICO JUAN**

## FICHA DE DINÁMICA 3



### Lectura de una carta

**Objetivo:** reflexionar sobre la importancia de realizar un programa de tratamiento adecuado para prevenir posibles situaciones de recaída.

**Guía para la dinámica:** Se lee una carta (**Documento 3.1.**) realizada por una persona que ha participado en un programa de tratamiento penitenciario de una tipología delictiva concreta.

Una vez leída la carta se plantean las siguientes preguntas:

- ¿Qué ha ganado esta persona al realizar el programa?
- Si no lo hubiera realizado ¿habría obtenido el mismo aprendizaje?
- ¿Creen que será efectivo ese tratamiento en el futuro?

**Duración:** 20 minutos.

**Conclusiones:**

- Se hace hincapié en los beneficios de participar en los programas de tratamiento en la institución penitenciaria según las características y necesidades personales.

**Recursos necesarios:**

- **Documento 3.1.** Carta de un participante.

## 3.1

- \* Soy uno de los quince miembros de la edición 2019 - 2020 que ha realizado el programa de intervención treatmental.
- \* Como a algunos de mis compañeros, cuando el equipo de profesionales que harían el programa me propuso mediante una entrevista para ser un posible seleccionado, me entraron muchas dudas, el miedo a los prejuicios, senti mucha inseguridad, vergüenza y bastante desconfianza en cuanto a la oportunidad que se me estaba planteando y/o a las intenciones de la misma... Hoy puedo decir que no podía estar más equivocado en cuanto a mis miedos, prejuicios, inseguridades, vergüenza y desconfianza, solo eran límites que yo mismo me ponía, así que cuando digo que no podía estar más equivocado, lo hago con toda gratitud y porqué no decirlo, con bastante alegría...
- \* Mi experiencia en el programa has sido más que provechosa y beneficiosa, ha sido dentro de mi condena un punto de inflexión, pero sobre todo de reflexión e introspección y puedo decir que los profesionales han hecho un trabajo impecable con todos y cada uno de nosotros, desde el primer momento nos han tratado y transmitido sumo respeto, discreción, seriedad, tacto, crítica constructiva y nos han hecho mejorar sesión a sesión, también la confianza entre todos nosotros fue incrementando y al final se logró un trabajo grupal y con el equipo profesional excelente...
- \* Quizas, esta vez y sin que sirva de precedente voy a dar un consejo que para mí, por fin, si tengo y no es otro que el de recomendar a todo aquel que necesite hacer este programa, que lo haga, porque es beneficioso para todos, para uno mismo, para las víctimas, para nuestras familias, para las familias de las víctimas. Creo firmemente que quien necesite hacer este programa, tiene la obligación y el deber moral de hacerlo por respeto a sí mismo pero sobre todo por respeto a su o sus posibles víctimas...

\* Esta carta ha sido cedida por un participante en un programa de tratamiento específico, en un centro penitenciario, para esta actividad y no debe ser reproducida en otros contextos.

## FICHA DE DINÁMICA 4



### ¿Qué puede hacer mi familiar?

**Objetivo:** sensibilizar y concienciar sobre el importante papel que tienen las personas de apoyo en el tratamiento penitenciario.

**Guía para la dinámica:** Se reparte individualmente el **documento 4.1.** dejando unos minutos para que lo puedan rellenar.

Posteriormente, se hace una puesta en común, incidiendo en la influencia que pueden tener sobre la persona a la que apoyan para que desarrolle y mantenga actividades en su centro penitenciario que sean beneficiosas para su desarrollo y bienestar. Esta participación puede promover cambios y aprendizajes relevantes para su futuro.

**Duración:** 15 minutos.

#### **Conclusiones:**

- Durante el cumplimiento de una condena, se pueden realizar actividades diversas. Somos conscientes que en ocasiones es mayor la demanda que la oferta, pero es fundamental animar a que se inscriban y participen en diferentes tipos de actividades culturales, deportivas y tratamentales, que les permitan adquirir habilidades y destrezas para una mejor reincorporación en el exterior.
- Como personas de apoyo, tienen mucho que ofrecer, pero también mucho que decir. El objetivo es permitir un mayor bienestar durante el cumplimiento de la condena, así como, facilitar la futura reinserción en la sociedad. Esto facilita que la incorporación se realice de manera adecuada para la persona penada, las personas de su entorno y la comunidad a la que pertenece.

#### **Recursos necesarios:**

- **Documento 4.1.** Actividades.

4.1

Nombre persona a la que apoyas \_\_\_\_\_

Marca con una X aquellas actividades que consideres que pueden ser de utilidad para tu familiar o persona que apoyas (podrán seleccionar varias opciones):

ACTIVIDADES	SELECCIÓN
Programa de violencia de género	
Programa prevención de recaídas	
Programa de control sexual	
Participación en Alcohólicos Anónimos	
Programa personas con problemas salud mental	
Programa para delitos en el ámbito familiar	
Programa para control de impulsos o conductas violentas	
Programa libre de drogas	
Juego patológico	
Programa de personas con discapacidad	
Programa de prevención de violencia de género para mujeres.	
Unidad Terapéutica Educativa (UTE)	
Programa módulo de respeto	
Destino productivo:Cuál: _____	
Escuela. Qué formación: _____	
* Otros (señala cual/cuales):	
- _____ - _____	
- _____ - _____	
- _____ - _____	
- _____ - _____	
- _____ - _____	

ACTIVIDADES

Sesión Grupal 4. Personas de apoyo. Entendiendo el tratamiento



## RECURSOS AUDIOVISUALES

### ■ Vídeo: Por las ranuras de este espacio opaco. El vis a vis en prisión

**Resumen:** es un corto documental que recoge en primera persona la vivencia de las personas que cumplen condena en un centro penitenciario español, invitando a reflexionar sobre su percepción de las visitas y de contar con apoyo externo.

**Duración:** 9:45 minutos

**Enlace:** [https://drive.google.com/drive/folders/1J0A27niOdTE3YRrerPilfF2\\_58yHPEAE?usp=sharing](https://drive.google.com/drive/folders/1J0A27niOdTE3YRrerPilfF2_58yHPEAE?usp=sharing)

### ■ Vídeo: Vídeo lam

**Resumen:** vídeo realizado por la Fundación lam. Se trata de un corto animado que está basado en la historia real de un niño de 10 años que se llama lam, que quiere llegar al mundo con un mensaje de amor: derribar las barreras del aislamiento que sufren las personas (y en especial los niños y niñas) con discapacidad.

**Duración:** 9:45 minutos

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=8o4od7OQxbw>

### ■ Vídeo: Taller reGENER@r. 10 claves para conseguir relaciones igualitarias

**Resumen:** es un vídeo realizado para el taller **reGENER@R** de II.PP. Es una entrevista a un penado que ha realizado un programa de tratamiento específico de la institución, su visión antes y después de su paso por el programa y motiva a otras personas a participar teniendo en cuenta los beneficios que él ha obtenido.

**Duración:** recomendamos los **últimos minutos** de la entrevista, para reforzar la idea de la importancia que tiene el tratamiento en las personas que han cometido un delito.

**Enlace:** solicitar material a la Secretaría General de Instituciones Penitenciarias.

*Es práctica de algunos programas de tratamiento en su fase final dejar constancia, en formato tipo carta o audio, de los cambios experimentados por personas participantes. Es interesante recopilar el material de anteriores programas para ser utilizado en esta sesión.*



SESIÓN GRUPAL 5  
PERSONAS DE APOYO

# ADQUERIENDO HERRAMIENTAS PARA LA PREVENCIÓN







# 5

## Sesión grupal 5. Adquiriendo herramientas para la prevención

### FICHA RESUMEN DE LA SESIÓN GRUPAL

#### \* **Objetivos de la sesión**

- Sensibilizar y motivar a la persona de apoyo para afrontar con éxito el proceso de reincorporación social de la persona penada.
- Conocer la aproximación al delito a través del ciclo de recaída.
- Aprendizaje de estrategias para afrontar las dificultades que puedan surgir durante la acogida de la persona penada.

#### \* **Contenidos de la sesión**

- Conocer cómo funciona el comportamiento humano.
- Conceptos básicos del ciclo de recaída.
- La familia y el apoyo social como factor de protección.

#### \* **Duración**

2 horas.

#### \* **Introducción**

Esta sesión pretende favorecer la implicación de las personas de apoyo en el proceso de reinserción, de manera que adquieran herramientas que permitan manejar y acompañar las situaciones de posibles riesgos. El objetivo es que comprendan la importancia de su papel en la prevención de recaídas.

Reforzaremos la relevancia de la relación y el vínculo afectivo tanto en la estancia en prisión como en el proceso de reinserción, adquiriendo un compromiso de apoyo mutuo.



# 5

## Sesión Grupal 5. Personas de apoyo. Adquiriendo herramientas para la prevención

«Ayuda a tus semejantes a levantar su carga, pero no a llevarla». (Pitágoras)

### • Inicio y bienvenida

- ✱ Se da la bienvenida a las personas participantes y se comprueba la asistencia.
- ✱ Se presenta el tema a tratar en la sesión, señalando los horarios de inicio, descanso y finalización.
- ✱ Se recuerdan en conjunto las reglas básicas de participación, siendo imprescindible la no interrupción entre las personas participantes, no acaparar la atención y mantener el respeto, discreción y apoyo cuando se traten temas de contenido sensible y privado.

### • Desarrollo de la sesión

*Esta será una sesión compleja que precisará un clima de especial confianza que permita trabajar contenidos personales.*

Comenzamos la sesión resaltando la idea de que los **vínculos sociales, el apoyo social y la inserción laboral** son factores que tienen un papel importante en el proceso de cambio de las personas. La realización de actividades laborales, la vida familiar o el ocio saludable, pueden favorecer el abandono de la actividad delictiva. Por un lado, promueven el apoyo social y, por otro, generan vínculos emocionales.

Las personas penadas adquieren en los programas de tratamiento herramientas concretas para su desarrollo personal y el mantenimiento de un estilo de vida positivo, que sirven de apoyo en la prevención de futuros riesgos. En la fase final de algunos programas se establece un plan de prevención de recaídas a nivel individual. Cada persona identifica sus factores o situaciones de riesgo, detectando y estableciendo objetivos vitales para la creación de una vida saludable en comunidad.

Esta sesión pretende que adquieran herramientas básicas de **prevención**, similares a las aprendidas por las personas penadas, permitiendo que ambas partes cuenten con estrategias que faciliten la reinserción social.

## I. Conceptos básicos del comportamiento humano

Para poder entender cómo actuamos las personas es importante conocer la secuencia básica de las conductas humanas:

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria



- **La situación:** es la realidad con la que nos encontramos.
- **Los pensamientos:** son las interpretaciones o explicaciones que damos de una determinada realidad, **situación** o conducta. La manera en que interpretamos la realidad en función de nuestras vivencias anteriores. Nadie percibe la realidad tal cual es, sino en función de sus experiencias pasadas.
- **Las emociones:** en función de la interpretación que hacemos de la realidad, se derivan unas emociones u otras. Es muy importante este punto porque cambiando la interpretación de una situación concreta podemos disminuir o eliminar una emoción desagradable.
- **La conducta:** son los actos que realizamos en un determinado contexto y que se producen como consecuencia de los dos anteriores factores.
- **Las consecuencias:** son el resultado derivado de la conducta realizada, tanto a corto como a largo plazo.

Mediante un sencillo ejemplo de la vida cotidiana vamos a analizar cómo reaccionamos ante determinadas situaciones:

“Hemos tenido un día difícil en el trabajo, estamos de mal humor, hemos dormido pocas horas durante la noche y tenemos prisa. Vamos al supermercado con nuestro hijo de 4 años, que también está cansado, con sueño y hambre. Estando en la fila de la caja para pagar, el niño empieza a llorar y, justo en ese momento, una persona se nos cuela en la fila”. ¿Cómo reaccionamos?

*Dejamos un espacio para que las personas participantes se posicionen y verbalicen cómo reaccionarían. Se pueden escribir en la pizarra los ejemplos que vayan aportando, aquí señalamos posibles respuestas:*

- *Llamamos la atención a quien se nos cuela y le comentamos que se está colando.*
- *Nos callamos y aguantamos detrás en la cola.*
- *Arremetemos contra la persona que se intenta colar, increpándola.*
- *Bloqueamos el paso atravesando el carro.*

Se nos ocurren muchas respuestas y todas ellas parecen no planeadas. En nuestra toma de decisiones, optamos por una de las respuestas influidos por muchos factores:

- Factores que existían y son anteriores a la situación.
- Factores que ocurren justo en el momento del suceso, que ocasionan nuestra respuesta.

Analizamos de nuevo la secuencia con este ejemplo del supermercado:



Sin embargo, no todas las personas emitimos la misma respuesta ante la misma situación:



Al conocer esta secuencia nos damos cuenta de que **los pensamientos** tienen una gran importancia en la creación de las emociones que sentimos y, a su vez, en los comportamientos que tenemos, por tanto, **manejar positivamente nuestros pensamientos**, será la clave para poder gestionar mejor nuestras emociones y, con ello, evitar posibles riesgos con nuestra conducta.

Pensando en el ejemplo expuesto, antes de tomar una decisión, hemos valorado (**pensado**) la situación y los diferentes factores asociados: si es una persona mayor o joven, si lleva un solo producto o un carro lleno, si nos conocen en el supermercado o no, etc. A partir de este análisis, nuestra reacción podrá ser diferente, ante esta misma situación, pudiendo también estar condicionada por los factores personales (estrés, cansancio, sueño, hambre, lloro del menor, etc.). Hay que señalar que este proceso de análisis es rápido y a veces, no somos conscientes de ello.

*Se solicita que reflexionen sobre la siguiente cuestión: vamos a imaginar que en esta situación nos acompaña alguien que nos conoce bien ¿creéis que esta persona puede saber cuál será nuestra reacción? Dejamos un espacio para que puedan responder a esta pregunta.*

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

Con una alta probabilidad las personas que nos conocen bien pueden anticipar cual va a ser nuestra respuesta y, a su vez, influir para que la situación se resuelva en una dirección o en otra. Pues bien, éste es el motivo principal de nuestra sesión: **ayudar a resolver de forma adecuada situaciones de riesgo o situaciones problemáticas.**

✓ Para profundizar en este tema se podrá visualizar el siguiente vídeo:

<https://www.youtube.com/watch?v=JB1sl8N9mNo>

*Recordamos que el tema de esta sesión se trabajará de forma específica en la sesión conjunta. La colaboración de las personas de apoyo y los/as profesionales es imprescindible para el éxito en la reinserción social de las personas penadas. Es necesario recordar que son figuras de apoyo positivo y su implicación es muy importante, sin embargo, la responsabilidad en la comisión del delito recae exclusivamente en la persona que lo ha cometido.*

## 2. Conceptos básicos de la conducta delictiva



### Dinámica 1. ¿Qué pasó antes?

Los comportamientos delictivos, aunque parezcan espontáneos, siguen unos patrones de conducta concretos. Cuanto antes se detecten, antes se podrán prevenir.

El delito, aunque *a priori* puede parecer que **no ha sido planeado**, no es un hecho aislado en el tiempo, sino que es consecuencia de una serie de pasos y de decisiones que se toman.

Cuando una persona regresa a su entorno social, es el momento de llevar a la práctica los aprendizajes adquiridos durante el periodo de cumplimiento de condena.

En muchas ocasiones, las personas que finalizan un programa de tratamiento, piensan que no van a volver a caer en los “errores” anteriores que le predispusieron al delito. Mantienen una sensación de éxito muy elevada, centrada en la “voluntad” de no querer delinquir de nuevo. Otras personas, son más conscientes de su vulnerabilidad y esto les ayudará a “protegerse” y a poner remedio a posibles situaciones problemáticas.

Es importante que conozcamos cómo es el proceso de recaída para poder acompañar y ayudar a la persona que apoyamos a hacer frente a las situaciones más difíciles y conseguir que salga fortalecida/o.

## 3. El proceso de recaída

A través de salidas progresivas, la persona se va enfrentando a situaciones nuevas o antiguas no exentas de dificultades. Si tiene una nueva conducta o comportamiento desadaptado, estamos hablando de **caída**, pero si estas situaciones se repiten y regresa a

su **estilo de vida anterior** (comportamiento antisocial o delictivo), entonces hablamos de **recaída**.

Como comentábamos, a veces las personas tienen unas expectativas muy altas de éxito. Se creen que ya está todo hecho y superado y tienen la idea de que nada va a ser como antes. Sin embargo, más tarde o más temprano, se encuentran con situaciones, amistades, entornos y otros estímulos relacionados con su problema principal (consumo, robos, peleas, estafas, agresiones, bebida, ociosidad, etc.).

Poco a poco, van retomando su vida normal. Vuelven a la rutina. En el día a día, es fácil hacer cosas que parece que no tienen importancia, pero que son pequeños acercamientos al comportamiento que los llevó a cometer un delito (por ejemplo, retomar progresivamente el consumo de alcohol, relacionarse con antiguas amistades conflictivas, tener ausencias laborales, el estrés, no gestionar adecuadamente emociones como la ira, rabia, etc.).

Las personas penadas pueden tomar decisiones que aparentemente no tiene importancia, por ejemplo:

- *Tomar unas cervezas con sus amigos/as.*
- *Entrar en una tienda sin dinero.*
- *Vivir por encima de sus posibilidades o endeudarse.*
- *Coger el coche si me he bebido dos copas.*

Es lo que llamaríamos **las decisiones aparentemente irrelevantes**, son comportamientos que aparentemente no están relacionados con la conducta problema, pero poco a poco nos van acercando a ella. Si la persona se detiene en este punto, disminuirá la probabilidad de recaída. Cuando se encadenan este tipo de comportamientos, la persona puede encaminarse a una situación **de riesgo que le deriven en una recaída o aumento de sus problemas**.

*Se pide al grupo que planteen otros ejemplos y que reflexionen sobre cuáles son las situaciones que más les preocupan.*

Estas decisiones pueden estar mediadas por **determinadas emociones** que generen malestar o un estado emocional negativo. Y como hemos visto anteriormente las emociones están originadas en muchas ocasiones a partir de una interpretación o pensamientos determinados.

Además, cada persona en su día a día se irá exponiendo a diferentes acontecimientos, ya sean propios o de la situación en la que vive, que pueden aumentar las probabilidades de volver a realizar comportamientos desadaptados. Es lo que denominamos **factores de riesgo/delito**. Cada persona tendrá unos factores de riesgo diferentes. Por sí solos no implicaría una recaída, pero la acumulación de ellos crea una **situación de alto riesgo** que pueden predisponer a una recaída.



Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

Vamos a analizarlo con un ejemplo: *Diego ha fumado marihuana durante doce años. Ahora acaba de dejarlo y sabe que tiene que prepararse para afrontar determinadas situaciones en las que va a sentir un gran deseo de volver a fumar (situaciones de riesgo). En su caso, cada tarde cuando se encontraba con su grupo de amistades solían fumar juntos, por lo que sabe que, si vuelve a quedar con ellos, aunque solo sea para charlar un rato, se encontrará rodeado de gente que está fumando. De este modo se produciría una situación de riesgo que Diego podría anticipar y evitar.*

*Les preguntamos: ¿qué situaciones de riesgo identifican en este ejemplo?*

Para entender el significado de los factores de riesgo, volvemos al ejemplo del supermercado:

*“A nuestro estado previo (ansiedad, agobio, estrés por la prisa, el niño llorando, cansancio, etc.) le sumamos que la persona que se nos cuela reacciona ignorándonos o respondiendo de forma chulesca y con desprecio”. Con estas nuevas variables **¿cómo sería nuestra respuesta?***

*Se deja un espacio para que reflexionen de forma particular ¿cómo reaccionarían? y, posteriormente, continuamos con la explicación.*

Los factores de riesgo pueden ser:

- **Externos:** son situaciones que nos encontramos, conductas de los demás, etc. *Por ejemplo: el niño llorando, la respuesta de la otra persona, nuestro mal día en el trabajo, etc.*
- **Internos:** son nuestros pensamientos, interpretaciones de la realidad (actitud chulesca o despectiva de la otra persona), las emociones que sentimos (agobio, estrés, etc.) o las conductas que tenemos (cruzar el carro, ignorarla, alzarle la voz, etc.). *En nuestro ejemplo los factores internos serían: nuestro agobio, estrés, sueño, interpretar la respuesta como despectiva, etc.*

Existen una serie de señales que nos anticipan a estos **factores de riesgo**, nos advierten y previenen de la presencia de un factor de riesgo, ayudando así a poder parar, a actuar de otra manera y a evitar una recaída. Por ejemplo, el humo es una señal de fuego, las señales de tráfico nos informan de una curva peligrosa, la señal “sufrir insomnio”, nos advierte del factor de riesgo de tener “ansiedad”, etc.



## Dinámica 2. ¿Qué ha podido influir?

Es importante estar atentos para identificar las posibles **señales** que nos advierten del posible riesgo. Algunas de estas señales serían:

- **Emociones**, sentimientos, estados de ánimo positivos y negativos, etc. *Por ejemplo, cuando una persona es fumadora y quiere fumar, se muestra agitada, irritable o inquieta.*
- **Pensamientos**, ideas, autoafirmaciones, fantasías, etc. que nos dan una pista de un factor de riesgo concreto. *En la persona fumadora, creer que fumar un cigarro no significa nada.*
- **Actos**, acciones, comportamientos, etc. *Por ejemplo, en el caso de la persona fumadora, muestra de nerviosismo: morderse las uñas, moverse constantemente, etc.*
- **Sensaciones corporales**: reacciones fisiológicas de nuestro cuerpo. *En el ejemplo de la persona que fuma, ésta podría mostrar temblores, falta de aire o sudor.*

La identificación de señales no puede “obsesionarnos”, no todo van a ser señales con significado e implicación delictiva o conductas desadaptadas. Es necesario racionalizar la información e intentar aclarar la situación con la persona y, si se considera de riesgo, es recomendable pedir apoyo profesional.



### Dinámica 3. ¿Qué nos avisa?

Comenzamos a explicar el proceso de recaída en un esquema en la pizarra. En este primer acercamiento al proceso de recaída, podemos dibujar los tres primeros aspectos tratados hasta el momento: **Normalidad, Decisión aparentemente irrelevante y Factores de riesgo.**



Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

Además, la recaída, suele asociarse situaciones de alto riesgo, tales como:

- **Los estados emocionales desagradables:** ira, frustración, tristeza, ansiedad, aburrimiento, etc.
- **Los conflictos interpersonales:** familiar, laboral, social, etc.
- **La presión social** para realizar determinados comportamientos (por ejemplo “*por una vez que salga con mis amigos de antes no pasa nada, ¿no voy a dejarlos tirados?*”).

A su vez, los factores de riesgo pueden aparecer en dos momentos diferentes: factores que existían previamente **a la conducta delictiva** (tener antecedentes penales, baja autoestima, etc.) o **aspectos que suceden justo antes del hecho delictivo** (sentir cansancio, agobio, estar bajo los efectos del alcohol, haber discutido con alguien que nos importa, etc.).

La mejor manera de predecir o anticipar la conducta futura de una persona es analizando su conducta pasada en una situación similar, ya que es muy probable que, en las mismas circunstancias, actúe de una forma parecida. Por este motivo es importante la colaboración de las personas que, próximas y con un vínculo estrecho a quien ha cometido el delito en el pasado, conozcan y comprendan cómo pudo llegar a suceder y ayuden en la prevención.

Otro elemento que influye en la recaída son las **expectativas** que tiene la persona sobre su capacidad de afrontar y sortear estas situaciones de riesgo. Si anticipa que le va a resultar difícil controlar todo lo relacionado con ellas, las podrá evitar. Pero, por el contrario, si lo que percibe es positivo, es más probable que lo repita y se exponga a una recaída. *Volviendo al ejemplo de salir con los amigos del pasado, si solamente nos centramos en lo bien que nos lo vamos a pasar con ellos y pensamos que todo irá bien, existirá más probabilidad de tomar la decisión de salir con ellos. Sin embargo, si sopesamos la posibilidad de que ellos consumen y eso pueda influir en mis ganas de consumir, entonces la decisión que tome puede ser más protectora.*

No obstante, estas situaciones de alto riesgo no tienen por qué llevar directamente a una recaída, ya que las personas pueden poseer una serie de habilidades para afrontarlas de manera adecuada. En los programas de tratamiento, las personas penadas han adquirido diferentes conocimientos y destrezas que pueden serles de gran utilidad para afrontar posibles situaciones de riesgo en el futuro.

La respuesta que damos a cada situación hará que el proceso de recaída tenga un camino u otro (continúe o se frene). *Incluimos en el esquema del ciclo de recaída la nueva cuestión desarrollada: respuesta (adaptada/desadaptada).*

*En contenidos complementarios de esta sesión existe material adicional para que se pueda profundizar en estos conceptos, así como un glosario de los términos relacionados con este tema.*

Lo importante de este proceso es conocerlo, para ser conscientes de que se puede salir de esta situación en cualquier momento. Cuanto antes se tomen medidas, más fácil será esa salida y menores serán los riesgos y las consecuencias.

#### 4. ¿Qué puedo hacer ante una recaída?

Es importante destacar que la **justificación** puede hacer que la persona entre en una espiral hacia nuevos delitos, problemáticas o mantenimiento en la recaída.

*Se les solicita que a través de una lluvia de ideas indiquen posibles respuestas positivas que creen que se pueden llevar a cabo ante un problema/recaída de la persona que apoyan. Se irán anotando en la pizarra.*

Destacamos algunos ejemplos:

- Llamar a alguien. Sería conveniente que esa primera llamada la realicen a la persona de apoyo.
- Aceptar las propias limitaciones.
- No tener cerca elementos que supongan un riesgo.
- Pensar positiva o constructivamente.
- No tomar alcohol ni otras drogas, ni tenerlas en casa.
- Expresar la ira de forma adecuada.
- No culpar o juzgar.
- Pensar en los sentimientos de los demás.
- Técnicas de relajación y/o meditación.
- No acudir a lugares que puedan ponernos en situaciones de alto riesgo.
- Pensar que las cosas se resolverán en el futuro.

*Se pregunta qué han hecho o pueden hacer cuando perciben que la persona que apoyan entra en un proceso de recaída. Se deja un espacio para que hagan una lluvia de ideas.*

Planteamos algunas sugerencias:

- Establecer vías de comunicación asertiva.
- Ofrecerles ayuda profesional, acompañarlos en ese proceso.
- Recordarles las situaciones en que lo han resuelto de forma adecuada y motivarles a afrontarlo de nuevo. (Reforzar su capacidad de autoeficacia).
- Recordarles las estrategias con las que cuentan, y los beneficios de mantener.

Podemos convertir las situaciones problemáticas en oportunidades de aprendizaje, permitiéndonos avanzar en el proceso de cambio. Para ello, es importante evitar pen-

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

samientos catastrofistas cuando aparecen los problemas, a la vez que **confiar** en las estrategias y técnicas que están adquiriendo.

Como hemos visto a lo largo del programa y particularmente en esta sesión, se nos pueden presentar situaciones con la persona que apoyamos que nos generen malestar, impotencia, enfado, preocupación o miedo ante una posible recaída. La forma de manejar estas situaciones será fundamental para poder seguir acompañando el proceso personal de la persona penada.

### • **Despedida e ideas fuerza**

- ✱ Se plantea una lluvia de ideas con las siguientes cuestiones: *¿qué es lo que se ha trabajado hoy?, ¿qué es lo que más os ha llamado la atención? Y ¿para qué puede servir este aprendizaje?*
- ✱ Se realiza un resumen de los contenidos:
  - Los comportamientos delictivos, aunque parezcan espontáneos, siguen unos **patrones de conducta concretos**. Cuanto antes se detecte, antes se podrán realizar actuaciones preventivas.
  - Importancia de conocer el **proceso de la recaída** como recurso imprescindible para la reinserción.
  - Es muy importante vuestra ayuda, indispensable e insustituible, por la conexión y cercanía con la persona penada, siendo **un apoyo** constante en las situaciones que se pueden ir presentando.
- ✱ Para finalizar recordar que el tema de esta sesión se ha tratado ahora de forma general y en las sesiones conjuntas con nuestra persona de apoyo se profundizará de forma más específica a nivel personal.
- ✱ La próxima sesión será optativa, para las personas que deseen profundizar en aspectos relacionados con la crianza de los y las menores. Se pregunta qué participantes desean acudir y aquellas personas que no participen se les convoca a la última sesión (cierre del taller).
- ✱ Para aquellas personas que no acudan a la sesión 6, se comenta que, en la sesión final del taller, se creará un encuentro más distendido y quién lo desee, puede aportar algún alimento para compartir con el grupo ese día.
- ✱ Se despide al grupo hasta la próxima sesión.

## FICHA DE DINÁMICA I



### ¿Qué pasó antes?

**Objetivo:** reflexionar sobre la conducta delictiva como acto impulsivo o premeditado.

**Guía para la dinámica:** se invita a las personas participantes a reflexionar sobre los motivos que pueden llevar a un comportamiento delictivo. Se entrega individualmente el **documento I.I.** y se deja un espacio para que lo desarrollen.

Se abre un espacio de debate promoviendo la participación de todas las personas asistentes.

**Duración:** 15 minutos.

**Conclusiones:**

- Esta dinámica fomenta la reflexión personal y en grupo sobre cómo el comportamiento pasado provoca en el futuro respuestas conductuales similares (Ciclo de recaída).
- A su vez, promueve un espacio de debate sobre situaciones ambientales y factores personales que pueden ayudar a entender el comportamiento delictivo.

**Recursos necesarios:**

- **Documento I.I.** Comportamiento delictivo.
- **Cañón de proyección y ordenador.**
- **Pizarra.**
- **Cuadernos y bolígrafos.**

I.I

**¿QUÉ CREÉIS QUE PUEDE MOTIVAR UN COMPORTAMIENTO DELICTIVO?**

**(Momentos, situaciones, personas, lugares, sustancias, estados de ánimo, etc.).**

**DOCUMENTO I.I. COMPORTAMIENTO DELICTIVO**

—  
—  
—  
—  
—  
—  
—  
—

## FICHA DE DINÁMICA 2



### ¿Qué ha podido influir?

**Objetivo:** reflexionar sobre los factores de riesgo que están presentes en la conducta delictiva de su familiar o persona que apoyan, tomando conciencia de las situaciones que le hacen reincidir en el delito.

**Guía para la dinámica:** se pretende que realicen un listado de factores que han podido influir en su conducta delictiva.

Se entrega a cada participante un listado con ejemplos de posibles factores de riesgo externos e internos (**Documento 2.1.**) para que les pueda servir de referencia.

Posteriormente, se facilita individualmente el **documento 2.2.** para que rellenen los factores de riesgo que han podido influir en la comisión del delito.

**Duración:** 15 minutos.

#### **Conclusiones:**

- Se analizarán los posibles factores de riesgo en la comisión de un delito y las expectativas positivas acerca de su función como ayuda en la evitación de la reincidencia. Ayuda a ser consciente de los antecedentes que se producen antes de la comisión de un delito.

#### **Recursos necesarios:**

- **Documento 2.1.** Ejemplos de factores de riesgo.
- **Documento 2.2.** Factores de riesgo de la persona penada.
- **Pizarra/proyector.**
- **Cuadernos y bolígrafos.**



2.1

EJEMPLOS DE FACTORES DE RIESGO

EJEMPLOS DE FACTORES DE RIESGO	
Factores ambientales (externos)	Factores personales (internos)
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Que la víctima esté presente.</li> <li>■ Disponer de un arma.</li> <li>■ Pérdida de trabajo.</li> <li>■ Problemas con la pareja.</li> <li>■ Estilo de vida inestable y al margen de la ley.</li> <li>■ Fácil acceso a alcohol y otras drogas.</li> <li>■ Deficiente escolarización.</li> <li>■ Haber sufrido abuso físico, emocional y/o sexual durante la infancia.</li> <li>■ Arrestos previos.</li> <li>■ Alcoholismo en la familia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Sentir emociones negativas.</li> <li>■ Perder la sensación de control sobre sí mismo.</li> <li>■ Tener problemas de alcohol y/o otras drogas.</li> <li>■ Déficit de empatía hacia la víctima.</li> <li>■ Tener baja autoestima.</li> <li>■ Distorsiones cognitivas hacia la víctima y/o el delito.</li> <li>■ Soledad, aislamiento.</li> <li>■ Baja inteligencia.</li> <li>■ Déficit de habilidades sociales.</li> <li>■ Dependencia interpersonal.</li> <li>■ Conductas compulsivas.</li> </ul>

2.2

Rellena en la siguiente tabla los aspectos que han podido influir en la conducta delictiva de la persona que apoyas.

EJEMPLOS DE FACTORES DE RIESGO	
Factores externos	Factores internos
■	■
■	■
■	■
■	■
■	■
■	■

**FACTORES DE RIESGO DE LA PERSONA PENADA**

## FICHA DE DINÁMICA 3



### ¿Qué nos avisa?

**Objetivo:** reconocer los cambios que son observables ante la aparición de una situación de alto riesgo de reincidencia delictiva.

**Guía para la dinámica:** Se les pide que piensen en posibles señales que aparecieron antes de estos factores de riesgo en las personas que apoyan. Para que les sirva de ayuda se les entrega individualmente el **documento 3.1.** con posibles ejemplos de señales que pueden detectar.

Se realiza una reflexión final sobre las posibles señales que pueden aparecer antes de que se produzca una conducta delictiva.

**Duración:** 20 minutos.

**Conclusiones:**

- Se tomará conciencia de la importancia de anticiparnos a las situaciones que propician una conducta delictiva para evitarla.

**Recursos necesarios:**

- Pizarra.
- Cuadernos y bolígrafos.
- Cañón de proyección y ordenador.
- Documento 3.1. Listado de señales.

### 3.1.

- Sentir furia.
- No hablar con nadie.
- Pensar en drogas.
- Sentirse infeliz.
- Sentir inquietud.
- Sufrir insomnio.
- Tener sudores fríos.
- Descuidar la higiene y el cuidado personal.
- Temblor en las manos.
- Estar irritable.
- Sentirse solo.
- Abandonar el trabajo.
- Dolor de estómago.
- Necesitar emociones fuertes.
- Sentirse inferior a los demás.
- Realizar actividades solitarias.
- Etc.

#### LISTADO DE SEÑALES (EJEMPLOS)

## CONTENIDOS COMPLEMENTARIOS

### **Conceptos básicos de la conducta delictiva. (Ampliación)**

El delito no es un hecho aislado en el tiempo, sino que es consecuencia de una serie de decisiones que se toman antes de cometerlo. Ésta es la premisa central de la prevención de la recaída. A veces las personas que realizan una conducta delictiva, con la intención de parecer menos culpables, hacen creer a los demás que, con anterioridad al hecho, jamás habrían pensado en la comisión de un delito. Tras una revisión rápida y superficial, los delitos podrían parecer no planeados, pero un análisis más detallado de los antecedentes y factores de riesgo del delito confirma que esos actos no son tan impulsivos.

Cuando se analizan los precursores o factores de riesgo de una actividad delictiva, se diferencian dos tipos: los *inmediatos*, que ocurren poco antes del delito, siendo una referencia temporal los seis meses antes del hecho, y los *tempranos*, que ocurren con anterioridad a estos seis meses.

Al analizar los distintos precursores para establecer los determinantes de la recaída se identifica frecuentemente una secuencia común de factores de riesgo que culmina en la conducta delictiva. La secuencia es la siguiente: **Emoción-Fantasia-Distorsiones cognitivas-Plan-Acto.**

Las personas que han cometido un delito normalmente inventan racionalizaciones para minimizar y/o justificar sus conductas delictivas: uno de los motivos se encuentra en la necesidad que tiene todo ser humano de “aceptación” (por uno mismo y por los demás), sumado a ello, rara vez se trazará previamente y de forma detallada el plan para cometer el delito.

Cuando la persona penada durante su internamiento comienza un tratamiento, se compromete a mantenerse alejado del delito (abstinente) y, mientras, se percibe con habilidades de autocontrol. Esta seguridad va aumentando hasta que se encuentra en una situación de alto riesgo, situaciones definidas como un cúmulo de circunstancias que amenazan la sensación de autocontrol y por consiguiente aumenta el riesgo de producirse una recaída. Mientras las expectativas acerca de su habilidad para manejar futuras situaciones de alto riesgo sean reales, la probabilidad de la recaída disminuirá. Al contrario, el fracaso ante una situación de alto riesgo puede reducir la seguridad que siente para enfrentarse a ella.

Generalmente, cada vez que la persona fracasa al enfrentarse a una situación de alto riesgo da un paso más dentro del proceso de recaída. Cualquier intento por esconder un fallo lleva directamente a cometer más fallos que le dirigen hacia la reincidencia. Aunque algunas veces el fallo se debe a situaciones que podrían haber sido difíciles de anticipar,

en la mayoría de las ocasiones, la disposición a fallar se debe a la toma de decisiones que aparentemente son irrelevantes y que la sitúan en situaciones de alto riesgo.

Es importante que quede explícito que el tratamiento puede incidir directamente en las posibilidades de reincidencia, pero es necesario abandonar falsas expectativas sobre la permanencia de sus resultados. Se promueve que adopten una postura activa y realista sobre los objetivos terapéuticos y se mantengan en alerta de forma constante.

Las intervenciones en programas de tratamiento tienen como objetivo evitar los fallos y dotar de técnicas para prevenir un fallo que podría precipitar una recaída.

La experiencia en las intervenciones para evitar los fallos y prevenir una recaída señala que muchas de las circunstancias que predisponen a los fallos pueden ser anticipadas. El adiestramiento para reconocer adecuadamente los precursores de los delitos y la identificación de los fallos es un proceso necesario, pero no determinante en la recaída. Para ello se incluyen actividades que pueden ofrecer respuestas semiautomáticas de enfrentamiento ya programadas que estén “preparadas” para utilizarlas en un momento de necesidad.

A las personas participantes se les facilitan pautas para poder interpretar los fallos, –como errores que a su vez representan la *oportunidad* para aprender algo nuevo acerca de su proceso de recaída– y de las dificultades de enfrentamiento a ellos. De este modo se incrementa su autocontrol y la seguridad en sí mismos/as. Entre las estrategias incluidas en la lista de respuestas de enfrentamiento, estarán siempre presentes los números de teléfono de las personas que puedan ayudarle cuando tengan dificultades al enfrentarse a un fallo. La persona de apoyo que participa en este grupo posiblemente ocupará la primera posición o bien estará entre las primeras al contar con información privilegiada para ello y el compromiso conjunto que se realizará en la última sesión conjunta.

## **Factores de riesgo y señales**

Las personas participantes van a recibir información para poder identificar los factores precipitantes que favorecen el riesgo de reincidencia. Las situaciones de alto riesgo (SAR) que, por definición, amenazan el sentido de control de la persona penada sobre su conducta, están compuestas por variables personales y ambientales. La coincidencia de elementos de alto riesgo, que interactúan para provocar situaciones de alto riesgo, debe plantearse específicamente para cada persona. Éstas elaboran un listado de los factores precipitantes (que ocurren antes de la comisión de un delito). Algunos de ellos han ocurrido próximos en el tiempo, mientras que otros no.

Además de identificar los elementos que componen las situaciones de alto riesgo, estos listados destacan las múltiples “decisiones aparentemente irrelevantes” (DAIS) que, de manera encubierta, colocan a la persona en situaciones de alto riesgo. Se asume que

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

el mejor predictor de un comportamiento futuro es el comportamiento pasado en una situación similar.

Como **factor de riesgo** contemplamos situaciones, pensamientos o estados de ánimo que aumentan la probabilidad de tener una recaída. Es un elemento que aparece en el ciclo de recaída. Por sí solo, no inicia el proceso de recaída, sino cuando aparecen varios factores de riesgo juntos que, combinados, crean una situación de alto riesgo.

Los factores de riesgo pueden ser *ambientales* (situaciones) y *personales* (pensamientos, emociones y conductas). A su vez los factores de riesgo pueden ser, factores *pre-disponentes* y *precipitantes*. Los primeros son aquellos que ocurren en la infancia y adolescencia, los segundos son aquellos que ocurren como mucho seis meses antes de cometer la conducta delictiva. Se llaman precipitantes porque precipitan dicha conducta. Siendo estos todos los pensamientos, emociones y hechos que desencadenan su proceso de recaída.

Existe un tercer grupo de factores de riesgo, llamados *perpetuantes* que ayudan a mantener el proceso de recaída. Se trata de factores que si no se anulan de la vida de la persona seguirán generando peligro para una nueva conducta delictiva. Son factores que, si bien comenzaron siendo predisponentes o precipitantes, se han asentado fuertemente en el repertorio personal de la persona y le permiten llevar un estilo de vida peligroso que amenaza su sentido de autocontrol y favorece la recaída, como son, abuso de alcohol, vivir o trabajar en lugares de alto riesgo, tener problemas de pareja, etc.

Los factores de riesgo tienen diferente importancia, de cara a propiciar una recaída, en función de una jerarquía que se establece según frecuencia de aparición y dificultad para enfrentarse a ellos de una manera adecuada. Siendo de gran ayuda esta jerarquía para adelantarnos a la comisión de un delito y evitar que suceda.

## GLOSARIO

**Abstinencia:** ausencia de conductas delictivas.

**Decisiones Aparentemente Irrelevantes:** son decisiones que se toman y que parece que no tienen relación con el ciclo de recaída, pero que acercan a la persona a la recaída porque la colocan en situaciones de alto riesgo.

**Efecto de la violación de la abstinencia:** los cambios que se producen en los sentimientos, pensamientos y conductas tras la comisión de un fallo que producen incapacitación en la persona para mantenerse abstinentes.

**Factores de riesgo:** situaciones, pensamientos, estados de ánimo, etc. que aumentan la probabilidad de tener una recaída.

**Factores precipitantes:** son los pensamientos, conductas, situaciones y emociones que ocurren cercanos a la comisión del delito. Factores de Riesgo Precipitantes, son aquellos factores que nos llevan directamente a la conducta delictiva.

**Factores predisponentes:** todo aquello que nos ocurrió en el pasado, y que tiene influencia en lo que somos ahora. Factor de Riesgo Predisponente, son los pensamientos, conductas, emociones y hechos que comenzaron en la infancia y que todavía influyen en nuestra manera de pensar, sentir y comportamos hoy en día.

**Fallo:** fantasía o pensamiento que se refiere a la comisión de un delito como algo positivo y deseable. No es cometer un delito, sino pensar en realizarlo como excitante y atractivo.

**Mecanismos de defensa:** son estrategias psicológicas que nos permiten creer que la comisión del delito no es negativa, permitiéndonos escapar de una realidad que nos resulta dolorosa o molesta y sentirnos bien.

**Precursores:** todas aquellas cosas que ocurren antes de la comisión de un delito. Serían todas las decisiones aparentemente irrelevantes, las respuestas desadaptadas, los factores de riesgo, los fallos y los efectos de la violación de la abstinencia.

**Prevención de la recaída:** proceso de auto-control que lleva a adoptar un estilo de vida alejado de las conductas delictivas.

**Problema de la gratificación inmediata:** es parte del efecto de la violación de la abstinencia y consiste en recordar únicamente las sensaciones positivas que se experimentan antes, durante y después de cometer un delito. Solamente se recuperan esas sensaciones positivas y no las consecuencias negativas que se han producido y se producirán en el futuro.



## GLOSARIO (continuación)

**Respuestas de Enfrentamiento Adaptadas:** son cambios positivos en los pensamientos, sentimientos o conductas que ayudan a manejar los factores y situaciones de riesgo manteniendo la abstinencia en la conducta delictiva.

**Respuestas de Enfrentamiento Desadaptadas:** son comportamientos o respuestas que se dan ante los factores o situaciones de riesgo que nos acercan a una recaída en la conducta delictiva.

**Señales:** son marcas, signos, indicios, etc. que nos anticipan la posible presencia de algo. Nos indica la presencia de estar ante factores de riesgo.

**Situación de alto riesgo:** cuando aparecen varios factores de riesgo que son parte del patrón de la conducta delictiva.



## RECURSOS AUDIOVISUALES

### ■ Vídeo: Metáfora del autobús

**Resumen:** mediante dibujos animados se visualiza un autobús con conductor y pasajeros. Hace una metáfora con los pensamientos y las emociones y cómo estos afectan en las personas.

**Duración:** 2:36 minutos

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=JB1sl8N9mNo>

### ■ Vídeo: Emociones. La mirada de Elsa

**Resumen:** se trata de un reportaje de Elsa Punset del programa La mirada de Elsa donde trata sobre el contagio de las emociones, considerándolo esencial para la supervivencia de los animales sociales.

**Duración:** 6:41 minutos

**Enlace:** <https://www.rtve.es/play/videos/redes/redes-mirada-elsa/1676633/>

### ■ Vídeo: Factores de riesgo a la salud #somossaludpública

**Resumen:** describe mediante dibujos los factores de riesgo en la salud: en la familia, en el entorno, en la persona, etc. Los factores de riesgo de enfermedades nos ayudan a identificar y participar en actividades preventivas.

**Duración:** 3:01 minutos

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=luyXBZJVrRs/>

### ■ Vídeo: La mejor forma de combatir adicciones y evitar las recaídas

**Resumen:** vídeo con imágenes y mensajes en off, en el que se dan orientaciones para superar cualquier adicción, evitar las recaídas y ser feliz llevando una vida sana, plena y emocionante.

**Duración:** 3:01 minutos

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=S7jUY4K4qj8>



SESIÓN GRUPAL 6  
PERSONAS DE APOYO

# EDUCANDO EN FAMILIA





# 6

## Sesión grupal 6. Educando en familia

### FICHA RESUMEN DE LA SESIÓN GRUPAL

#### \* **Objetivos de la sesión**

- Conocer los diferentes estilos de crianza y educativos, haciendo mayor hincapié en los respetuosos.
- Dotar de estrategias para acompañar a los y las menores ante el contexto penitenciario.

#### \* **Contenidos de la sesión**

- Desafíos que aparecen en la realidad penitenciaria cuando existen menores a cargo.
- Importancia del vínculo afectivo.
- Principios para la crianza respetuosa y disciplina positiva.
- Estrategias para el acompañamiento y apoyo para los y las menores.

#### \* **Duración**

2 horas.

#### \* **Introducción**

Los contenidos de la sesión se orientan a promover la reflexión sobre el compromiso que existe cuando somos responsables de la crianza de menores, viendo la posibilidad de poder ejercer dicho rol.

Se hará hincapié en la etapa vital de la infancia en el desarrollo de las personas, reconociendo el apego seguro como un elemento clave.

Se dotará de herramientas educativas y se tomará conciencia del impacto, en los y las menores del cumplimiento de condena de sus progenitores/as, especialmente en los casos de privación de libertad.





## Sesión Grupal 6. Personas de apoyo. Educando en familia

*«Siembra en los niños ideas buenas aunque no las entiendan. Los años se encargarán de descifrarlas en su entendimiento y hacerlas florecer en su corazón». (María Montessori)*

### • **Inicio y bienvenida**

- ✱ Se da la bienvenida a las personas participantes y se comprueba la asistencia.
- ✱ Se presenta el tema a tratar en la sesión, señalando los horarios de inicio, descanso y finalización.
- ✱ Se recuerdan las reglas básicas de participación, siendo imprescindible durante las sesiones no interrumpir, no acaparar la atención y mantener el respeto, discreción y apoyo cuando se traten temas de contenido sensible y privado.
- ✱ Esta sesión tendrá carácter opcional para aquellas personas que en el exterior se estén encargando de la crianza de los y las menores de la persona penadas. Se orienta a reflexionar y ofrecer pautas de crianza para la interacción con menores que están en nuestro entorno más cercano.

### • **Desarrollo de la sesión**

*Se inicia la sesión preguntando al grupo el vínculo que les une con cada menor, a cuántos/as cuidan y desde hace cuánto tiempo.*

El cuidado puede ser asumido por el/la progenitor/a, por familia extensa (abuelos/as, tíos/as o hermanos/as), por amistades o por instituciones específicas. Algunas personas aceptan la responsabilidad automáticamente, mientras que otras ya se encargaban de ello con anterioridad.

Es necesario realizar una diferenciación entre la responsabilidad de criar y la de tener descendencia de manera biológica. La parentalidad/marentalidad biológica se entiende como la capacidad de procrear, pero no necesariamente va unida a criar (es la capacidad de proteger, cuidar, educar y socializar).

Las personas responsables de la crianza reconocen y respetan los orígenes del niño y la niña, asumen y se responsabilizan de todos los cuidados necesarios ante la ausencia de progenitores/as.



Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

## Desafíos de la familia acogedora en la crianza

Las personas acogedoras de menores cuando sus progenitores/as están privados de libertad tienen los siguientes aspectos en común:

- Manejar el impacto por la ausencia de su padre o madre.
- En ocasiones necesitan buscar ayudas (económica, emocional, etc.) y recursos en la comunidad.
- Se encuentran en la disyuntiva de cómo responder a las preguntas de esos/esas menores.

Cada familia y cada circunstancia son únicas, pero estas personas se encuentran con la responsabilidad de mantener a los/as menores en contacto con sus progenitores/as, continuar con sus responsabilidades en el exterior y cuidar del resto de familiares.

## Desafío de menores en acogida

El desafío más importante consiste en acompañar a los y las menores en el proceso de duelo por la separación de su padre o madre, haciendo frente a las dificultades de adaptación de su nuevo ambiente.

Es necesario entender esto y comprenderles, para poder apoyar y acompañar de forma más adecuada. En ocasiones, sentirán tristeza o rabia, y debemos transmitirles nuestra aceptación y apoyo. Es fundamental resolver las dudas que tengan o expresen, mostrando nuestra disposición con frases tipo: “puedes contar conmigo para lo que necesites” “aquí estoy para ayudarte”.

*Se inicia la sesión realizando una lluvia de ideas sobre las transformaciones en el estilo de vida que puede implicar criar a menores en acogida ¿Cómo vivieron el ingreso en prisión?, ¿y tú? ¿Cómo se sintieron?, ¿necesitaste ayuda?, ¿encontraste ayuda?.*

## El vínculo afectivo en la infancia

La infancia es una etapa vital en el desarrollo de la persona. Parte de lo que somos en nuestra vida adulta depende de lo que hayamos vivido en nuestro entorno familiar, principalmente en lo acontecido en los primeros años de nuestra vida. Existen factores biológicos, familiares, personales y ambientales que no son determinantes, pero que afectan en la creación de nuestra personalidad.

Teniendo en cuenta que en estos primeros años de vida se establecen las bases del desarrollo personal, debemos aportar seguridad, confianza y bienestar para un crecimiento saludable.

✓ **Para profundizar en el tema se proyecta el video de Álvaro Bilbao: Entender el cerebro de los niños para educar mejor**

<https://www.youtube.com/watch?v=pQEAY0nDZ3g>

Es importante conocer las diferentes fases evolutivas, de los niños y las niñas, para poder acompañar este proceso. Las fases de desarrollo se analizan en la siguiente tabla:

EDAD	FASES DE DESARROLLO	CARACTERÍSTICAS	REFERENTES PRINCIPALES
0 - 3	<b>PRIMER PERIODO - FASE APEGO</b>	Desarrollo físico/afectivo/ social. Necesidades básicas fisiológicas, de protección y de amor .	Progenitores/as. Tutores/as. Principalmente una figura de apego.
4-9	<b>INFANCIA</b>	Juego como elemento socializador. Mediana conciencia de la realidad.	Progenitores/as y familiares/ educadores/as. Primeras amistades.
10-13	<b>PREADOLESCENCIA</b>	Juego y riesgo. Conciencia de la realidad.	Familiares/ Grupo de iguales.
14-17	<b>ADOLESCENCIA</b>	<b>Revolución biopsicosocial El Yo contrariado.</b> Repercusión de lo vivido en etapas anteriores.	Grupo de iguales.
+ 18	Repercusión de lo vivido en las diferentes etapas de desarrollo, siendo una de las más importantes, la del primer periodo-apego e infancia.		

### ¿Cómo se establece el vínculo afectivo?

En base a la atención y la respuesta que se da a las demandas y necesidades de cada menor, se establecerá un tipo de apego o vínculo. Cuando se responde a las necesidades con rapidez y eficacia, aceptando sus sentimientos, dando consuelo y seguridad, se desarrollará un apego seguro. De esta forma, el/la niño/a sabe que le aceptarán y consolarán cuando lllore o tenga cualquier dificultad.

Un apego seguro proporciona mayor seguridad, consuelo y protección cada menor entiende que su responsable de crianza va a estar presente cuando le necesite, siente que le quieren, aceptan y valoran. Este tipo de relación no se limita únicamente a cubrir necesidades básicas (alimentación, aseo, etc.) sino que implica una comunicación afectiva (cariño, juegos, etc.).



## Dinámica I. Educando desde el respeto

### Principios básicos para la crianza

Quienes educan tienen una labor importante para la que no han recibido formación previa. Además, se suma la situación de acogida, con las peculiaridades y dificultades planteadas anteriormente. Por ello, se considera importante adquirir conocimientos básicos, que nos ayuden en esta tarea tan trascendental que supone la labor educativa.

Cuando se educa se ponen en práctica herramientas y estrategias aprendidas. Existen diferentes estilos de crianza, que podemos clasificar principalmente en tres tipos<sup>3</sup>:

ESTILO EDUCATIVO	CARACTERÍSTICAS	CONSECUENCIAS FUTURAS <sup>4</sup>
<b>AUTORITARIO</b>	Rígido y severo. La obediencia es la virtud. Importancia de los castigos.	Comportamientos hostiles. Baja autoestima. Desconfianza. Conductas agresivas.
<b>PERMISIVO/ PASIVO</b>	Control escaso. Flexibilidad extrema. Evitan castigos, límites y normas.	Dependencia. Inseguridad.
<b>DEMOCRÁTICO/ ASERTIVO</b>	Proveen responsabilidades. Fomentan diálogo y comunicación. Plantean normas con posibilidad de negociación.	Estabilidad emocional. Elevada autoestima. Autonomía e iniciativa personal.

Cada persona es diferente y cada familia tiene una historia particular. No existen pautas educativas únicas, sino que tenemos que conocer las necesidades específicas de nuestra familia y menores para poder atenderlas de la forma más adecuada a cada situación y momento evolutivo.

En la labor de educar se requiere de un **equilibrio emocional** a diario por parte de quien educa. Esto no es fácil, requiere de una revisión autocrítica de nuestro comportamiento para tener mayor efectividad en la guía y educación de los y las menores.

Si deseamos prevenir conductas inadecuadas en el futuro en los y las menores, es importante desde la etapa infantil incidir en crear un ambiente familiar en equilibrio, donde

<sup>3</sup> Nos centraremos en detallar estos tres estilos para facilitar el aprendizaje, teniendo en cuenta la limitación del tiempo, se especifica que existen también otros estilos educativos (negligente, sobreprotector, etc.), que las personas participantes han podido trabajar o conocer en otros programas.

<sup>4</sup> Las consecuencias de los estilos educativos son orientativas, ya que esto no es una ciencia exacta.

cada menor perciba cariño, amor y motivación, con una disciplina y límites respetuosos que promuevan una comunicación positiva. Este esfuerzo favorecerá su sano desarrollo desde diferentes vertientes: afectiva, social e intelectual y, paralelamente, ayudará a atenuar los riesgos de futuros comportamientos inadecuados.

Actualmente, sabemos que existen múltiples pautas educativas, que promueven un mayor respeto a los derechos de las niñas y niños (tales como crianza natural, respetuosa, disciplina positiva, con amor, etc.). En el próximo apartado ahondaremos en la **Crianza respetuosa**, ya que es amplia y se concibe como un estilo de vida más allá de un sistema educativo. Asimismo, se realiza un esbozo de lo que es la **Disciplina positiva**.

### **Crianza respetuosa**

Derivada del estilo educativo democrático nace la crianza respetuosa, se basa en el respeto y se fundamenta en la teoría del apego, **pa/marentalidad positiva**, neurociencias del desarrollo afectivo y el cumplimiento de los Derechos Humanos. Somos conscientes de que no existe una fórmula mágica, podemos aprender de todas las corrientes educativas y adquirir técnicas que nos ayuden en la labor educativa.

Se plantea un debate con las siguientes preguntas: *¿Imaginan que por una desavenencia se castigue a una persona adulta contra la pared para que reflexione por lo que ha hecho?, o ¿qué enviemos a nuestra madre a dormir sin cenar porque no se ha portado como creíamos que debía hacerlo?, o ¿que nuestra jefa nos obligue a no movernos de la silla por no haber hecho bien nuestro trabajo?* Pues si resulta difícil imaginarnos estas situaciones en la adultez, ¿por qué pensamos que sí se deben utilizar estas estrategias educativas con los niños y niñas?

La crianza respetuosa cuestiona estas formas de tratar a nuestros/as menores, planteando que, si para las personas adultas no son buenas estrategias, para la infancia tampoco son adecuadas. Nos ayuda a encontrar herramientas para resolver las situaciones del día a día; de modo que los y las menores cooperen sin necesidad de tratarles irrespetuosamente.

Este tipo de crianza nos ayuda a entender el porqué de su comportamiento, lo que sienten, piensan, esperan o necesitan. Proporcionar una atención con **amor y respeto**, ayuda a promover un futuro de personas con más seguridad personal y emocionalmente saludables. Para conseguir resultados favorables es necesario entender la educación desde un punto de vista integral y con objetivos a corto, medio y largo plazo. Recomendamos conocer más profundamente este tipo de estilo de crianza y adquirir herramientas que nos ayuden en la labor de educar.

Es un estilo de crianza que se encuentra en sintonía con los derechos de los/as menores y adolescentes. Se basa en la reafirmación de la voluntad y capacidad de decisión de los/as niños/as y adolescentes, dando respuestas a sus necesidades motivando el re-

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

conocimiento, el ejercicio de sus derechos y promoviendo estrategias respetuosas. Los principios básicos que rigen este tipo de crianza son:

- **Límites** claros basados en el **respeto**, firmeza y disciplina razonable a su edad.
- **Respeto a la integridad física y emocional** descartando correcciones físicas y/o agresiones psicológicas, buscando siempre una alternativa respetuosa según los ritmos evolutivos de cada menor.
- **Empatía y amor:** sintonizar con sus necesidades y responder de manera oportuna y amorosa. Permitir expresar sentimientos y necesidades (“te entiendo, es normal que te sientas así...”).
- **Horizontalidad:** tratar a cada menor como nos gustaría que nos trataran. Son personas y por ende tienen los mismos los derechos respecto que las personas adultas.
- **Autorregulación del adulto/a:** emprender un camino de autoconocimiento que establezca recursos de gestión emocional y conocimientos que ayuden a las personas adultas a acompañar a sus menores de manera respetuosa.

### Disciplina positiva

La disciplina positiva también promueve las relaciones de respeto mutuo en nuestras relaciones.

Los **principios básicos** para desarrollar una disciplina positiva son:

- Relaciones basadas en el respeto mutuo, alentando a los niños y niñas a sentirse capaces, a través de la amabilidad y la firmeza.
- Necesidad de pertenencia y sentirse importante. Conectar con cada menor para que sienta que importa y que se le tiene en cuenta.
- Centrarse en la búsqueda de soluciones y ver el error como una oportunidad para aprender.
- Atender las necesidades de cada menor e involucrarle en su aprendizaje.
- Enseñar habilidades para la vida: sociales, emocionales y cognitivas

Las **herramientas** más efectivas son las que se pueden utilizar y adaptar a las características de cada menor y a cada situación. Ejemplos:

- Animar y motivar en vez de alabar y recompensar.
- Preguntar en vez de ordenar.
- Ver los errores como una oportunidad para valorar la ayuda de otras personas.
- Crear una rueda de opciones cuando existe un conflicto: cómo pedir perdón o hablar de cómo se sienten.

Se pueden utilizar las imágenes que se encuentran al final de la sesión para complementar este contenido.

✓ **Para reflexionar podemos ver el siguiente video: Límites mejor que castigos (5:04 min.).**

<https://www.youtube.com/watch?v=T60KuY8n82c>



## **Dinámica 2. Practicando la disciplina positiva**

No nacemos con experiencia en la labor de educar, pero es una inversión muy valiosa indagar sobre las mejores herramientas que ayuden a esta función. Para ello, es básico leer, averiguar y pedir ayuda a profesionales de la materia. Animamos principalmente a que conozcan las diferentes corrientes y disciplinas que existen en la actualidad, que respetan a las niñas y niños en su proceso de crecimiento y desarrollo psicoemocional.

Hay que resaltar la importancia del autocuidado por parte de quién educa: tener hábitos de vida saludables (descanso, alimentación, deporte, etc.), saber pedir ayuda cuando se necesita, rodearse de relaciones sanas, aprender a conocerse, etc. Todo esto contribuirá a estar bien para poder cuidar adecuadamente.



## **Dinámica 3. ¿Comunicación en familia**

Realizamos una reflexión final sobre los vínculos. Los vínculos son importantes y se van creando a través de la relación con las personas que sentimos cercanas y que nos transmiten seguridad y confianza. Piensa unos minutos en quiénes han sido esas personas para ti.

### **• Despedida e ideas fuerza**

- ✱ Se plantea una lluvia de ideas con las siguientes cuestiones: *¿qué es lo que se ha trabajado hoy?, ¿qué es lo que más os ha llamado la atención? Y ¿para qué puede servir este aprendizaje?*
- ✱ Se da fin a la sesión haciendo un resumen de las ideas más importantes trabajadas:
  - La familia acogedora es una forma altruista de ejercer la crianza, que demanda grandes dosis de paciencia, perseverancia y mucho afecto.
  - El establecimiento de un apego seguro es la base del desarrollo saludable porque proporciona a cada menor seguridad emocional y confianza.
  - Existen fórmulas de crianza basadas en el respeto, la comunicación, el afecto, el entendimiento y la empatía que permiten disfrutar de las relaciones familiares.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.

Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

- Es necesario adquirir herramientas que nos ayuden para que los encuentros con los familiares de los y las menores sean reconfortantes y potencien un vínculo positivo y saludable.
- \* Se recuerda que, en la próxima sesión para finalizar el taller, se creará un encuentro distendido y, quién lo desee, puede aportar algún alimento para compartir.

## FICHA DE DINÁMICA I



### Educando desde el respeto

**Objetivo:** tomar conciencia de la importancia que tiene establecer un vínculo emocional seguro desde la infancia.

**Guía para la dinámica:** se entrega a cada participante el **documento I.I.** para que lo cumplimenten.

Posteriormente, se comparte la información con el resto de participantes. Cada profesional irá orientando cada una de las respuestas expuestas, relacionando las mismas con el tipo de apego que éstas pueden generar.

**Duración:** 10 minutos.

**Conclusiones:**

- Es importante analizar cómo reaccionamos ante determinadas situaciones y cómo a partir de nuestras reacciones estamos creando un vínculo determinado con nuestros/as menores.
- Las necesidades infantiles requieren atención y cuidado por parte de la persona adulta. La atención a estas necesidades desarrolla diferentes tipos de apego.

**Recursos necesarios:**

- **Documento I.I.** Ejemplos cotidianos.



I.I

EJEMPLOS COTIDIANOS

<b>Rosa tiene siete años, llega a su casa llorando porque no le han dejado jugar al fútbol en el patio de su colegio.</b>	<b>Marca la casilla que contenga lo que más se parece a lo que tú harías. Explica brevemente por qué.</b>
<p>Le preguntamos por qué llora.</p> <p>Rosa pide que le vayamos a recoger y llevar todos los días a la puerta del cole.</p> <p>Le decimos que iremos cuando podamos, no cuando ella diga.</p>	
<p>Preguntamos qué le pasa.</p> <p>Rosa nos dice que no es nada y se va a su habitación.</p> <p>No le damos importancia y seguimos con nuestras tareas.</p>	
<p>Le intentamos calmar y le preguntamos qué le ha pasado.</p> <p>Rosa expresa cómo se siente y buscamos una solución para cuando esto vuelva a pasar.</p>	
<p>Le decimos que estamos cansados de que todos los días se comporte igual, que es una niña mimosa y no sabe hacerse respetar. Rosa empieza a dar patadas a una silla.</p> <p>Recriminamos su actitud y le castigamos a que se ponga con una silla cara a la pared. Le decimos que si sigue con esta actitud vamos a tirar sus juguetes a la basura.</p>	

## FICHA DE DINÁMICA 2



### Practicando la disciplina positiva

**Objetivo:** reconocer, en situaciones cotidianas, estrategias de afrontamiento que nos posibiliten ejercer una disciplina positiva.

**Guía para la dinámica:** Se proponen distintas situaciones en el contexto penitenciario para aprender a resolverlas con las herramientas de la disciplina positiva.

Se entrega a cada participante el **documento 2.1. Situaciones en prisión**, para que identifiquen cuál sería su respuesta. Se facilita un listado (**documento 2.2. Herramientas de Disciplina positiva**) con orientaciones basadas en la Disciplina Positiva para que sirva de referencia.

El grupo reflexiona y expone el motivo por el cual ha planteado esta forma de resolver la situación.

Se pueden formular otros ejemplos y encontrar soluciones que mejoren la comunicación e interacción entre los miembros de la familia. Mediante esta dinámica se va a promover un espacio de reflexión que posibilite mejorar las relaciones familiares.

**Duración:** 10 minutos.

#### **Conclusiones:**

- La Disciplina Positiva ayuda a tomar conciencia de los sentimientos que subyacen en las prácticas educativas y a entender cómo estas influyen en el desarrollo, crecimiento y comportamiento infantil. Ayuda a comprender la conducta inadecuada en menores, promoviendo actitudes y estrategias positivas.

#### **Recursos necesarios:**

- **Documento 2.1.** Situaciones en prisión.
- **Documento 2.2.** Herramientas de disciplina positiva.

2.1

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.

Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

**Situación 1:** *Llama por teléfono el padre de la menor de siete años que tienes acogida (tu nieta) y te dice que le lleves a la comunicación vis a vis del próximo mes, hace tres meses que no sabe nada de su hija porque tú no le informas lo suficiente.*

Reflexiona cuál de las siguientes se aproximaría a tu reacción:

- Te enfadas porque crees que sólo piensa en él, que no se imagina todo lo que estás haciendo por él y por su familia. Tienes la sensación de que, hagas lo que hagas, nunca es suficiente. Sientes que tu nieta no quiere ir a visitarlo porque cada vez que vuelve de una comunicación por vis a vis, está unos días inquieta y de mal humor.
- Le preguntas cómo está y le explicas que entiendes que quiera saber de su hija, le dices que tienes que hablar primero con tu nieta para prepararla para la visita y que haces todo lo necesario para que los dos se puedan comunicar.

Analiza cómo te sientes y cómo crees que se sienten el padre y la menor en cada una de las situaciones.

**Situación 2:** *Cuando regresáis de una comunicación vis a vis de visitar al padre de tu sobrino (de trece años) al que tienes acogido, se encierra en su habitación. Dice que no quiere vivir más contigo, que se quiere ir con su padre.*

Reflexiona cómo sería tu respuesta:

- Dices que no se preocupe, que pronto va a salir su padre y ya no tendrá que aguantar más a nadie.
- Le dices que no tiene otro sitio donde estar y que si no está contigo tendrá que ir a un centro de menores.
- Le preguntas cómo ésta, que entiendes que quiera estar con su padre, planteas qué podéis mejorar para que él se sienta mejor. Le motivas para que hable con más frecuencia con su padre, animas y verbalizas que es una persona muy valiente porque no es fácil adaptarse a una nueva familia y él lo está haciendo muy bien.

Analiza ¿cómo te sientes? ¿cómo crees que se siente tu sobrino en las diferentes opciones? y ¿por qué?

## 2.2

- ✓ Centramos en el futuro en vez del pasado.
- ✓ Hay que buscar **soluciones**, y no fijarnos, únicamente, en las consecuencias.
- ✓ **Involucrar a el/la menor en las soluciones:** tienen recursos pero, no siempre, les damos la oportunidad de demostrarlo. Desarrollan confianza propia y una autoestima saludable cuando se oyen y se toman en serio sus recomendaciones.
- ✓ **La fuerza de la rutina:** establecer una rutina evita desacuerdos como, por ejemplo, la hora de dormir, la hora de levantarse, la hora de la comida, lavarse los dientes, etc.
- ✓ **Animar y motivar versus alabar y recompensar:** enseñar la diferencia entre lo que se siente y lo que se hace. Hay que dejar que los/as menores expresen sus sentimientos (son reales y no debemos negarlos), aunque no aprobemos su conducta (esta sí se puede evitar o corregir).
- ✓ **Preguntar en vez de ordenar es un método de los más eficaces de la Disciplina Positiva:** es importante escuchar reflexivamente: A la hora de escuchar es bueno parafrasear las palabras del/la menor. Es necesario escuchar los sentimientos escondidos entre las palabras haciendo ver que los/as entendemos.
- ✓ **Errores:** cometer errores es una oportunidad para valorar la ayuda de otras personas. Es importante enseñar esto a los/as menores: los estimula a tomar responsabilidad en lo que hacen. **Aplica la “R” de recuperación:**
  - **Reconocer** el error con un sentido de responsabilidad en vez de culpa.
  - **Reconciliarse**, disculparse con la persona que hirió u ofendió.
  - **Resolver** el problema, cuando sea posible trabajando juntos para solucionarlo.
- ✓ **Crear una rueda de opciones:** permitir escoger es reconocer su capacidad. A medida que crecen necesitan más alternativas evitando así una lucha de poder. Hay que tener en cuenta que existen ocasiones donde escoger no es lo más apropiado.
- ✓ La única conducta que puedes **“gestionar” es la tuya.**
- ✓ **Consecuencias lógicas:** para que una consecuencia sea lógica y no sea un castigo debe estar relacionada con lo ocurrido, ser respetuosa y razonable.

## DOCUMENTO 2.2. HERRAMIENTAS DE DISCIPLINA POSITIVA PARA MENORES DE 0 A 12 AÑOS

## 2.2 (cont.)

### DOCUMENTO 2.2. HERRAMIENTAS DE DISCIPLINA POSITIVA PARA LA ADOLESCENCIA

- ✓ Ayudar a prever los cambios en su cuerpo: conocer la pubertad y explicar lo que le espera. Tranquilizar, informando que los cambios físicos y la sexualidad emergente son parte de un desarrollo normal y saludable. Dar espacio para hacer preguntas y permitir que lo haga cuando crea que es el momento.
- ✓ Iniciar conversaciones tempranas sobre otros temas importantes: debemos mantener abierta la comunicación sobre las relaciones saludables, el sexo, la sexualidad, el consentimiento y la seguridad (como, por ejemplo, cómo prevenir una infección de transmisión sexual, y un embarazo, el consumo abusivo de alcohol y drogas). Iniciar estas conversaciones durante la adolescencia temprana creará una buena base para las conversaciones futuras.
- ✓ Mantener un tono positivo en las conversaciones: resaltar las fortalezas y celebrar los éxitos.
- ✓ Brindar apoyo y fijar límites claros con grandes expectativas (pero razonables): hay que marcar expectativas claras y razonables en cuanto al horario de volver a casa, los compromisos escolares, el uso de medios digitales y la conducta, entre otras. A medida que van asumiendo responsabilidades es necesario que reciban gradualmente la oportunidad de una mayor independencia.
- ✓ Mantener conversaciones sobre conductas que implican riesgo (como la actividad sexual y el consumo de drogas) y sus consecuencias. Un ejemplo positivo puede ayudar a las/os adolescentes a reflexionar sobre un tema, o a posicionarse y prepararse para tomar decisiones cuando surjan determinadas situaciones.
- ✓ Valorar la independencia y la individualidad: admitir que se está transformando en una persona adulta.

## FICHA DE DINÁMICA 3



### Comunicación en familia

**Objetivo:** rotar a las personas acogedoras de herramientas que ayuden a mejorar las relaciones familiares a través de comunicaciones vis a vis, telefónica o cartas que se realicen entre los distintos miembros de la familia.

**Guía para la dinámica:** Se propone al grupo la siguiente situación:

- Va a ser el cumpleaños del padre del menor (Antonio de 10 años) al que cuidas y vas a llevarlo una comunicación por vis a vis con su padre.

Se divide en tres grupos el aula y se asigna a cada grupo uno de los siguientes temas:

- Decirle a Antonio que tiene vis a vis con su progenitor.
- Preparar la carta de felicitación que va a llevar Antonio a su padre.
- Preparar la conversación que se tendrá con él después de la visita.

Se les puede entregar el material complementario **Documento 3.1.**

**Ejemplos de herramientas para personas acogedoras y Documento 3.2. Visitando a mamá y papá** como guía que facilite la realización de la dinámica. Cada grupo anotará en un folio las propuestas del tema asignado y, posteriormente, se comparten con el resto de participantes.

**Duración:** 15 minutos.

**Conclusiones:**

- Las familias acogedoras necesitan tiempo para poder preparar la visita con menores.
- A veces sienten enfado hacia el familiar y tienen dificultad para no transmitir estos sentimientos.
- También necesitan saber cómo hablar con cada menor después de la visita.

**Recursos necesarios:**

- **Documento 3.1.** Ejemplos de herramientas para personas acogedoras.
- **Documento 3.2.** Visita a papá y mamá.

## 3.1

✓ **Ayudar a que cada menor exprese sus emociones**

“Pareces triste, ¿echas de menos a mamá? o “Cuando te enfadas por pequeñas cosas me pregunto si también estas enfadado con tu mami por estar en la cárcel” o “Seguro que a tu mamá le hubiera gustado mucho verte jugar en el partido y apuesto que a ti también”.

✓ **Ser lo más sincero/a posible**

“Papá no vendrá a casa durante mucho tiempo, pasarán más de dos cumpleaños o más de dos veranos” (hacer comprensible el concepto tiempo en función de la edad).

✓ **Es importante validar las emociones del/la acogedor/a de las de las/os menores**

“¿Te gustaría ver a papá? en este momento yo no voy a verlo, pero si tú quieres visitarlo te ayudaré para que pases un ratito con él”.

✓ **Programar las conversaciones familiares**

Por ejemplo, “cariño, el martes tenemos una reunión familiar” o “el miércoles esperamos la llamada de mamá y hablaremos sobre cómo nos estamos sintiendo, las cosas que te pasan, etc.”.

✓ **Motivar a las/os menores a escribir o hablar con sus progenitores cuando esto sea posible**

Ayudar a las/os menores para iniciar un cuadro o una historia a la que el padre o la madre pueda aportar o incorporar nuevos capítulos o dibujos, enviándolo por correo postal y, que su progenitor se lo pueda devolver, y de esa manera, ir completando poco a poco entre ambas partes.

✓ **Apoyar después de las visitas**

Se puede hablar acerca de lo que más les gustó o disfrutaron durante la visita, recordar momentos y/o explicar qué fue lo más difícil de comunicar a su progenitor.

✓ **Ayudar a mantener una relación a distancia por escrito**

Hablar con los y las menores sobre las cosas que les gustaría comentar a su progenitor/a y realizar un listado. Se puede planificar la redacción de

### 3.1 (cont.)

cartas para fechas o momentos señalados: Navidad, eventos especiales, cumpleaños, etc.

Realizar regalos mediante trabajos de manualidades, como, por ejemplo, una fotografía con un marco de papel.

Hacer tarjetas de felicitación de cumpleaños, Navidad, etc.

Enviar exámenes escolares y copias del boletín de la escuela, diplomas y premios.

Enviar las tareas escolares. Sus progenitores/as sienten más conexión con sus hijos o hijas cuando ven los trabajos y exámenes en los que necesitan ayuda, porque pueden enviar ideas y consejos por escrito.

## DOCUMENTO 3.1. EJEMPLOS DE HERRAMIENTAS PARA PERSONAS ACOGEDORAS

## Sesión Grupal 6. Personas de apoyo. Educando en familia



## 3.2

Orientaciones para preparar a cada menor de diferentes edades para la visita VIS A VIS con sus padres y/o madres, en función de sus intereses y necesidades:

### **Antes de la visita las personas acogedoras pueden:**

- ✓ Permitirle escuchar la voz grabada de su madre o padre.
- ✓ Contarle las nuevas cosas que cada menor hace, detalles sobre cómo intenta hablar, qué significan los sonidos que hace.
- ✓ Es importante que el/la menor haya descansado adecuadamente antes de acudir a la visita.
- ✓ Si durante la visita se debe permanecer en una zona restringida de movimiento. Sería importante que sus necesidades de juego estén cubiertas previamente a la visita (juego al aire libre).
- ✓ Asegurarse de que cada menor ha comido y dormido lo suficiente. A partir del año, se encuentran en una edad difícil para las visitas, especialmente si no hay un área de juegos.
- ✓ Mostrarle fotos de su madre y/o madre.
- ✓ Exponer claramente cuando cada menor tiene o no derecho a elegir.
- ✓ Las palabras que las personas adultas utilizan a veces pueden resultar confusas.
- ✓ Dar indicaciones durante el encuentro, por ejemplo:
  - 1º Avisar unos minutos antes: "en xx min nos tenemos que ir hasta el próximo día". Así damos tiempo a que se despidan.
  - 2º Recordarle que en 2 min nos tenemos que ir.
  - 3º Ya han pasado los 2 min, nos tenemos que ir hasta el próximo día.

### **Antes y durante la visita los adultos pueden:**

- ✓ Recordar y aceptar que cada menor puede sentir incomodidad o vergüenza porque sus progenitores/as esté en prisión.
- ✓ Jugar y preguntar acerca de sus hobbies, colecciones o deportes.
- ✓ Escuchar sobre su vida sin juzgar. Solo escucharlos activamente.
- ✓ Observar signos de tristeza, ira o desilusión y hacerle saber que entendemos sus sentimientos y nos gustaría hablar sobre ellos.
- ✓ Contestar a sus preguntas lo más honestamente posible.



## RECURSOS AUDIOVISUALES

### ■ Vídeo de Álvaro Bilbao: Entender el cerebro de los niños para educar mejor

**Resumen:** vídeo que explica a padres/madres y al profesorado, a través de ejemplos sencillos y útiles consejos sobre el funcionamiento del cerebro de los niños y niñas.

**Duración:** 45:03 minutos (versión completa) Seleccionar el fragmento que se considere por cada profesional.

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=pQEAY0nDZ3g>

### ■ Vídeo de Álvaro Bilbao: Límites mejor que castigos

**Resumen:** vídeo que explica cómo establecer límites en los y las menores sin necesidad de utilizar el castigo .

**Duración:** 5:04 minutos

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=T60KuY8n82c/>

### ■ Vídeo: Disciplina positiva

**Resumen:** vídeo que explica de forma clara los objetivos y pautas para educar en disciplina positiva.

**Duración:** 4:49 minutos

**Enlace:** [https://www.youtube.com/watch?v=\\_sjbo2NF3f4](https://www.youtube.com/watch?v=_sjbo2NF3f4)

### ■ Vídeo Save the Children Testimonios de los hijos de violencia de género

**Resumen:** el video recoge a través de profesionales y de mujeres supervivientes de violencia de género y sus hijos e hijas, las consecuencias de vivir en entornos donde se ha ejercido violencia machista.

**Duración:** 6:00 minutos

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=sly9kocofUw>

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

### ■ Documental “Veo, veo... ¿tú me ves?”

**Resumen:** documental sobre cómo afecta a los y las menores la violencia ejercida sobre sus madres.

**Duración:** 6:00 minutos

**Enlace:** <https://youtu.be/HRs2yeW1Hs4>

### Otros recursos

#### ■ Club de las malas madres

**Contenido:** es una web que nace en 2014 en una cuenta de twitter @malasmadres con el objetivo de desmitificar la maternidad y romper el mito de “la madre perfecta”.

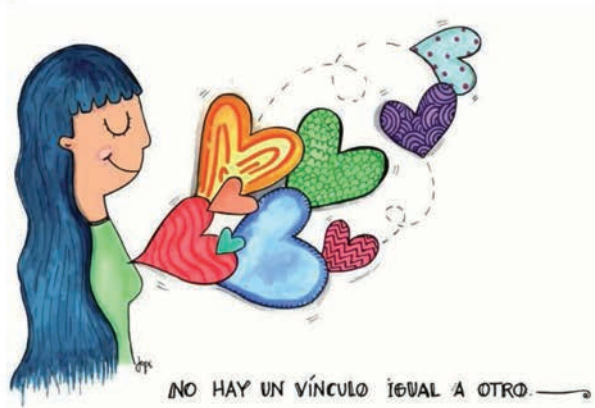
**Enlace:** <https://clubdemalasmadres.com/>

#### ■ Decálogo de la Guía Montessori

**Contenido:** es una web para conocer el método de educación basado en la Pedagogía Montessori.

**Enlace:** <http://guiamontessori.es/el-decalogo-del-guia-montessori>

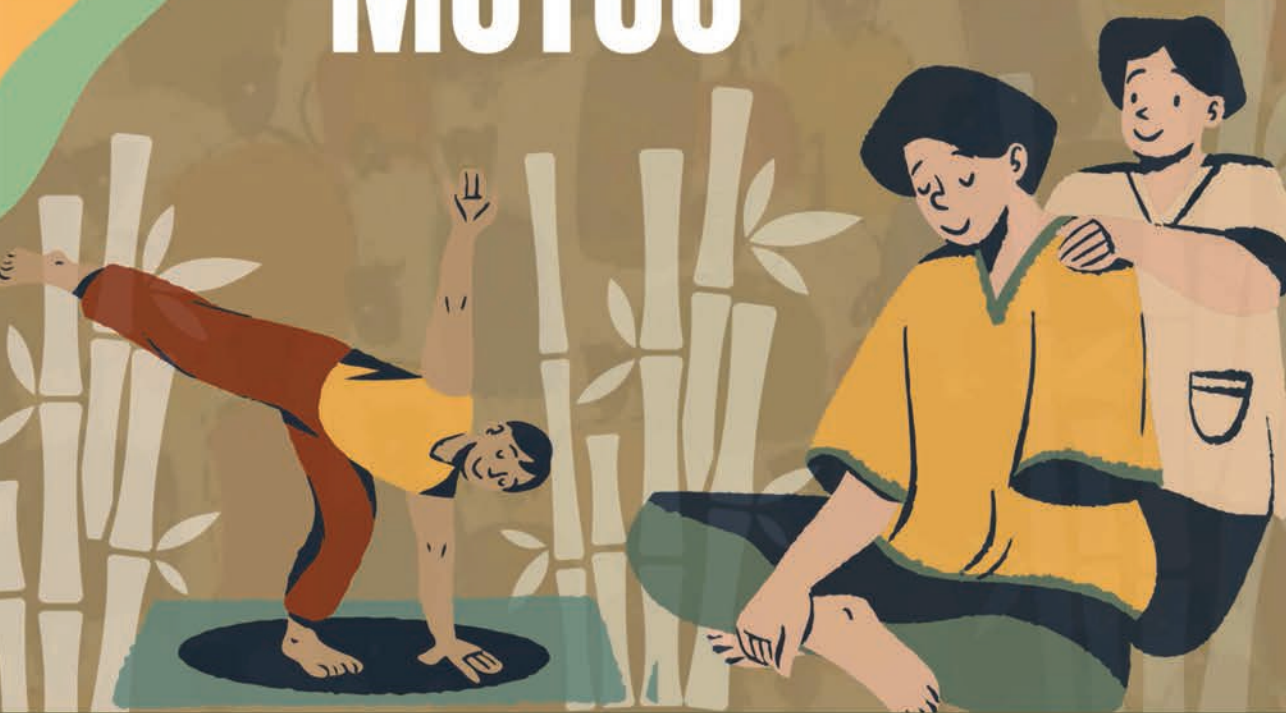
## IMÁGENES DE REFLEXIÓN





SESIÓN GRUPAL 7  
PERSONAS DE APOYO

# CAMINANDO HACIA EL BIENESTAR MUTUO





# 7

## Sesión grupal 7. Caminando hacia el bienestar mutuo

### FICHA RESUMEN DE LA SESIÓN GRUPAL

#### \* **Objetivos de la sesión**

- Conocer diferentes herramientas que permitan a las personas de apoyo, ejercer este papel sin olvidarse de sí mismas.
- Valorar la importancia de un estilo de vida saludable y en equilibrio.
- Crear un espacio emocional positivo para finalizar el taller Vínculos.

#### \* **Contenidos de la sesión**

- Estrategias para mantener un estilo de vida positivo como prevención ante conductas desadaptativas.
- Recapitulación de lo aprendido, crear un espacio de distensión y cierre en positivo del taller.

#### \* **Duración**

2 horas.

#### \* **Introducción**

En esta sesión se reflexionará sobre la necesidad de autocuidarnos para poder cuidar, exponiendo estrategias para acompañar este proceso de forma satisfactoria. Se tratará la importancia de construir una vida en equilibrio (factores protectores y no protectores) que sirva de prevención frente a los comportamientos desajustados.

Para finalizar estas sesiones grupales, se pretende crear un cierre en positivo que permita repasar el aprendizaje obtenido y afianzar los objetivos a alcanzar.





# 7

## Sesión Grupal 7. Personas de apoyo. Caminando hacia el bienestar mutuo

### • **Inicio y bienvenida**

- ✱ Se da la bienvenida a las personas participantes y se comprueba la asistencia.
- ✱ Se expone el contenido, señalando los horarios de inicio, descanso y finalización.
- ✱ Se recuerdan en conjunto las reglas básicas de participación, siendo imprescindible la no interrupción entre las personas participantes, no acaparar la atención y mantener el respeto, discreción y apoyo cuando se traten temas de contenido sensible y privado.

### • **Desarrollo de la sesión**

*A esta sesión cada profesional traerá las cartas realizadas en la primera sesión por parte de las personas de apoyo, donde explicaban las expectativas que tenían sobre este taller.*

Como hemos explicado a lo largo del programa, la familia y las personas de apoyo son elementos esenciales en el proceso de cambio y de reinserción de las personas penadas. Poniendo en práctica las estrategias expuestas en las sesiones anteriores podemos construir un espacio de convivencia satisfactorio que ayude a conseguir los objetivos marcados.

Nuestro papel es muy importante para mantener y promover la motivación que tienen nuestras/os familiares o personas que apoyamos y para poner en práctica todo lo aprendido en el cumplimiento de condena o su estancia en prisión. Pretendemos, de este modo, construir conjuntamente un entorno satisfactorio que sirva de “prevención” frente a situaciones de riesgo y, a su vez, acompañar dotados de mayores herramientas su regreso a la comunidad.

Caminar conjuntamente ayuda a mantener los cambios alcanzados con el tratamiento penitenciario. Estos se interiorizan mejor si el entorno está implicado y entiende que es necesario y positivo el aprendizaje recibido. Ambas partes se sentirán gratificadas con la evolución mutua.

## **I. El autocuidado y el bienestar personal son importantes para poder ayudar**

Reconocemos la importancia que tiene cuidarnos y aceptar las situaciones sobrevenidas. Recordamos el vídeo de la metáfora del autobús (Sesión 5), que plantea la importancia de establecer límites, cuidar nuestros pensamientos y gestionar nuestras emo-

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

ciones adecuadamente, para poder solucionar con mayor éxito lo que nos ocurre. Si es necesario se puede volver a visualizar el vídeo del autobús. <https://www.youtube.com/watch?v=JB1sl8N9mNo>

Como hemos analizado a lo largo del taller, la decisión final y la responsabilidad sobre los comportamientos o conductas que realiza la persona penada es exclusivamente suya.

*Se plantea la siguiente situación: nuestro familiar vuelve a tener ciertas actitudes “negativas”. Dejamos un espacio para tratar estas cuestiones: ¿Cómo nos sentimos?, ¿cómo afecta en nuestro entorno socio familiar? ¿Qué podemos hacer ante esta situación?*

Ante situaciones traumáticas o difíciles cada persona responde de una manera diferente. No existen reglas ni pautas establecidas, lo que para alguien puede ser una estrategia útil para otra persona puede no serlo.

✓ **Para profundizar en este tema** se puede ver el siguiente vídeo **Oveja Pelada:**

[https://www.youtube.com/watch?v=bF4\\_Xm6RIQQ](https://www.youtube.com/watch?v=bF4_Xm6RIQQ)

Una estrategia para mantener nuestro bienestar estaría relacionada con la capacidad de **aceptación**. Generalmente, estamos programados/as para evitar el malestar que nos generan algunas situaciones e incluso nuestros propios pensamientos. Los esfuerzos por evitar este malestar nos desestabilizan, nos agotan e impiden disfrutar y ser conscientes del camino. Por ello, es importante partir de **nuestra realidad y aceptarla** tal cual es y a la vez intentar cambiar y mejorar aquellos aspectos que nos ayuden a continuar.

Otra estrategia es la **meditación o la relajación**, podemos dedicar unos minutos al día a centrarnos en nuestra respiración. Esto nos ayudará a encontrar la calma y afrontar mejor las dificultades del día a día. Con diez minutos diarios es suficiente para mejorar nuestro bienestar.

✓ **Para que puedan experimentar las sensaciones positivas** que generan estos ejercicios de relajación, se orienta a realizar una práctica de meditación con el siguiente vídeo:

[https://www.youtube.com/watch?v=WBrMombdu\\_o](https://www.youtube.com/watch?v=WBrMombdu_o)

Existen muchas técnicas de relajación que aportan resultados positivos. Si tenemos constancia y entrenamos de forma periódica, descubrimos que en cada entrenamiento la dificultad disminuye y la eficacia aumenta. Podemos encontrar fácilmente sesiones de relajación en internet (YouTube, aplicaciones específicas, etc.) o acudir a profesionales para recibir un asesoramiento personalizado.

Para cuidarse, también, es necesario un reparto de tareas y responsabilidades familiares. Los cuidados se realizan principalmente en el hogar (tareas de limpieza, cuidados de menores, mayores, mascotas, etc.). Este es un espacio que compartimos todas las personas que convivimos en él, por lo tanto, la implicación en su mantenimiento es clave para que funcione correctamente.

La **corresponsabilidad** es repartir el peso de las tareas cotidianas de la vida doméstica y las responsabilidades familiares entre los diferentes miembros de un hogar (hijos/as, pareja u otras personas que residan en ese domicilio). Esto permite una convivencia en equilibrio de las personas que componen el hogar, al no generarse sobrecarga en ninguno de los miembros.

En cuanto a la reincorporación de la persona penada a nuestra unidad familiar, es importante hacerle partícipe y corresponsable para que ejerza un papel activo y así conseguir una convivencia equilibrada y satisfactoria para todas las partes. Ejemplos: implicación desde sus primeros permisos de salidas en las tareas del hogar, en las responsabilidades familiares, etc. De esta forma si todas las personas colaboramos y nos implicamos, esto permite un **bienestar mutuo**.

Tenemos que ser conscientes que cuidar pesa, genera momentos de estrés y angustia que son difíciles de sobrellevar si no se comparten. Las personas que cuidan a otras descuidan con frecuencia su propia salud, por ello, los cuidadores y las cuidadoras necesitan espacios de apoyo y de autocuidado.

Planteamos una síntesis de autocuidados saludables que ayudan a tener un mayor bienestar:



Para poder acompañar en el proceso de reinserción de la persona penada, es necesario conocer y desarrollar estrategias de autocuidado, así como, asumir la corresponsabilidad. En definitiva, es esencial empezar por nuestro bienestar para poder ayudar a otra persona a alcanzar el suyo y ofrecer un espacio de convivencia equilibrado y satisfactorio.

## 2. Caminando conjuntamente hacia una vida saludable

Vamos a reflexionar y tomar conciencia de cuáles son **nuestras áreas vitales** más importantes y las actividades que podemos hacer para conseguir un mayor bienestar. Nuestra satisfacción personal, contribuye al equilibrio de las personas con las que compartimos nuestra vida.

Comenzamos explicando qué es un estilo de **vida positivo o equilibrado**: es una forma de vida adecuada y adaptada, con la que se consigue satisfacer nuestras necesidades, estar bien con nosotros/as mismos/as, con las personas que nos rodean y disfrutar plenamente de la vida, tanto física como emocionalmente.

Cuando nos encontramos bien y tenemos cubiertas nuestras necesidades, sentimos satisfacción. Esto repercute en nuestra actitud hacia el resto y, al mismo tiempo, facilita nuestras relaciones. Nos encontramos con más motivación para afrontar los retos vitales y la búsqueda de soluciones se realiza de forma más adecuada.

Para conseguir el equilibrio es necesario analizar cuáles son los aspectos esenciales. **Las áreas vitales** a las que tenemos que prestar atención se clasifican tres niveles:

- **Primer nivel:** mantener una alimentación, higiene y sueño adecuado.
- **Segundo nivel:** realizar actividades productivas (por ejemplo: trabajo), relajación y ejercicio físico.
- **Tercer nivel:** mantener aficiones y relaciones interpersonales saludables.

*Se entrega individualmente la infografía **¿Cómo conseguir el equilibrio?** que resume las ideas básicas para alcanzar el equilibrio desde estos tres niveles (se encuentra al final de la sesión).*

En definitiva, para sentir satisfacción y bienestar, debemos **cuidar** nuestra salud (física y psicológica), mantener relaciones sociales satisfactorias, tener una fuente de ingresos suficiente y dedicar tiempo diario a actividades que nos produzcan placer. Esto permite ayudar sin olvidarnos de nosotros/as mismos/as, asunto fundamental para poder apoyar a otras personas.

Alcanzar una vida en equilibrio no es una tarea sencilla y más cuando se tiene una persona querida privada de libertad o cumpliendo una condena. Comprendemos vuestras dificultades y vuestros esfuerzos diarios. Nos gustaría que este taller haya servido de impulso para continuar aprendiendo conjuntamente y que estas herramientas que hemos aprendido os puedan servir para alcanzar una vida más satisfactoria, a pesar de las adversidades.

- ✓ **Cerramos este tema con el siguiente vídeo motivacional**, para generar una emoción de inspiración al cambio y crecimiento personal con un toque de humor.

<https://www.youtube.com/watch?v=N2oGEibjDw>

### 3. Aprendizaje mutuo

*Se les entregan las cartas de expectativas de la primera sesión y que las personas voluntarias que lo deseen, compartan con el grupo sus impresiones al principio de este aprendizaje mutuo.*

*A continuación, para conseguir un final que motive a poner en práctica lo aprendido se solicita que las personas participantes tomen conciencia de las "herramientas" (factores de protección) propias o adquiridas que se han aprendido durante el taller con la siguiente dinámica.*



#### Dinámica 1. ¿Qué me llevo?

Una vez verbalizados los aprendizajes obtenidos y cuestiones positivas del taller, resmarcamos las ideas más relevantes que nos gustaría que tuvieran presentes en el futuro:

- La importancia de una buena **comunicación** que permita relaciones más fluidas y asertivas con la persona penada.
- Entender las **recaídas** como un proceso complejo que es necesario conocer para poder ayudar.
- **Valorar que somos un equipo:** trabajar conjuntamente con los y las profesionales de tratamiento es beneficioso para mi familiar, no olvidemos que todas las partes buscamos el bien común.
- Tener en cuenta la importancia de apoyarse en los **recursos sociales externos** y en la ayuda profesional, a lo largo de todo el proceso de cumplimiento y, especialmente, cuando finalice el apoyo penitenciario. Será útil para sentirnos respaldados en las situaciones que se generen (profundizaremos en este punto con algunos casos concretos en la **Intervención comunitaria**).
- Podemos reconvertir las **situaciones problemáticas** en oportunidades de aprendizaje. Esto nos permite avanzar en el proceso, personal tanto de la persona que apoya como de la persona penada. El cumplimiento de condena es un momento duro y difícil, pero se puede encauzar como un proceso de aprendizaje que sirva como punto de inflexión para nuestro bienestar.

*Después de la exposición de las expectativas previas, las diferentes herramientas que cada persona se lleva y el resumen de los aspectos más importantes trabajados, generamos un espacio para que puedan expresar cómo se han sentido y qué les ha parecido en general la experiencia en este taller.*

Como hemos visto en la sesión de hoy, es importante resaltar la idea de que, a pesar de las responsabilidades, cargas y ataduras que genera el entorno penitenciario, tenemos que dedicar tiempo a disfrutar de las cosas verdaderamente esenciales en la vida.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria



## Dinámica 2. La respuesta está dentro de mí

*Para dar el cierre a este taller, previamente se puede haber solicitado que quién lo desee aporte algo para compartir en el grupo (comida, bebidas calientes, refrescos, etc.).*

A continuación, generamos un espacio para propiciar un **encuentro distendido y/o festivo** en el que se compartirá lo que hayan traído profesionales y las personas participantes (té, café, dulce, snacks, etc.). Con este encuentro se desea que el final del taller sea relajado y cercano, donde se puedan tratar cuestiones más triviales.

Antes de finalizar, pedimos que el grupo se reúna en círculo y damos las **gracias** por la **implicación y el compromiso** adquirido en este proceso y se despide al grupo.

Se entrega el **cuestionario de evaluación** de este **taller (Vínculos)** que deberán cumplimentar y entregar antes de finalizar la sesión. (El cuestionario se encuentra al final de esta sesión).

Se les emplaza para la última sesión conjunta con su familiar o persona que apoyan, a la que serán citados con antelación.

# ¿CÓMO CONSEGUIR EL EQUILIBRIO?

Los aspectos más importantes a tener en cuenta son:

## 1º NIVEL

ALIMENTACIÓN



HIGIENE

SUEÑO



## 2º NIVEL

ACTIVIDADES EJERCICIO FÍSICO RELAJACIÓN



## 3º NIVEL

AFICIONES



RELACIONES PERSONALES





## FICHA DE DINÁMICA I



### ¿Qué me llevo?

**Objetivo:** reflexionar sobre el aprendizaje alcanzado durante las sesiones del taller.

**Guía para la dinámica:**

Se reparten post-it a cada participante, para que puedan escribir qué se llevan de positivo de esta experiencia. Podrán escribir en cada post-it un aprendizaje o experiencia adquirida.

Se dibuja un árbol en la pizarra y cada participante dirá en voz alta su *¿qué se lleva?* Y pondrá sus post-it a modo de hojas en el árbol. El/la profesional de trabajo social también participa en esta dinámica y, con ello, el árbol servirá para simbolizar el aprendizaje que se ha creado de forma conjunta.

**Duración:** 10 minutos.

**Conclusiones:**

- Poner en valor lo aprendido durante el taller y la importancia de llevarlo a la práctica en el día a día.

**Recursos necesarios:**

- **Un paquete de Post-it**
- **Pizarra**

## FICHA DE DINÁMICA 2



### La respuesta está dentro de mí

**Objetivo:** generar una emoción positiva y empoderadora para finalizar el taller.

**Guía para la dinámica:**

Se pide que cierren los ojos y se dejen llevar a través de una canción.

Se reproduce la canción de la artista Rozalén "Y busqué". Una vez finalizada se pide que compartan qué les ha transmitido y con qué mensaje se quedan.

**Duración:** 10 minutos.

**Conclusiones:**

- Reflexionamos sobre la necesidad de viajes interiores, la búsqueda de respuestas al sentido de las cosas y, como al final, la respuesta está dentro de cada persona.

**Recursos necesarios:**

- **Reproductor de audio**
- <https://www.youtube.com/watch?v=dD-cPmVwlqI>



## RECURSOS AUDIOVISUALES

### ■ Vídeo: Metáfora del autobús

**Resumen:** mediante dibujos animados se visualiza un autobús con conductor y sus pasajeros. Hace una metáfora con los pensamientos y las emociones y cómo estos afectan en las personas.

**Duración:** 2:36 minutos.

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=JB1sl8N9mNo>

### ■ Vídeo: Oveja Pelada

**Resumen:** corto de dibujos animados que muestra a una oveja orgullosa que cuando la “pelan” y privan de su lana pierde la autoestima. Aparece un conejo que la hace ver la importancia de enfrentarse a las dificultades de forma positiva y convertirlas en oportunidades.

**Duración:** 5:04 minutos

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=T60KuY8n82c/>

### ■ Vídeo: Disciplina positiva

**Resumen:** vídeo que explica de forma clara los objetivos y pautas para educar en disciplina positiva.

**Duración:** 4:44 minutos

**Enlace:** [https://www.youtube.com/watch?v=bF4\\_Xm6RIQQ](https://www.youtube.com/watch?v=bF4_Xm6RIQQ)

### ■ Vídeo: Construir emociones positivas

**Resumen:** vídeo con una voz en off, que guía en un ejercicio de visualización para construir emociones positivas y aumentar la autoestima.

**Duración:** 5:00 minutos

**Enlace:** [https://www.youtube.com/watch?v=WBrMombdu\\_o](https://www.youtube.com/watch?v=WBrMombdu_o)

### ■ Vídeo Motivacional

**Resumen:** vídeo de una entrevista televisiva a Odin Dupeyron donde explica varias ideas motivadoras a través de la experiencia de su trabajo y de su vida.

**Duración:** 5:39 minutos

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=N2oGEibjDw>

### ■ Vídeo: Canción *Y busqué*

**Resumen:** vídeo de la canción “*Y busqué*” de Rozalén, que trata sobre un viaje interior, sobre la importancia de buscar el sentido a las pequeñas cosas y como muchas veces la respuesta está en el interior de cada persona.

**Duración:** 3:48 minutos

**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=dD-cPmVwlqI>

## CUESTIONARIO DE VALORACIÓN TALLER VÍNCULOS

El presente cuestionario pretende conocer tu opinión sobre el **Taller Vínculos**, con el objetivo de mejorar los aspectos que sean necesarios. La cumplimentación del mismo es voluntaria y totalmente anónima. Lee atentamente cada pregunta sobre tu experiencia en el taller y responde a todas ellas con la mayor sinceridad. Muchas gracias por tu colaboración y participación en este taller.

**MODALIDAD:**  PRESENCIAL     TELEMÁTICA  
**SEXO:**  HOMBRE             MUJER  
**EDAD:**  MENOR DE 30     30-44             45-60             +60

**Por favor, señala tu valoración sobre los siguientes aspectos, siendo 0 la puntuación más baja y 5 la más alta.**

	1	2	3	4	5
1. Te has sentido cómodo/a participando					
2. Los temas tratados					
3. La frecuencia de las reuniones					
4. El lugar (físico/telemático)					
5. La información contenida en los temas					
6. El material, dinámicas y ejercicios utilizados					
7. Las aportaciones del grupo te han ayudado					
8. Valora a los/las profesionales que han participado					
9. Cuál es tu satisfacción general con el taller Vínculos					

- ✓ ¿Cuáles son los temas que te han parecido más interesantes?
- ✓ ¿Qué aspecto o contenido te hubiera gustado que tuviera una mayor extensión o profundidad?
- ✓ ¿Qué aspecto o contenido acortarías o eliminarías?

- ✓ ¿Crees que vas a poder aplicar aprendizajes de este taller?  
 SÍ                       NO

En caso de respuesta afirmativa, ¿cuáles serían?

[Empty text box for affirmative response]

- ✓ Si lo deseas, puedes indicar cualquier otro comentario o sugerencia sobre este Taller.

[Empty text box for additional comments]



SESIÓN CONJUNTA 2

# ADQUIRIENDO COMPROMISOS







# 2

## Sesión Conjunta 2. Adquiriendo compromisos

### FICHA RESUMEN DE LA SESIÓN INDIVIDUAL

#### \* **Objetivo de la sesión**

- Intervenir de forma conjunta con la persona penada y la persona de apoyo de manera que reconozcan carencias y dificultades relacionadas con las problemáticas particulares.
- Trazar un compromiso conjunto que pueda dar continuidad al trabajo realizado.

#### \* **Contenidos de la sesión**

- Reconocimiento de las problemáticas particulares que han derivado en el cumplimiento de la condena.
- Información del proceso de recaída de la persona penada.
- Establecimiento de un compromiso conjunto futuro.

#### \* **Duración**

2 horas con cada persona penada y su persona apoyo.

#### \* **Introducción**

Con esta segunda sesión conjunta se profundizará en los temas tratados en las sesiones grupales. Cierra el ciclo de sesiones programadas (aunque posteriormente se realizarán seguimientos u otras intervenciones).

Realizaremos un recordatorio del proceso de recaída trabajado en este programa y en su programa específico. Será llevado al plano particular de cada

# 2

## Sesión Conjunta 2. Adquiriendo compromisos

### FICHA RESUMEN DE LA SESIÓN INDIVIDUAL *(continuación)*

persona ofreciendo información relevante para la relación y el vínculo establecido entre ambas.

Se pretende el logro de adaptaciones positivas en las conductas individuales a través de nuevas motivaciones que establezcan un compromiso conjunto para el futuro en el proceso de reinserción.

# 2

## Sesión Conjunta 2. Adquiriendo compromisos

«Estar aquí vale la pena, gracias a ti seguí remando contra la marea».  
(Jarabe de Palo)

### • **Consideraciones previas**

- \* Previamente a esta sesión, se establece la coordinación necesaria con el resto de profesionales penitenciarios, con el objetivo de obtener información de interés, tanto, de la participación de la persona penada en el programa específico de tratamiento, como de su trayectoria penitenciaria en general.
- \* Antes de la sesión se mantiene una **entrevista con la persona penada** para que **realice una carta** que aportará y utilizará en la primera dinámica de esta sesión conjunta (ver dinámica 1). En caso de que, en el **programa de tratamiento específico** realizado, hubiera desarrollado dinámicas o trabajos donde se encuentren descritos sus factores de riesgo, problemáticas personales u otra información que pueda ayudar al desarrollo de la sesión, se le indicará la conveniencia de acudir con esta información para valorar lo que desea compartir con la persona que ejerce de apoyo.
- \* Se tiene presente que el clima de esta sesión podrá ser especialmente sensible, dado que la persona penada va a compartir con la persona de apoyo información íntima relacionada con su problemática principal.

### • **Inicio y bienvenida**

- \* Se saluda a la persona penada y a su familiar o persona de apoyo y se les felicita por haber llegado hasta este punto.
- \* Después de lo tratado en la primera sesión conjunta y en las sesiones grupales, se les pregunta si tienen alguna duda, reflexión o aclaración sobre lo que se ha trabajado a lo largo de todo el programa para intentar solventarlas.
- \* Durante la sesión abordaremos de manera conjunta algunos de los contenidos tratados, tanto en el **programa específico de tratamiento** que ha desarrollado la persona penada como en las sesiones grupales de **intervención sociofamiliar**.
- \* Aunque, posteriormente, se realizará un seguimiento, con esta sesión conjunta finaliza una parte de la intervención, por lo que resaltaremos la importancia que tiene la **confianza y la sinceridad** que aporten, imprescindibles para que, unido a los contenidos de las sesiones previas, puedan conseguir el objetivo de prevención de nuevos delitos, recaídas, problemáticas, etc.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

- \* Se traslada el contenido de la sesión: vamos a profundizar en la **problemática** que subyace de los comportamientos que han originado la comisión de un delito y cómo les ha afectado (directa e indirectamente).

## • Desarrollo de la sesión

*Esta sesión nos servirá de base para fortalecer la relación de apoyo y favorecer el mantenimiento de los cambios obtenidos con el programa específico realizado por la persona penada.*

Estamos finalizando el proceso en el que nos embarcamos hace unos meses y que ha supuesto un gran esfuerzo para todas las partes implicadas. Es importante dar **valor** al trabajo realizado, conocer si han comprendido el alcance del objetivo propuesto a lo largo de toda la intervención, así como evaluar si se ha conseguido la implicación necesaria.

*El trabajo realizado conjuntamente puede haber influido a nivel individual y/o en la propia relación. La intervención pretende afianzar y establecer un rol más definido en el vínculo mutuo existente de cara al objetivo del programa.*

## I. Problemática personal

Sería conveniente preguntar si, previamente, han conversado sobre los motivos y problemática que ha originado el cumplimiento de la condena y, con ello, evaluar cuál es el grado de conocimiento que tiene la persona de apoyo.

La persona penada podrá compartir con la persona de apoyo aquella información que considere necesaria sobre su problemática previa al cumplimiento de condena, para que cobre sentido la intervención realizada hasta este momento. Este ejercicio de confianza puede reforzar el vínculo y permitir que las funciones de apoyo y acompañamiento se lleven a la práctica desde un mayor conocimiento de la realidad.

Hay que tener en cuenta que la persona penada puede estar preparada para reconocer todo, parte o nada de la problemática por la que se encuentra cumpliendo condena.

Cuando los hechos son de especial gravedad, la persona penada puede minimizar, ocultar y/o mentir sobre este asunto a su entorno, para evitar el rechazo. En estos casos, debemos tener en cuenta que esta situación será **nuestro punto de partida**. Hay que valorar las limitaciones que tenemos y hasta dónde podemos llegar con nuestra intervención, respetando en todo momento las decisiones de la persona penada, pero recordando también la necesaria colaboración, apertura y sinceridad para obtener resultados más ajustados a su realidad.

El reconocimiento de su problemática, parcial o total, será el primer paso para poder afrontar su responsabilidad y buscar estrategias en la relación de apoyo, de manera que puedan potenciar y mantener los efectos del tratamiento recibido durante el cumplimiento de condena y que éstos se prolonguen en el proceso de reinserción.

La negativa total a reconocer ningún tipo de problema va a dificultar la continuidad de la sesión, en este caso, debemos plantearnos otras opciones: trabajar en ello de forma individual con la persona penada, posponer la intervención conjunta hasta que se produzca un cierto grado de reconocimiento, o bien, cerrar la intervención en el programa cuando existe una posición rígida e inamovible.

Hay que realizar una valoración individualizada y prestar especial atención a que la persona de apoyo, con la intervención individual y grupal, esté preparada para recibir información sensible. Al mismo tiempo, se acompaña profesionalmente en la elaboración de la información a compartir, sin presiones ni exigencias, pero comprendiendo la imprescindible implicación de ambas partes en el proceso de reinserción.

*Pretendemos iniciar un proceso de sinceridad haciendo que la persona penada reconozca parte de sus responsabilidades y las comparta con la persona que le apoya, para poder mantener la motivación y reforzar los cambios desarrollados con el tratamiento.*



## Dinámica 1. ¿Qué me pasaba?

## 2. El proceso del cambio

*En los contenidos complementarios se incluye información sobre el proceso del cambio por si es de interés a nivel profesional.*

La persona penada puede haber realizado o estar próxima a finalizar un programa específico de tratamiento de amplia duración relacionado, con su problemática o con el delito cometido, y lo ha complementado con la intervención sociofamiliar.

Con la intervención realizada hasta este momento ha alcanzado un mayor aprendizaje personal y ha adquirido diferentes estrategias que, en caso de llevarse a la práctica, pueden ayudar significativamente en su futuro y reducir situaciones problemas o de riesgo. Es necesario resaltar que el proceso de cambio y su percepción del riesgo pueden disminuir con el paso del tiempo. Una vez finalizado el tratamiento, cuando la persona se encuentre en libertad y sin el control institucional es posible que aumente la probabilidad de realizar conductas disruptivas. Es relevante que las personas de apoyo y las personas penadas sean conscientes de esta realidad y puedan identificar aquellas señales que podrían derivar en comportamientos de riesgo.

*Analizamos los cambios que se han producido en la persona penada con la siguiente dinámica. Para ello, construyen una imagen que posteriormente comparten. Señalan, por separado, los cambios que consideran se han producido en la persona penada tomando como referencia dos diferentes momentos:*

- **Primeros contactos con la institución:** ingreso en prisión, inicio de cumplimiento de condena o comienzo del programa específico de tratamiento.
- **El momento actual.**



## Dinámica 2. ¿Quién soy hoy?

Se pretende, que observen los cambios que, ha generado en la persona penada el cumplimiento de la condena, especialmente, el tratamiento penitenciario y su participación en las actividades específicas. Se analizan estos cambios desde diferentes aspectos: pensamientos, emociones y cambios físicos que en muchas ocasiones son los más evidentes.

### 3. El proceso de recaída y/o vuelta a los comportamientos “problemáticos”

*Durante esta sesión se mantiene de forma visible el proceso de la recaída (en la pizarra o proyección) de manera que pueda facilitar el recordatorio de los contenidos.*

*Según el principio de necesidad, los programas han de buscar la modificación de aquellos factores de riesgo que están vinculados con la reincidencia. La mayoría de los programas contiene un módulo de prevención de recaídas y alguno de mantenimiento de los cambios. Además, en sesiones previas que han realizado las personas de apoyo, también, se ha trabajado de forma resumida. Por ello, solo se realizará un recordatorio de algunos conceptos para poder dar continuidad a nivel particular.*

*Asumir la responsabilidad en el comportamiento disruptivo es el punto de partida de este modelo, se basa en un proceso que puede predecir que una persona cometa un delito basándose en experiencias anteriores, ya que esto podrá servir para anticiparnos y prevenir un suceso futuro. Pone especial énfasis en aquellos factores de riesgo (situaciones, pensamientos, emociones y estímulos) que constituyen el antecedente de un posible fallo y puede llevar a una recaída (reincidencia, consumo, etc.). Para ello, los programas específicos de tratamiento preparan a las personas participantes en la práctica de técnicas de afrontamiento o evitación.*

Poder **identificar los factores de riesgo** presentes en las problemáticas de la persona penada es un dato fundamental para **prevenir** posibles recaídas o futuros problemas.

*La persona penada traslada información de su propia situación al documento de la siguiente dinámica, para que quede reflejada por escrito y forme parte del contrato de compromiso que firmen ambas partes al final de esta sesión.*



### Dinámica 3. Quiero que confíes en mí

#### 3.1. Mis situaciones de más riesgo

**¿Qué es una situación de más riesgo?** Recordamos lo que denominamos “situación de alto riesgo”. Un solo factor de riesgo (ejemplo: acudir a una fiesta) no lleva a una situación de alto riesgo. Un número elevado de estos factores de riesgo, junto a las decisiones aparentemente irrelevantes que restan importancia a estos factores, predisponen a colocar a una persona en una situación de alto riesgo (ejemplo: acudir a una fiesta, encontrarme triste, beber alcohol, desinhibirme, tener una pelea con un amigo, sentirme mal conmigo mismo, irme con otras personas que no conozco y terminar consumiendo con ellos).

Para continuar avanzando, se propone que, la persona penada, comparta con quién va a ejercer el apoyo, aquellas **decisiones aparentemente irrelevantes** y situaciones de alto riesgo “personales o propias” que han sido detectadas y/o que ha trabajado a lo largo del programa específico. Por tanto, estas situaciones de alto riesgo personales se podrán anotar en el documento 3.1.

#### 3.2. Consecuencias

**¿Cuáles han sido mis principales problemas?** La persona penada debe sincerarse, reconocer cuáles han sido sus principales problemáticas y las consecuencias que se han derivado de las mismas. El objetivo es poder conocer aquellas características que ayuden a **identificar** estas situaciones y poderlas evitar en un futuro.

Una vez comunicada su principal problemática (ejemplo: falta de control de impulsos, consumo de tóxicos, comportamientos violentos, no saber expresar lo que siente o no mantener relaciones de pareja desde el respeto), se intenta reflexionar sobre las consecuencias concretas que tendría, para ambas partes, volver a esos comportamientos pasados. Lo que supondría para la persona penada y para las personas que le han estado apoyando durante el cumplimiento de la condena actual.

Se detallan las posibles **consecuencias** a nivel: familiar, personal, económico, laboral, etc. y se les plantea la importancia mantener el **compromiso** que han establecido conjuntamente con este programa y con su familiar/persona de apoyo.

#### 3.3. El vínculo como recurso

Existen respuestas adecuadas para mantener conductas alejadas del riesgo (delito, consumo, violencia, etc.). Es importante el compromiso de la persona penada para poderlas llevar a cabo.

La persona penada analiza cuáles son estas conductas, las comparte con la persona de apoyo y las anota en el **documento 3.1**. Hay que tener en cuenta que el papel que desempeña la persona de apoyo (objetivo importante en esta intervención social), se encuentra directamente unido y formará parte de estas respuestas.



Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

La persona penada puede y es aconsejable que recurra a quién conoce detalladamente su situación en cualquier momento de su proceso personal, para aclarar sus dudas, reforzar sus decisiones de abandonar conductas inadecuadas, compartir sus problemas, etc. Ese vínculo de confianza y apoyo será fundamental en el proceso de prevención.

Recurrir a la persona de apoyo en un momento de riesgo es una de estas respuestas adecuadas. Establecer un vínculo especial en la relación de ayuda es uno de los objetivos de nuestra intervención sociofamiliar.

## 4. El Compromiso

Ambas partes firman un compromiso (**documento Compromiso conjunto**) y establecen la forma de relación y actuación ante posibles situaciones de riesgo. En este documento, se detallan las actuaciones/compromisos de ambas partes en la relación que han establecido con el vínculo "especial" que les une. El acompañamiento profesional en este momento, es clave para que la elaboración del compromiso sea lo más ajustada posible a la realidad y necesidades del caso en particular.

Algunos ejemplos para incluir en los compromisos del contrato pueden ser:

- **Por parte de la persona penada:** establecer la frecuencia y tipo de contacto que se compromete a tener, poder verbalizar qué le ocurre o comunicar de manera sincera los pensamientos, emociones que siente y/o conductas de riesgo, entre otras.
- **Por parte la persona de apoyo:** tener disposición personal, observar y confrontar situaciones problemáticas que observe, apoyar y reforzar sus logros y, si es necesario, buscar ayuda profesional ante situaciones problemáticas y de mayor riesgo, para que no deriven en un nuevo delito, etc.

Este es un momento decisivo. Nuestra intervención se ha orientado a establecer de forma escrita el compromiso que adquieren las partes de aquí en adelante.

La reincorporación a su entorno será un momento delicado donde la persona penada puede presentar dificultades de adaptación a nivel personal, familiar, laboral, social, económico, etc.

Este trabajo, pretende que ambas partes sean conscientes de la importancia de los efectos que se pueden derivar de no realizar un tratamiento integral. Es esencial potenciar las capacidades individuales y conjuntas. Esto permitirá una mejor adaptación al exterior, en la persona penada y en los sistemas en los que interactúa, evitando la reincidencia delictiva o comportamiento inadecuados e indirectamente, reduciendo los posibles daños colaterales al grupo familiar o de apoyo al que pertenece, así como, a la sociedad en general.

Cuando la persona penada se incorpora de manera definitiva a la comunidad, en múltiples ocasiones, no existe control y/o seguimiento institucional. Con el tiempo pueden

disminuir los efectos del tratamiento realizado, por ello, es tan importante contar con el apoyo de personas cercanas y comprometidas que ayuden a mantener este aprendizaje y alcanzar una vida en equilibrio, alejada de comportamientos delictivos.

Una vez firmado el compromiso por ambas partes se **celebra** el acuerdo y el vínculo que les une. Es un momento de alegría, de comprometerse en una nueva forma de avanzar conjuntamente en un propósito común.

## • **Despedida e ideas fuerza**

- \* Repasamos las ideas más relevantes trabajadas:
  - Reconocer y compartir su problemática personal es el punto de partida del compromiso.
  - La recaída es un proceso con diferentes etapas. Para evitarla es importante prestar atención y estar alerta y así poder frenar el proceso lo antes posible.
  - Conocer y compartir las problemáticas más importantes ayuda a prevenir situaciones futuras. Para ello, la comunicación debe ser fluida, sincera y bidireccional.
- \* Trabajando de forma unida multiplicamos la fuerza y la resistencia para las futuras situaciones difíciles. Nuestro **compromiso** nos ayuda a mantenernos alerta.
- \* Evitar aquellos comportamientos que nos llevaron a delinquir es un objetivo que debe estar siempre presente.
- \* Nos despedimos, **agradeciendo** la sinceridad y colaboración en todo este camino. Reconocemos el esfuerzo y ofrecemos nuestro apoyo para continuar con el posible seguimiento posterior.

## FICHA DE DINÁMICA I



### ¿Qué me pasaba?

**Objetivo:** generar un espacio adecuado donde la persona penada relate sus principales problemáticas previas a la actividad delictiva por la que cumple condena.

Realizar una valoración de las consecuencias y responsabilidades asumidas por ello.

**Guía para la dinámica:** previamente a la sesión, se solicita a la persona penada que acuda a esta sesión con una carta reflexiva que contenga un relato de su **yo anterior:** cómo era, en qué se equivocaba o las responsabilidades que asumía. La carta busca que pueda sincerarse con su persona de apoyo explicándole en qué cuestiones se equivocaba y cómo en la actualidad, se ha dado cuenta de sus errores y está tomando parte activa en mejorar.

Revisamos esta carta antes del inicio de la sesión para asegurarnos que contiene, aunque sea mínimamente, algún rasgo de reconocimiento de errores, comportamientos inadecuados a mejorar, así como, asunción de responsabilidades.

Se pide a la persona penada que lea la carta preparada. Se pretende que muestre a su apoyo principal, información sobre su **yo anterior, lo que le pasaba,** intentando que asuma la responsabilidad en sus comportamientos y reflexione sobre posibles alternativas a los mismos.

Se plantea que este acto es una forma de **sinceridad** que va a remover a ambas partes, pero a su vez es necesario, ya que permite establecer una futura relación de mayor confianza. Para la persona penada este reconocimiento puede suponer una liberación y para la persona de apoyo una mayor comprensión de la situación.

**Duración:** 20 minutos.

## FICHA DE DINÁMICA I (continuación)

**Conclusiones:** compartir los comportamientos más problemáticos previos a la comisión delictiva, por parte de la persona penada, puede ayudar en el proceso de cambio personal. Es un momento clave y decisivo, que demuestra sinceridad y una reflexión necesaria para asumir las consecuencias y responsabilidades derivadas de la conducta previa.

**Recursos necesarios:**

- **Carta realizada previamente.**

## FICHA DE DINÁMICA 2



### ¿Quién soy hoy?

**Objetivo:** mostrar y reflexionar sobre los cambios que ha desarrollado la persona penada, tomando como referencia el momento los primeros contactos con la institución (ingreso en prisión, cumplimiento de condena o inicio del programa de tratamiento específico).

**Guía para la dinámica:**

Se entrega una copia del **documento 2.1.** a cada participante. Este documento contiene una silueta humana donde deben señalar los diferentes cambios: físicos, psíquicos, emocionales de la persona penada. En un lado, se sitúan las características previas (ingreso, cumplimiento de condena, etc.) y, en el otro, cómo se percibe en la actualidad. La persona de apoyo también realiza el ejercicio con su percepción en ambos momentos.

Una vez finalizado el ejercicio de forma individual, lo comparten, analizando y valorando los cambios producidos y las diferencias de percepción.

Dadas las dificultades de tomar conciencia de quién/cómo era en un momento anterior concreto, principalmente a nivel de pensamientos y emociones, intentaremos trasladarnos al primer contacto con la institución penitenciaria (ingreso, condena, etc.), haciendo referencia a los mecanismos de defensa o excusas utilizadas en relación con su problemática personal.

Por su parte, la persona de apoyo, realiza el mismo análisis y refuerza o confronta la información aportada por la persona penada.

Este ejercicio ayudará a diferenciar entre lo que la persona penada “cree” que ha cambiado y lo que el entorno “percibe” que ha cambiado. La percepción de ambas partes puede ser diferente.

**Duración:** 10 minutos.

## FICHA DE DINÁMICA 2 (continuación)

**Conclusiones:** se pretende avanzar en la conexión entre ambas partes. Reconocer la importancia de la evolución en el tratamiento penitenciario y de compartir los cambios personales (avances y retrocesos). Todos pueden ser significativos. El proceso de recaída no es inmediato, incluye una sucesión de pasos, tal y como hemos aprendido en este programa.

**Recursos necesarios:**

- **Documento 2.1.** ¿Quién soy hoy?

¿QUIÉN SOY HOY?

2.1

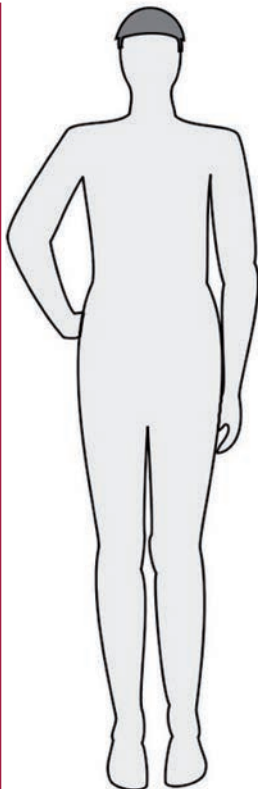
Señalar los cambios producidos a nivel físico, psíquico y emocional en dos momentos:

**PRIMER CONTACTO/  
INGRESO/  
INICIO PROGRAMA**

**Pensamientos**  
¿Cómo pensaba?

**Emociones**  
¿Cómo me sentía/ se sentía?

**Físico ¿Cómo estaba físicamente?**



**ACTUALIDAD**

**Pensamientos**  
¿Cómo pienso/a?

**Emociones**  
¿Cómo me siento/se siente?

**Físico ¿Cómo estoy? ¿Cómo está?**

## FICHA DE DINÁMICA 3



### Quiero que confíes en mí

**Objetivo:** informar y compartir con la persona de apoyo el proceso de recaída para que conozca donde están los posibles problemas a los que debe enfrentarse la persona penada, pueda detectarlos y colaborar activamente en la prevención de futuros problemas.

**Guía para la dinámica:**

Se entrega a la persona penada el **documento 3.1.**

La persona penada cumplimenta en la ficha las características relativas a su caso concreto. Si ha realizado un programa de tratamiento específico, es posible que cuente con algún ejercicio que contenga esta información, por ello, previo a la sesión se indica que es conveniente que lo aporte ya que puede facilitar el desarrollo de esta dinámica.

Durante el análisis de su problemática, la persona penada irá cumplimentando de manera detallada la información de cada aspecto en los cuadros del **documento 3.1. Mis factores de riesgo** (en relación con su caso particular) elaborándolo conjuntamente con las aportaciones de la persona de apoyo. Se seguirá el siguiente orden:

- 1.– Se recuerda el significado de Factores de Riesgo y, posteriormente, la persona penada anota y expone sus factores de riesgo (podrán ser internos y externos).
- 2.– Posteriormente la persona penada anota y expone las posibles situaciones de mayor riesgo.
- 3.– Se reflexiona sobre las respuestas adecuadas a estas situaciones. La persona penada anota y expone cómo actuaría para evitar problemáticas futuras, entre ellas, será importante que esté incluida **acudir a su persona de apoyo en caso de necesidad.**

Una vez finalizada la dinámica, se revisa detalladamente intentando explicar cada respuesta anotada, para que sea comprendida e interiorizada por la persona de apoyo.

**Duración:** 20 minutos.



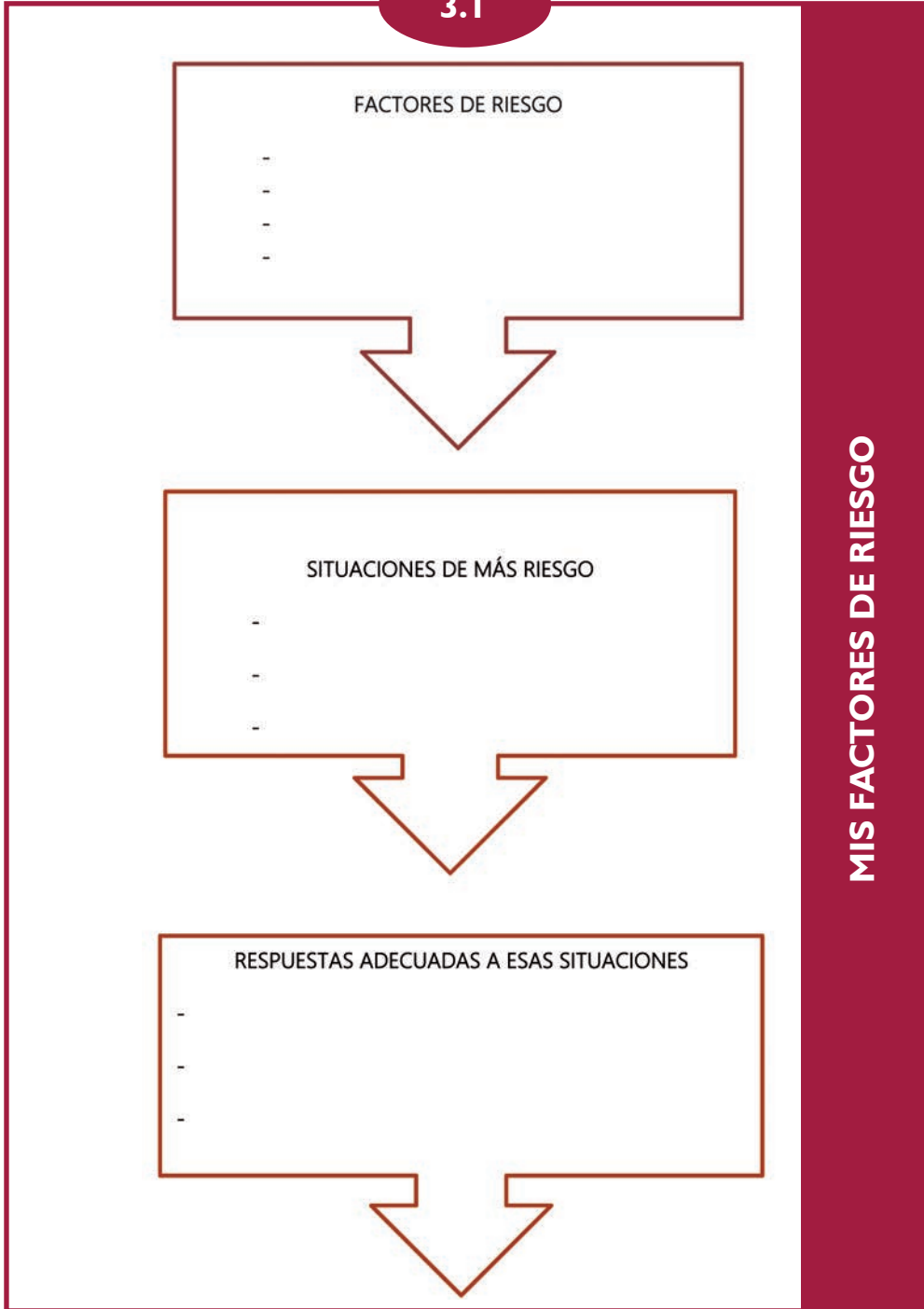
## FICHA DE DINÁMICA 3 (continuación)

**Conclusiones:** este es un proceso de **introspección** que la persona penada puede haber realizado, pero es el momento de compartirlo y, confiando en la ayuda que puede proporcionarle su persona de apoyo, avanzar en los factores de riesgo propios que pueden influir en su proceso de recaída.

**Recursos necesarios:**

- **Documento 3.1.** Factores de riesgo.

3.1



MIS FACTORES DE RIESGO

Sesión Conjunta 2. Adquiriendo compromisos



## COMPROMISO CONJUNTO

Yo, \_\_\_\_\_

### Me comprometo a:

- 1.-
- 2.-
- 3.-
- 4.-
- 5.-

Yo, \_\_\_\_\_

### Me comprometo a:

- 1.-
- 2.-
- 3.-
- 4.-
- 5.-

Mediante la firma de este documento nos comprometemos firmemente a construir conjuntamente una vida en equilibrio.

En \_\_\_\_\_ a \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 20\_\_

**Fdo:**

**Fdo:**

## CONTENIDOS COMPLEMENTARIOS

### **El proceso del cambio (Ampliación)**

Se incluye información sobre el proceso de cambio que, asociado a conductas adictivas puede ser aplicado a actividades delictivas cuya recaída tiene un funcionamiento similar a una adicción.

El Modelo Transteórico del cambio (Prochaska, J. y Diclemente, C., 1982) surge con el objetivo de comprender cómo se enfrentan al cambio los sujetos que tienen una determinada conducta adictiva. Plantean que, individualmente o con la ayuda profesional, la persona que desea abandonar un hábito, (la comisión de determinados delitos actúa o funciona como una verdadera adicción), pasa por diferentes etapas hasta llegar a la recaída.

Los cambios no se producen de forma lineal. Antes de llegar a un cambio estable es posible que la persona tenga altibajos y procesos de ida y vuelta.

A continuación, señalamos los diferentes pasos que componen la Rueda del Cambio.



## CONTENIDOS COMPLEMENTARIOS *(continuación)*

Etapas del Modelo Transteórico del cambio:

- **Precontemplación.** No hay conciencia de que la conducta represente un problema. No se plantea modificarla.
- **Contemplación.** Es consciente del problema. Quiere cambiarlo, pero no hay compromiso y mantiene una actitud ambivalente.
- **Preparación.** Ha tomado la decisión y se compromete a modificar la conducta problema.
- **Acción.** Modifica de forma observable su comportamiento. Dedicar tiempo y energía al compromiso de cambio.
- **Mantenimiento.** Mantener el cambio conseguido y prevenir la recaída. El cambio y sus modificaciones pasan a formar parte de su vida.
- **Recaída.** Se puede recaer en cualquier etapa, volvería a girar la rueda del cambio, pero sin regresar a la etapa de precontemplación. La recaída puede servir para: aprender de la experiencia/intentarlo de nuevo o verla como un fracaso/estancarse y no intentar nuevamente el cambio.

The background of the entire page is a repeating pattern of stylized human figures in various colors (blue, yellow, orange, red, green) against a light background. The figures are simplified, showing heads, shoulders, and bodies.

# INTERVENCIÓN COMUNITARIA





# Intervención Comunitaria

«Lo comunitario es relacional».  
(Vicente Zapata)

Las sesiones que forman parte de esta **Guía** están planteadas para realizar una intervención global. La intervención comunitaria se sitúa una vez finalizadas las sesiones con las personas penadas y sus familias. Este material será utilizado con determinados casos en los que, a nivel profesional, se considere que se puede mejorar su integración comunitaria.

También, será posible realizar la intervención comunitaria de forma independiente en los casos en los que se valore necesario una intervención concreta según decisión profesional, aunque no hayan participado en el resto de intervenciones de *Alianzas*.

Se pretende realizar un material que incluya unas líneas básicas, una metodología estructurada y unos objetivos específicos, para desarrollar una intervención con la comunidad a la que regresan las personas que se encuentran privadas de libertad o de derechos.

Hablamos de comunidad entendiendo ésta como *una agregación social o conjunto de personas que, en tanto que habitan en un espacio geográfico delimitado y delimitable, operan en redes de comunicación dentro de la misma, pueden compartir equipamientos y servicios comunes y desarrollan un sentimiento de pertenencia o identificación con algún símbolo local* (Ander-Egg, 2013). Es decir, la comunidad implica una localidad o entorno geográfico, unos recursos, instituciones y servicios compartidos y la identificación con este espacio. Se entiende como *todas las formas de relación caracterizadas por «un alto grado de intimidad personal, profundidad emocional, compromiso social y continuidad en el tiempo»* (Lillo y Roselló, 2004).

El **trabajo social comunitario** es un proceso que se lleva a cabo para la consecución del bienestar social y la mejora del contexto comunitario. La utilización, potenciación o generación de recursos en la comunidad es el principal instrumento con el que contamos en nuestra intervención.

El Código Deontológico del Trabajo Social (Consejo General del Trabajo Social, 2012) establece en su artículo 5 que *el trabajo social es una profesión basada en la práctica y una*



Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

*disciplina académica que promueve el cambio y el desarrollo social, la cohesión social y el fortalecimiento y la liberación de las personas. Los principios de la justicia social, los derechos humanos, la responsabilidad colectiva y el respeto a la diversidad son fundamentales para el trabajo social. Se asume, por tanto, la justicia social como uno de los principios generales de la profesión, orientada a la sociedad en general y a las personas con las que se trabaja, dedicando el ejercicio profesional a ayudar a individuos, grupos y **comunidades** en su desarrollo.*

El Reglamento Penitenciario (Real Decreto 190/1996), señala entre sus objetivos, *la apertura de las prisiones a la **sociedad** para potenciar la acción de la Administración con los recursos existentes en la sociedad y para fortalecer los vínculos con sus familias y la comunidad, en línea con las conclusiones de las Naciones Unidas en su reunión de Tokio de diciembre de 1990. El artículo 110 detalla los **elementos del tratamiento**, entre los que se encuentra: potenciar y facilitar los contactos de la persona penada con el exterior contando, siempre que sea posible, con los recursos de la comunidad como instrumentos fundamentales en las tareas de reinserción. Por otro lado, de acuerdo con el artículo 5.1, la persona penada adquiere, entre otros, **el deber** de incorporarse a una comunidad que le vincule de forma especialmente estrecha, por lo que se le podrá exigir una colaboración activa y un comportamiento solidario en el cumplimiento de sus obligaciones.*

El **trabajo social en el ámbito penitenciario** se dirige a la intervención con las personas penadas, sus familias y su entorno social. Tiene como finalidad la reeducación y reinserción social e incide, de manera prioritaria, en los **vínculos sociales y redes de apoyo** con los que la persona cuenta en su medio social (pueblo, barrio, ciudad, etc.). Asimismo, la intervención del trabajo social penitenciario necesita de una posterior implicación de la red comunitaria para promover y reorientar cambios en el entorno de las personas penadas (sociofamiliar y comunitario), de manera que permitan afrontar, asumir y superar problemáticas particulares, especialmente aquellas que han incidido en el ingreso en prisión, facilitando y promoviendo una integración más adaptada al propio contexto.

La intervención comunitaria es una línea de trabajo esencial dentro del Trabajo Social, entendiéndola como un **agente de cambio** de la realidad social a través de la cual se pueden generar y promover modelos de convivencia más integradores y con un mayor nivel de bienestar social, tanto para las personas penadas y su entorno, como para la comunidad de la que forman parte. Es decir, una adecuada integración en su entorno y una transformación del comportamiento de la persona penada repercutirá positivamente en la comunidad que lo acoge, influyendo en la prevención de nuevas conductas delictivas y obteniendo ambas partes beneficios.

Para alcanzar con éxito una adecuada reeducación y reinserción social de las personas penadas y generar procesos de convivencia integradores, es indispensable una **intervención de trabajo social comunitario en el contexto penitenciario**. En este ámbito nos encontramos, con frecuencia, redes sociales desestructuradas en las que las personas penadas no encuentran un apoyo efectivo. El resto de la ciudadanía tampoco percibe las ventajas de la integración de estas personas en la comunidad y, además, el

volumen del quehacer del trabajo social diario, en ocasiones, dificulta una intervención estructurada. Por todo ello, facilitamos estas pautas básicas para la intervención comunitaria en el ámbito de trabajo social penitenciario partiendo de un análisis de la realidad.

## **Análisis de la realidad penitenciaria**

La intervención en la red comunitaria desde el contexto penitenciario plantea una serie de características y circunstancias particulares que es adecuado tener en cuenta. A continuación, analizamos de forma general las debilidades, amenazas, fortalezas y oportunidades del trabajo social comunitario en el medio penitenciario. Se trata de un análisis genérico, que será necesario adaptar a las particularidades específicas de cada centro o servicio de la Institución en donde se realice la intervención comunitaria. *(Ver tabla en la página siguiente)*

### **• Objetivos**

- Movilizar y preparar a la comunidad para aumentar sus estrategias y/o herramientas que faciliten la incorporación de la persona penada, fomentado su progresiva y adecuada preparación para la vida en libertad.
- Implicar e integrar a la persona en su comunidad para que participe en ella de forma activa y pueda realizar una devolución con actuaciones positivas que beneficien a esa comunidad y repercutan en su propia inclusión.

### **• Profesionales**

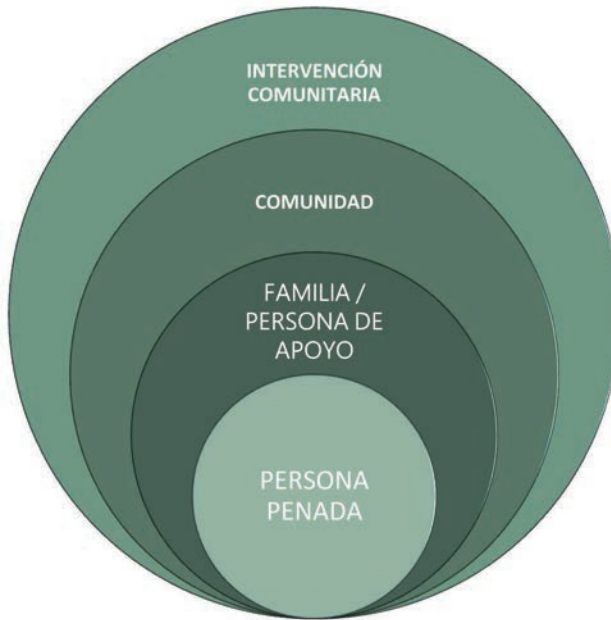
La intervención comunitaria puede ser realizada por profesionales del trabajo social, tanto del ámbito penitenciario como de las entidades sociales que colaboran con la Institución Penitenciaria. En el caso que lo realicen entidades colaboradoras, éstas establecerán la coordinación necesaria con el departamento de trabajo social penitenciario que permita una mayor consecución de los objetivos del programa.

### **• Metodología**

Las actuaciones del trabajo social comunitario deben ir encaminadas a promover la plena autonomía de las personas, siendo el objetivo favorecer la autogestión en su proceso de reinserción.

La intervención en la red comunitaria tiene como protagonistas tres ámbitos en permanente y continua interrelación: *(Ver figura en la página 535)*

	DEBILIDADES	FORTALEZAS
ORIGEN INTERNO	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Carencias a nivel tecnológico.</li> <li>– Escasez de recursos: sobrecarga de trabajo.</li> <li>– Los centros penitenciarios, en su mayoría, se encuentran alejados de los núcleos poblacionales y recursos sociales (mayor aislamiento).</li> <li>– Déficit en los centros penitenciarios de conocimiento de recursos locales específicos del entorno comunitario (ejemplos: asociaciones vecinales o de movimientos sociales de localidades concretas, agentes clave, recursos religiosos, etc.).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– La ventaja de tener una visión más global al intervenir desde la Administración Central.</li> <li>– Especial motivación para intervenir con objetivos tratamentales orientados a la prevención.</li> <li>– Equipos multidisciplinares (profesionalidad de los equipos intrapenitenciarios y colaboraciones extrapenitenciarias).</li> <li>– Amplio conocimiento e información valiosa relativa a colectivos e individuos que regresan a la comunidad que puede permitir la continuidad de la intervención en exterior.</li> <li>– Los centros de inserción social, en su mayoría, se encuentran en zonas urbanas o próximas a núcleos poblacionales.</li> <li>– Contacto y coordinación conjunta de los recursos comunitarios (asociaciones vecinales, religiosas, etc.) con los servicios de gestión de penas y medidas alternativas.</li> <li>– Conocimiento de recursos sociales específicos por parte de los centros penitenciario y centros de inserción social.</li> </ul>
	AMENAZAS	OPORTUNIDADES
ORIGEN EXTERNO	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Estigmatización del colectivo.</li> <li>– Población en riesgo de exclusión.</li> <li>– Escasa experiencia en actuaciones de trabajo social penitenciario en la comunidad.</li> <li>– Falta de visibilidad del trabajo social penitenciario.</li> <li>– Desconocimiento de la sociedad de las funciones de la Institución Penitenciaria y en concreto del trabajo social.</li> <li>– Desconfianza en la efectividad del tratamiento.</li> <li>– Escasa sensibilidad e implicación respecto al colectivo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Implicación de otros sectores (tercer sector y entidades que trabajan y colaboran con el tratamiento penitenciario y reinserción social).</li> <li>– Posibilidad de conexión y coordinación de los recursos de los centros penitenciarios con los recursos del exterior (red de salud, servicios sociales generales, red de atención a colectivos específicos, etc.).</li> <li>– La persona penada en un centro penitenciario sigue formando parte de la comunidad a la que, posteriormente, regresará.</li> </ul>



En líneas posteriores (fase de intervención comunitaria en el contexto penitenciario) se analizan y detallan cada una de estas intervenciones.



## Fases de intervención en trabajo social comunitario

El proceso de intervención del trabajo social comunitario requiere de una serie de fases y acciones que señalamos esquemáticamente a continuación:

FASES	ASPECTOS DESTACADOS
<p><b>Fase preliminar</b> Valoración inicial Primeros pasos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– <b>Selección del caso</b> en el que es necesaria una intervención comunitaria.</li> <li>– <b>Diagnóstico profesional:</b> conocimiento de la realidad social y recogida de información para reconocer las necesidades de la comunidad. Es el <b>punto de referencia</b> en la definición de las líneas de acción.</li> <li>– Desarrollo de una intervención que favorezca la movilización y organización de las <b>potencialidades internas de la persona.</b></li> </ul>
<p><b>Ejecución:</b> Fase 1. Identificación de la red Fase 2. Mejora del clima comunitario Fase 3. Estrategias en la red comunitaria</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Diseño de un <b>itinerario de intervención personal</b> que incluya las características y acciones a realizar.</li> <li>– <b>Acompañamiento de las personas implicadas:</b> la persona penada se convierte en protagonista de su propio itinerario comunitario.</li> <li>– <b>Ejecución de la intervención</b> diseñada en diferentes fases.</li> <li>– <b>Implicar a la persona</b> penada en la identificación y colaboración activa en su comunidad.</li> <li>– Impulsar <b>acciones conjuntas y concretas</b> de agentes que participan en la comunidad.</li> </ul>
<p><b>Evaluación</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– <b>Evaluación</b> del proceso desarrollado, documentando las experiencias y actuaciones realizadas.</li> </ul>

Se trazará conjuntamente un itinerario individualizado con la persona buscando su participación e implicación en el proceso comunitario que va a emprender.

Es necesario tener en cuenta que **cada etapa finalizada es un éxito** y tiene su relevancia, por lo que cumplir todas las etapas no es lo realmente importante. Por ello, es conveniente que la persona perciba sus logros como algo personal y comunitario, un aporte conjunto que beneficiará a ambas partes.

### • Sistematización y documentación

Cada profesional elegirá el grado de concreción a realizar en la **sistematización** de la intervención comunitaria que sea útil en una futura evaluación. Una sistematización continua ayudará a ordenar la experiencia de las prácticas que se están realizando. Algunos de los aspectos que consideramos básicos a registrar serán:

- Reuniones.
- Visitas.

- Talleres.
- Actividades realizadas por las personas penadas.
- Acciones de coordinación con recursos externos comunitarios.

Para esta labor de sistematización se pueden utilizar diferentes instrumentos que faciliten el registro de estas actividades realizadas. Se incluye como ejemplo el **Anexo I. Registro de actividades de la intervención comunitaria.**

La **documentación** del proceso es un aspecto de gran importancia, ya que nos servirá de referencia, modelo y buenas prácticas compartidas para futuras intervenciones. El objetivo de la documentación es que “*exista constancia*”, que tenga efecto demostrativo de las experiencias realizadas para que sirvan como ejemplo y aprendizaje tanto a nivel comunitario como en el contexto penitenciario.

En este sentido se recomienda, en la medida de lo posible, completar este proceso con **elementos audiovisuales**: fotografías, vídeos, testimonios grabados de las actividades que se realicen con las personas que participen en esta intervención.

Es adecuado que las personas participantes escriban sobre las experiencias comunitarias y cómo éstas se han desarrollado (también se puede valorar el uso de otros recursos audiovisuales). Este proceso se cerrará con una reflexión sobre la transformación personal y comunitaria, reflejando los logros y cambios conseguidos, las actuaciones y el “sentir” de los y las protagonistas.

Esta documentación y sistematización nos permitirá generar espacios futuros en los que se podrán compartir buenas prácticas con profesionales de diferentes comunidades autónomas y de otras instituciones, facilitando el conocimiento de distintas experiencias.

## • Fase preliminar. Preparación para el trabajo comunitario

### Selección del caso

Lo importante no es iniciar múltiples procesos, es preferible identificar necesidades individuales para seleccionar dónde y con quién actuar. Por ejemplo, se podrá elegir un único caso como experiencia piloto, o bien, realizar una misma actividad en diferentes localizaciones.

Para la integración en la comunidad de las personas penadas es importante diseñar un itinerario personalizado. Sin embargo, ante la dificultad de realizar un tratamiento individualizado con la totalidad de las personas participantes, se valorará aquel caso (o casos) en los que la intervención comunitaria es más necesaria.

Se marcan una serie de indicadores que pueden ser orientativos para esta selección:

- Mayor necesidad de integración.
- Apoyo social deficitario o no válido.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

- Delitos de mayor gravedad.
- Perfil de justicia restaurativa.
- Cercanía geográfica de la comunidad de referencia.
- Características personales que requieran apoyos específicos (problemas de comunicación o relación, etc.).

Existen determinadas realidades penales y delictivas (alarma social, gravedad delictiva, vinculación del delito a la comunidad donde regresa, etc.) que dificultan la aceptación de esta persona por parte de la comunidad. En estos casos, se puede recomendar a la persona penada que valore fijar su residencia en un nuevo entorno, que facilite y permita partir de cero en su proceso de inclusión social.

## Reflexión previa con la persona penada

*En el que caso de haber realizado la intervención sociofamiliar de las personas penadas, el trabajo y documentos realizados en la sesión **Explorando otras redes de apoyo**, servirá de referencia, para continuar en esta fase.*

Se mantiene una entrevista con la persona penada para destacar la importancia que tiene la comunidad en su propia inclusión social y, a su vez, el valor que tiene su implicación y participación en la mejora de su comunidad.

Vivir en comunidad, ya sea en un pueblo, un barrio o una ciudad, trabajar en una oficina o en una fábrica, o bien, convivir con la propia familia, requiere un mínimo grado de implicación. Es necesario examinar y mejorar nuestras actitudes para poder aportar a nuestro entorno lo mejor que tenemos y, con ello, mejorar nuestra calidad de vida y convivir más armónicamente en el lugar donde vivimos, del que formamos parte y donde nos relacionamos.

Reflexionamos sobre la participación que ha tenido la persona con anterioridad en su comunidad:

- *¿Participabas en alguna actividad vecinal de tu zona?*
- *¿Realizabas voluntariado en una ONG o asociación?*
- *¿Realizabas actividades culturales, ecológicas y/o deportivas en tu zona?*

Según las respuestas recibidas se irá conociendo el grado de participación previo y se visualizará que, de manera generalizada, la participación en el entorno en el que vivimos suele ser escasa; sin embargo, son muchos los beneficios que nos puede ofrecer participar en los recursos de nuestra comunidad. Las iniciativas en nuestros barrios y/o municipio nos pueden nutrir de vida, experiencias y oportunidades para crecer y aprender y, a su vez, estamos colaborando en mejorar el lugar donde vivimos.

Para esto, se debe poner más atención y tener una actitud más **proactiva** sobre lo que nos ofrece nuestro entorno, de manera que no perdamos lo mucho que nos puede aportar la comunidad. Hay que transmitir la importancia de activarse y redirigir nuestros esfuerzos para encontrar actividades que puedan conformar una relación nueva con la comunidad a la que se vamos a regresar, favoreciendo así nuestra inclusión.

Reflexionaremos sobre la *diversidad de oportunidades e iniciativas* existentes que pueden contribuir positivamente en nuestra situación personal y, con ello, mejorar nuestro barrio, pueblo, etc. Tenemos un potencial que es un recurso necesario para esta sociedad, es importante activarlo, participando y colaborando más con nuestro entorno y comunidad.

Asimismo, se traslada que es vital tener una visión general de la red de recursos existentes en su entorno, para acceder a aquellos que sean de mayor utilidad para su situación personal. Se le informa que próximamente realizaremos un análisis para conocer su zona de residencia particular y los recursos existentes que supongan un beneficio individual y familiar.

Se pretenden impulsar actividades de participación en el tejido social, ya sea de tipo solidario, deportivo, sociosanitario, cultural, etc., que motiven la actividad física, cultural, hábitos saludables, la reducción del sedentarismo y la inactividad en la comunidad, agravada durante el tiempo de estancia en prisión.

Se definen las diferentes fases por las que puede avanzar y la positiva valoración que tiene participar en cada una de ellas. Se aclaran dudas o inquietudes que pueda tener la persona con respecto al trabajo que va a dar comienzo y se emplaza a iniciar el proceso en la Fase I.

## Diagnóstico profesional

Cada profesional analiza la zona de residencia y comunidad a la que va a regresar la persona penada, recogiendo la información relevante para reconocer las necesidades y potencialidades que posee esa comunidad. Es el punto de partida para establecer las líneas de actuación futuras.

Para ello, se podrán utilizar los medios profesionales que tengamos al alcance, como recursos y fuentes de datos de diferentes organismos. Es de especial utilidad la red de Internet que facilita información amplia y diversa para la búsqueda de información de interés de la zona donde vamos a intervenir (datos de población, nivel de marginalidad, catálogos de recursos, etc.).

### • Fase I. Identificar la red comunitaria

Se desarrolla inicialmente un análisis individual con la persona penada sobre el grado de conocimiento y el tipo de relación que tiene con su entorno comunitario, que pos-



Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

teriormente, se podrá complementar y contrastar de forma conjunta con la familia o personas que ejercen apoyo.

La incorporación al exterior implica asumir que existen una serie de cambios, que se han ido produciendo a nivel personal, pero también en la sociedad y en nuestro entorno sociofamiliar. La intervención será diferente según se pretenda:

1. **Regresar al mismo lugar de residencia previo al ingreso** (preparación para el regreso a su comunidad): será necesario analizar el entorno al que se incorpora teniendo en cuenta los **cambios** producidos en la comunidad durante su ausencia.
2. **Residir en una nueva localidad:** en este caso requiere de **conocimiento y adaptación** a la nueva comunidad.

Para iniciar este trabajo la persona realiza un **mapa de recursos comunitarios** donde identifica los diferentes elementos de su propia red de apoyo comunitario (sociograma) señalando: recursos/servicios, espacios, personas y relaciones.



### Mapeo/sociograma

Esta fase pretende generar un análisis y toma de conciencia sobre el tipo de recursos con los que cuenta la comunidad más cercana. Este estudio no implica un acercamiento real a esos recursos, pero sí va a ofrecer una radiografía y reflexión sobre las posibilidades, potencialidades y dificultades que desprende ese entorno comunitario.

### • *Fase 2. Mejorar el clima comunitario*

Lo comunitario es relacional, por ello, se buscará una colaboración progresiva de la persona penada en su medio comunitario. En este sentido, se identifican las oportunidades de participación en el marco local de la persona penada a nivel educativo, sanitario, asistencial, cultural, religioso, participativo (voluntariado), etc. Respetando sus intereses, preferencias y opiniones, se motiva a seguir avanzando en este trabajo comunitario.

## Identificación y búsqueda de recursos para establecer una colaboración comunitaria

Para esta identificación de los recursos de colaboración comunitaria será necesario el conocimiento profesional individual, la información aportada por la persona penada y la familia y la ayuda que pueden ofrecer los **Servicios de Gestión de Penas y Medidas Alternativas de su provincia**, con un conocimiento amplio de aquellas entidades que requieren de apoyo comunitario. También, será de utilidad contactar con los **Servicios**

**Sociales Municipales** y con las **Entidades del Tercer Sector** que cuenten con actividades comunitarias.

Con esta información se realiza un análisis de los recursos disponibles en su zona y partiendo de éstos se seleccionará una acción de colaboración en su medio comunitario. La elección de esta actividad colaborativa requiere una valoración previa de las competencias, capacidades e intereses de la persona penada, priorizando acciones acordes con sus gustos, perfil y potencialidades.



## Oportunidades de participación

Esta fase pretende generar un análisis y toma de conciencia sobre el tipo de recursos con los que cuenta la comunidad más cercana. Este estudio no implica un acercamiento real a esos recursos, pero sí va a ofrecer una radiografía y reflexión sobre las posibilidades, potencialidades y dificultades que desprende ese entorno comunitario.

## Valoración y aceptación de la red local

Asimismo, habrá que valorar la percepción de acogida y aceptación que tiene la red local o su entorno, para anticiparnos a posibles dificultades o problemas que puedan surgir. Esto permitirá un trabajo más técnico y estratégico en el regreso comunitario.

Es importante realizar una selección de “representantes adecuados”, más que de “representantes establecidos”. Se trata de implicar a personas que son agentes influyentes a nivel participativo (barrio, asociaciones, locales, etc.) y que pueden coincidir o no con personas que ocupan un puesto de responsabilidad. Se pretende contactar con **personas clave** que puedan facilitar la actividad elegida por la persona en la comunidad. Estos agentes movilizados pueden pertenecer a diferentes ámbitos (educativo, sanitario, asistencial, vecinal, etc.). Detallamos algunos ejemplos:

- **Agentes institucionales:** personas con responsabilidad o actividad pública en el entorno con especial participación en la comunidad (ejemplos: párroco, trabajadora social, profesora del colegio, médica, etc.).
- **Agentes informales:** otras personas de referencia en el entorno que tengan una relación continua con la comunidad (ejemplos: panadera, frutero, personas voluntarias, vecino concienciado en la problemática del barrio, farmacéutica, etc.).

Estas personas son líderes de la comunidad que se relacionan con su entorno de forma continua y son referentes para la misma. La selección de estos agentes es clave porque, en numerosas ocasiones, pueden ejercer un **efecto multiplicador** positivo de las actuaciones que se lleven a cabo.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

El contacto y apoyo de estas personas facilitará la participación en diferentes actividades de la persona penada. Por ejemplo, campañas de recogida de alimentos, actividades ambientales para mejorar el entorno de su comunidad (limpieza de playas, ríos, bosques, caminos, barrios, etc.), impartir clases de guitarra, colaborar en la recopilación de la memoria oral, etc.

Se trata, en definitiva, de impulsar acciones que permitan iniciar el acercamiento a su futuro lugar de residencia con una **actitud colaborativa e implicada**, pudiendo así influir positivamente en el clima, la adaptación y la acogida de su entorno comunitario.

## Acompañamiento profesional

Según la valoración que se haga por parte del equipo técnico y profesional que intervenga en el caso, este tipo de acciones pueden ser planificadas de manera que la persona penada las inicie durante el disfrute de permisos de salida, salidas programadas o como actividad prioritaria durante su estancia en medio abierto o periodo de semilibertad, previo a la libertad condicional y/o libertad definitiva.

El **acompañamiento profesional desde el trabajo social** a través de una visita domiciliaria y/o a su entorno, permite recoger en este momento información, facilitando así este proceso comunitario. Este acercamiento a su comunidad se podrá realizar en aquella fase que se valore más necesaria para el éxito de la intervención. Realizar las visitas en este momento nos permitirá contrastar la información con la realidad, para ajustar las actividades a desarrollar por parte de la persona penada.

### • Fase 3. Estrategias en la red comunitaria

En una fase avanzada de la intervención comunitaria la persona penada podrá desarrollar su **itinerario individual**, partiendo de las inquietudes y capacidades ya analizadas. Por tanto, será en esta fase cuando se lleven a cabo las diferentes estrategias comunitarias que faciliten su aportación a la comunidad.

Algunos ejemplos de actuaciones a realizar en diferentes **áreas comunitarias** pueden ser:

- Visita a un recurso municipal (ej. Asociación vecinal, biblioteca municipal, centro cultural, museo, etc.).
- Participación en una actividad de una asociación vecinal (charlas y coloquios, exposiciones, organización de eventos, carreras deportivas, etc.).
- Acudir a un recurso social o una empresa local (ej. visita a Cruz Roja, Banco de Alimentos, empresa de reciclaje, etc.).
- Entrevista con representantes municipales (ej. concejal municipal, responsables de distritos, técnica municipal, etc.).

- Encuentro con un vecino (ej. Kiosquera, panadero, frutera, vecina de referencia, etc.).

La selección de estos elementos se vincula al análisis realizado en la **Fase I (documento 1.1. y 2.1.)**. Será necesario revisar el listado de quiénes sí (y quiénes no) pueden ser las personas con las que contactar para el desarrollo de estos acercamientos a la actividad comunitaria. De esta manera se puede anticipar aquellos problemas que pudieran ocurrir, planteando alternativas a los mismos.

## Preparación de agentes clave

Desde el trabajo social penitenciario se coordinará y preparará a agentes clave para facilitar una acogida, una posterior confluencia de acciones y, además, los contactos con las diferentes áreas de su entorno comunitario.

Será necesario, por tanto, una preparación de la *comunidad* que permita sensibilizar y generar conciencia de cada uno de los casos que derivemos e impliquemos en acciones comunitarias. Para ello, se planificarán actividades que faciliten una mayor implicación y concienciación de los actores clave en este proceso de reinserción. Algunos ejemplos de estas posibles acciones:

- **Píldoras formativas y de preparación específicas sobre el contexto penitenciario** (ej. sesiones formativas, de sensibilización o concienciación al personal técnico de diferentes instituciones).
- **Traslado de experiencias o ejemplos** realizados previamente (principalmente positivos y con impacto constructivo en la comunidad).

Será fundamental el contacto directo y personal con la comunidad, aunque se pueden utilizar las herramientas tecnológicas disponibles, sin obviar la importancia de las relaciones sociales en el establecimiento de un clima de confianza y colaboración.

## Estrategias con la comunidad

Se ahondará en estrategias que permitan mostrar las potencialidades de las personas penadas, **lo que sabe y puede hacer**, tratando de evitar que se le identifique simplemente por su paso por un centro penitenciario. En este caso, un posible ejemplo podría ser impulsar su participación en un instituto de secundaria para impartir una charla, exponiendo sus conocimientos de agricultura, tecnología, papiroflexia o cualquier otra afición en la que tenga especial habilidad.

Este tipo de acciones permitirán que la persona participe en espacios comunitarios dando valor a las capacidades personales y evitando así la estigmatización que puede generar identificarse como persona que ha cumplido o está cumpliendo una condena.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

Es importante motivar a la persona penada para que realice actividades comunitarias, poniendo el acento en sus logros, cualidades y potencialidades al margen del cumplimiento de condena.



### Actividades comunitarias

Una vez iniciadas las actividades comunitarias, se realizará un seguimiento del desarrollo de éstas, estableciendo los ajustes que se consideren necesarios.

#### • Fase evaluación

En este proceso de evaluación se pretende que la persona no sólo sea objeto de intervención, sino también sujeto activo, participante y protagonista.

A partir de la recogida sistemática de información detallada al principio de esta Intervención Comunitaria (*Sistematización y Documentación*), podremos ampliar el conocimiento sobre las necesidades reales existentes en todo el proceso de intervención.

La evaluación nos ayuda a identificar los aspectos positivos y negativos de la intervención, contribuyendo a modificar las actividades que se están llevando a cabo, favorecer el cumplimiento de los objetivos y establecer criterios que permitan mejorar la práctica futura.

La evaluación del proceso diseñado va a facilitar el ajuste de las posibles problemáticas, la resolución de los conflictos que puedan surgir y el crecimiento personal de las personas implicadas. No se persigue el control o examen de la intervención comunitaria, sino que es un mecanismo para corregir posibles errores e impulsar la retroalimentación y efectividad de las actividades diseñadas.

Se realizará un proceso reflexivo profesional con las personas implicadas en la intervención comunitaria planteando, por ejemplo, las siguientes cuestiones: *¿qué funcionó bien y qué no? ¿Cuáles fueron los factores clave de éxito y de fracaso? ¿Qué mejoras podemos realizar para futuras intervenciones?*, etc. Ésta será una reflexión analítica para valorar la experiencia comunitaria y generar buenas prácticas, que permitan un posterior intercambio entre profesionales y que sirvan de guía para futuros casos.

Se puede diseñar una evaluación para conocer la valoración conjunta del trabajo realizado. Para ello, se propone una entrevista o diálogo final donde se reflexione sobre el itinerario realizado. En la evaluación se podrá utilizar diferentes técnicas cuantitativas o cualitativas como:

- Un formulario de evaluación telemático donde queden registradas las anotaciones de la evaluación.

- Recogida de datos por parte del o la profesional a través de una entrevista.
- Una narrativa de la persona implicada, invitando a que plasme su experiencia utilizando distintos formatos (escritura, testimonio, video, etc.).

Un ejemplo de formulario de evaluación:

<https://docs.google.com/forms/d/1q7Un-Drunuz4-ufcqp3tP44eS465InwPQGBy-5crpac/edit>

Entenderemos la evaluación como un proceso de crecimiento, con la finalidad de aunar la valoración de todas las experiencias realizadas y, para ello, será de utilidad establecer **espacios de coordinación** con profesionales del medio penitenciario que se encuentren realizando este trabajo comunitario. Al compartir experiencias, resultados, procedimientos metodológicos, iniciativas, etc., generamos buenas prácticas, posibilitamos mejoras en la intervención y la hacemos más efectiva y participativa.

## FICHA MAPEO/SOCIOGRAMA



### Mapeo/Sociograma

**Objetivo:** conocer y analizar el mapa de recursos de la comunidad donde se va a incorporar la persona penada.

**Guía para la actividad:**

Se realizará un mapa individualizado para que la persona identifique "su" red de apoyo comunitario (sociograma) donde consten: recursos/servicios, espacios, personas y relaciones. En un folio se dibujarán los siguientes elementos:

- **Lugares** de referencia en su vida: parque, iglesia, plaza, etc.
- **Recursos o servicios** que sirven de apoyo en su comunidad: centro de salud, centros educativos, Cruz Roja, Servicios Sociales, supermercado, gasolinera, etc.
- **Personas** con las que se relacionaba en esos lugares o recursos. Cómo eran las **relaciones** (relaciones más importantes, nombres de esas personas y tipos de relación).

Posteriormente, se analiza si alguno de estos elementos está **relacionado con sus comportamientos desajustados** (lugares, recursos o personas).

Asimismo, se reflexiona sobre **cómo le gustaría** que fueran las **relaciones** con esas personas y cómo le gustaría relacionarse con su comunidad en su futura libertad.

Para este trabajo se facilita a la persona el **documento I.I.** donde registrar los diferentes elementos de análisis descritos. Una vez reflejados los diferentes espacios, recursos y personas, iremos analizando las relaciones que se han dado en el pasado y cómo desearía que éstas fuesen en el futuro.

En el caso de querer profundizar en este asunto, se puede completar este ejercicio analizándolo en la línea del tiempo: pasado (cómo era nuestra vida en ese entorno), presente y futuro. Esto puede ser expresado verbalmente y/o reflejado en el dibujo.

## FICHA MAPEO/SOCIOGRAMA

**Duración:** registrar la realidad comunitaria es una tarea compleja, por lo que para este trabajo puede ser necesario planificar una o varias sesiones. La información la facilitará la persona penada, quién la podrá complementar con las aportaciones de sus familiares, vía telefónica, en las comunicaciones por vis a vis, etc., para posteriormente, analizarla conjuntamente con el/la profesional.

**Conclusiones:**

- Se pretende conocer el punto de partida y una visión general de los recursos, personas y lugares que conforman su red comunitaria.

**Recursos necesarios:**

- **Documento I.I.** Mi mapa comunitario



## MI MAPA COMUNITARIO

EJEMPLOS	
<b>Recursos:</b> Asociaciones, ONG, servicios públicos, organizaciones, etc.	<b>Servicios:</b> Supermercado, tiendas, gasolinera, etc.
<b>Espacios o lugares:</b> plaza, parques, zonas de tu localidad, etc.	<b>Personas</b> referentes para ti en cada uno de esos lugares o recursos.

Lugar: \_\_\_\_\_

Dibuja mi mapa comunitario (pueblo, barrio, etc.), registrando los recursos, personas y espacios que son importantes en mi comunidad.

## FICHA MAPEO/SOCIOGRAMA



### Oportunidades de participación

**Objetivo:** conocer y analizar las competencias, capacidades e intereses de la persona penada que puedan facilitar una mejor inserción en la vida en comunidad en función de su perfil y potencialidades particulares.

**Guía para la actividad:**

Se analizan las cualidades, intereses y habilidades de la persona penada como aspectos positivos que puede aportar en su comunidad, detallando las posibles actividades colaborativas (educativas, sociales, ambientales, etc.) que pueda desarrollar. Para este trabajo se utiliza el **documento 2.1. Qué puedo aportar.**

**Duración:** 30 minutos.

**Conclusiones:**

- Conocer, en función de las potencialidades y habilidades personales, aquellas actividades y áreas concretas (educativas, deportivas, ecológicas, etc.) que la persona pueda desarrollar con mayor éxito.

**Recursos necesarios:**

- **Documento 2.1.** Qué puedo aportar

2.1

EJEMPLOS DE FACTORES DE RIESGO	
<b>CUALIDADES PERSONALES</b> (cómo soy)	
<b>INTERESES</b> (qué me gusta)	
<b>HABILIDADES</b> (qué se hacer bien)	
POSIBLES ACTIVIDADES COLABORATIVAS	
<b>EDUCATIVAS</b>	
<b>SOCIALES</b>	
<b>AMBIENTALES</b>	
<b>OTRAS (Religiosas, deportivas, culturales, etc.)</b>	

## FICHA ACTIVIDADES COMUNITARIAS



### Actividades comunitarias

**Objetivo:** diseñar y plantear estrategias de intervención comunitaria en base a las cualidades, intereses y habilidades de la persona penada.

**Guía para la actividad:**

Se identifican las alternativas existentes, diseñando las estrategias de intervención comunitaria más adecuadas para cada persona penada. Se describen las actuaciones a realizar en el **documento 3.1. Actividad en mi comunidad.**

Se podrá realizar más de una actividad comunitaria utilizando tantos documentos 3.1 como sean necesarios.

Este documento se rellena conjuntamente (persona penada-profesional).

En el apartado de compromisos se quieren remarcar aquellos aspectos que la persona penada asume (ej. Puntualidad, respeto, continuidad, etc.).

**Duración:** 30 minutos.

**Conclusiones:**

- Registrar y planificar conjuntamente las actividades comunitarias a desarrollar y comprometerse con el entorno al que pertenece.

**Recursos necesarios:**

- **Documento 3.1.** Actividad en mi comunidad

3.1

**ACTIVIDAD:** \_\_\_\_\_

<p><b>DATOS ORGANIZATIVOS</b></p>	<p>Nombre entidad/institución: _____</p> <p>Datos contacto: _____</p> <p>Persona de referencia: _____</p> <p>Otros datos de interés: _____</p>
<p><b>DESCRIPCIÓN</b></p>	
<p><b>OBJETIVO</b></p>	
<p><b>TEMPORALIZACIÓN</b></p>	<p>Días de participación:</p> <p>Horario:</p> <p>Fecha de inicio:    /    /</p> <p>Fecha de finalización    /    /</p>
<p><b>COMPROMISOS</b></p>	
<p><b>PREVENCIÓN DE DIFICULTADES</b></p>	

## ANEXO I. REGISTRO DE ACTIVIDADES EN LA INTERVENCIÓN COMUNITARIA

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	MATERIAL DOCUMENTAL (Si existe, qué tipo)	VALORACIÓN DE LA ACTIVIDAD (Dificultades, utilidad, aceptación, etc.)





# SEGUIMIENTO DE LA INTERVENCIÓN







# Seguimiento de la intervención



## • Seguimiento de la intervención

*A continuación se diseñan pautas orientativas para facilitar el seguimiento profesional del programa Alianzas.*

Una vez realizadas las diferentes intervenciones del *Programa Alianzas* es el momento de llevar a la práctica los contenidos desarrollados. Para ello, se plantean una serie de orientaciones profesionales que permitan realizar un seguimiento de los objetivos alcanzados, los compromisos adquiridos, el mantenimiento del apoyo de la red sociofamiliar y la implicación en el entorno comunitario.

El seguimiento está dirigido a los casos en los que se haya realizado la *Intervención Sociofamiliar* con la persona penada y, a su vez, con su persona de apoyo. Cuando no se pueda realizar el seguimiento con la totalidad de las personas participantes, se priorizarán aquellos casos que a criterio profesional presenten mayores dificultades.

La periodicidad del seguimiento se adaptará a las necesidades de cada caso, sin embargo, con carácter general se podrá realizar de la siguiente forma:

- **Seguimiento personal y/o telefónico/telemático:** durante los 18 meses posteriores a la finalización del programa.
- **Seguimiento puntual:** en aquellos momentos en los que la situación requiera adaptación y/o revisión de los compromisos adquiridos y/o conductas en este periodo de cambios sociofamiliares.

Realizar **visitas domiciliarias** y/o de acompañamiento a recursos externos nos ofrecerá más información y, a la vez permitirá una intervención en su propio medio que ayude al logro de los objetivos propuestos ya sea a nivel familiar, laboral, comunitario o de otro tipo.

Se detallan a continuación los diferentes seguimientos que se plantean en este programa y los documentos que se pueden utilizar para la recogida de la información generada:



## I. Seguimiento personal

Realizar un seguimiento periódico durante los primeros 18 meses nos permitirá evaluar los ítems planteados (objetivos alcanzados, compromisos adquiridos, dificultades encontradas, mantenimiento del apoyo sociofamiliar, implicación en el entorno comunitario, etc.), para detectar si es necesario reajustar procesos o plantear intervenciones puntuales que ayuden a mantener los compromisos, herramientas y habilidades adquiridas a lo largo del programa.

Teniendo en cuenta que este seguimiento es inmediato a la finalización del programa, se propone su realización de manera personal con la persona penada y la persona de apoyo, con el fin de mantener la presencia y el vínculo profesional con el trabajador o trabajadora social.

Podría elaborarse un **calendario de seguimiento** en la última sesión conjunta, para que se comprometan las partes interesadas. (Ejemplo: acordar la temporalización entre las tres partes, un seguimiento: el primer lunes de cada trimestre del año, a las 10:00 de la mañana).

El seguimiento se realizará, preferiblemente, mediante entrevista personal de las tres partes implicadas. También se ofrecerá la posibilidad de que, fuera de las fechas y contactos marcados en los seguimientos establecidos, una de las partes (persona penada o persona de apoyo) pueda solicitar un contacto profesional (entrevista personal o telefónica), para atender un problema o situación concreta relacionada con el objetivo prioritario del programa (ejemplos: informar de una recaída/hecho, resolver una duda, etc.). Una vez valorada la situación se decidirá cómo abordarla y si es necesaria la participación profesional de otras disciplinas, ya sean de la Institución penitenciaria o del ámbito comunitario.

El **documento I.1. Seguimiento Programa Alianzas** permite recoger información del seguimiento realizado (fechas, asistentes, objetivos, etc.).

## 2. Seguimiento telemático

Se priorizarán las entrevistas personales, especialmente, en los primeros meses, sin embargo, se plantea la posibilidad de realizar seguimientos telefónicos y/o por videoconferencia en base a las necesidades y evolución de cada caso, valorando los mismos ítems que en el apartado anterior.

En el último periodo de seguimiento se recomienda realizar el acompañamiento y seguimiento de forma más espaciada, priorizando la modalidad telemática.

Para este seguimiento se puede reutilizar el **documento I.I. Seguimiento Programa Alianzas**.

### 3. Seguimiento en el contexto sociofamiliar

Uno de los instrumentos más importantes de la disciplina de trabajo social para obtener, verificar o ampliar información del entorno personal, familiar y/o comunitario es la visita domiciliaria. En este sentido, esta herramienta puede favorecer la observación de la situación de la persona penada en su entorno habitual (en el domicilio de referencia).

Es fundamental atender a la metodología propia de la visita domiciliaria. Incluimos una serie de indicaciones de esta técnica:

#### – Planificar la visita:

- Revisar la información previa del caso.
- Comprobar la ubicación del domicilio en base a la dirección aportada.
- Establecer el día y hora de la entrevista.
- Organizar el material y/o documentos necesarios.

#### – Llegada al domicilio:

- Saludar a nuestra llegada.
- Solicitar permiso para la entrada al domicilio.
- Presentación del o la profesional.
- Recordar el objetivo de la visita.

#### – Contenido de la entrevista:

- Preguntar cómo se encuentran y qué tal la adaptación a la nueva situación.
- Se podrán atender problemáticas concretas que nos planteen o que hayan surgido, clarificando posibles adaptaciones al entorno sociofamiliar.
- Observar a los diferentes miembros de la familia y la interacción familiar.
- Durante la entrevista, en el caso que no haya surgido de forma espontánea, se podrá solicitar que nos acompañen y muestren el resto del hogar.
- El Programa Alianzas recoge la importancia de cada una de las personas que componen la unidad familiar y el papel que ejercen en el grupo. Valoramos que este aspecto se refuerce en el entorno más próximo como lo es el hogar familiar.
- Despedida y agradecimiento por la confianza depositada.
- Planificación de próximos seguimientos.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

– **Premisas a tener en cuenta:**

- Mantener una actitud prosocial, educada y cordial durante la visita.
- Mostrar interés y confianza para que no sientan la visita como una amenaza.
- No prejuizar ni realizar interpretaciones precipitadas.

Una vez finalizada la entrevista, se recogerá la información más relevante en el **documento 1.2. Seguimiento en el contexto sociofamiliar** para facilitar su análisis y/o valoración del seguimiento del caso.



Nombre persona penada: \_\_\_\_\_ Teléfono: \_\_\_\_\_ Correo electrónico: \_\_\_\_\_  
 Nombre persona de apoyo: \_\_\_\_\_ Teléfono: \_\_\_\_\_ Correo electrónico: \_\_\_\_\_

Fecha y tipo de seguimiento (presencial/ telemático)	Temas tratados (dudas, conflictos, cambios, etc.)	Valoración apoyo sociofamiliar	Valoración adaptación comunitaria

**SEGUIMIENTO PROGRAMA ALIANZAS**

**Seguimiento de la Intervención**

1.2

Nombre persona penada: \_\_\_\_\_

Nombre persona de apoyo: \_\_\_\_\_

Domicilio de referencia: \_\_\_\_\_

Teléfono de contacto: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

<b>Entorno (pueblo, ciudad, barrio, etc.)</b>	
<b>Finalidad</b>	
<b>Datos de la vivienda (características, distribución, estado, etc.)</b>	
<b>Relaciones sociofamiliares</b>	
<b>Adaptación al entorno</b>	
<b>Valoración global y observaciones</b>	

The background of the entire page is an abstract painting featuring numerous stylized human figures. Each figure is composed of a solid-colored body and a dark, featureless head. The colors used for the bodies include yellow, red, green, blue, orange, and purple. The figures are scattered across the canvas, some appearing more prominent than others. In the lower half of the image, there is a large graphic element consisting of several interlocking puzzle pieces. The top-left piece is maroon, the top-right is teal, and the bottom-right is orange. A circular cutout in the center of these pieces reveals a portion of the abstract painting from the background.

# ADAPTACIÓN TELEMÁTICA TALLER VÍNCULOS





## Orientaciones para la adaptación telemática del Taller Vínculos: Herramientas básicas para las personas de apoyo

A continuación, se desarrollan una serie de recomendaciones para la impartición del **Taller Vínculos: Herramientas básicas para familias y personas de apoyo** en modalidad telemática, en base a las propuestas e indicaciones recogidas en la *Guía de reanudación de talleres y programas en medidas comunitarias* desarrollada por la Subdirección General de Medio Abierto y Penas y Medidas Alternativas.

Si bien las actividades están diseñadas para realizarse de forma presencial, se considera necesario adaptar el taller de forma telemática para facilitar la participación de aquellas familias o personas de apoyo que tengan dificultades para asistir presencialmente.

Para esta modalidad telemática se priorizarán los contenidos encaminados a los objetivos principales del taller: ayudar en la reincorporación al entorno familiar y social, y apoyar a las familias o personas de referencia para que sean partícipes en el proceso de intervención.

## Requisitos de las personas participantes en versión telemática

Esta versión estará dirigida a participantes que dispongan de **dispositivos electrónicos** (móvil u ordenador con cámara e internet, correo electrónico, etc.) y a su vez, posean **habilidades tecnológicas** básicas que permitan el manejo de estos recursos electrónicos. Para el resto de los casos, se valorarán individualmente las situaciones particulares y se plantearán actividades mixtas o presenciales.

Para la elección del taller de forma telemática, se recabará diferente información sobre los recursos disponibles, habilidades y destrezas tecnológicas para posteriormente hacer una valoración de la realización en esta modalidad.

Las familias y/o personas de apoyo que acepten la participación en esta modalidad, deberán firmar el **Consentimiento informado** (anexo). En este contrato se comprometen a una normativa básica y confirman que disponen de los medios necesarios para recibir el taller telemático.

## Herramientas necesarias

Para la realización de este taller en modalidad telemática será necesario que las personas participantes dispongan de algunos de los siguientes dispositivos electrónicos:

### ✓ Teléfono móvil propio

- Permitirá la realización de llamadas informativas, seguimiento de las sesiones por videoconferencia y recepción de material del taller.

### ✓ Móvil, ordenador, Tablet o portátil con cámara

- Permitirá el manejo más eficaz de las videoconferencias.

### ✓ Conexión a internet - wifi

- Permitirá que las personas participantes tengan mayor facilidad en el desarrollo de las sesiones, evitando posibles cortes en la conexión.

### ✓ Correo electrónico

- Será necesario un correo electrónico personal.
- Se utilizará para el envío de las instrucciones y material de las diferentes sesiones.

### ✓ Plataforma videoconferencia

Se utilizará una plataforma de videoconferencia que permita desarrollar los contenidos de cada sesión del taller.

La plataforma a elegir debe cumplir una serie de requisitos:

- Permitir solo la conexión de las personas que han sido invitadas.
- Estar cifrada.
- Contar con un código de acceso para limitar el mismo.
- Permitir conocer la identidad de cada participante.
- Permitir ciertas actuaciones tales como: salir de la sesión, apagar audio o video o comprobar si se está grabando.

## Metodología

Se utilizarán diferentes métodos de comunicación telemática adecuándolos a cada sesión, a las competencias digitales del grupo y la situación particular de las personas participantes. La duración de las sesiones se adaptará a una hora y media.

El taller se mantendrá en su estructura original de 7 sesiones, siendo una de ellas opcional. Se trabajará en cada una de ellas de forma telemática por videoconferencia y se podrá enviar material para que lo visualicen en su tiempo libre.

Los contenidos de cada herramienta se transmitirán desde diferentes vías de comunicación:

- Una **videoconferencia semanal** de una duración aproximada de una hora y media.
- Envío por correo electrónico de recursos audiovisuales dinámicos o páginas de internet: vídeos, imágenes, películas, canciones, etc. relacionados con los temas que se van a tratar.

### Videoconferencia:

A continuación, se recogen diferentes estrategias para llevar a cabo esta modalidad:

- Se tendrán en cuenta las diferentes **estrategias de comunicación** necesarias para mantener la atención en un espacio de aprendizaje virtual (**anexo Adaptación telemática**).
- Se deberá incluir una **contraseña en las videoconferencias** que será facilitada vía correo electrónico o mensaje de texto.
- Se centrará en la exposición de los contenidos para que la sesión sea lo más **dinámica** posible.
- En función de la plataforma, se podrán **silenciar los micrófonos** de las personas participantes. En ocasiones se producen interferencias, algo que se soluciona cuando todas las personas participantes, salvo el que tiene el turno de palabra, silencian los micros. Esto puede resultar útil durante la visualización de vídeos.
- Siempre que las capacidades técnicas de las personas y la plataforma lo permitan, cada participante **solicitará la palabra antes de hablar**, especialmente cuando se genere algún debate. Será cada profesional quien organizará el turno de palabra.
- En diferentes plataformas de videoconferencias, puede ocurrir que sea complicado **visualizar un video en grupo** a través de la opción "compartir pantalla". Si esto ocurriese, aconsejamos:

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.

Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

- ◆ Facilitar el enlace del video (ya sea a través del chat, envío por email, mensajería instantánea, etc.) con la indicación de visualizarlo individualmente durante el tiempo que dure el mismo, silenciando micrófono y, posteriormente, compartir las impresiones o continuar la sesión según esté diseñada.
- ◆ Hacer una breve explicación del video e indicarlo como actividad entre sesiones.
- Si se tiene problemas con el micro, se puede **participar escribiendo en el chat** de la plataforma, siempre que ésta permita esa opción.

## Correos electrónicos:

- Será preferible la utilización de un correo genérico corporativo del servicio, en caso de no ser posible, crearemos una cuenta de correo exclusivamente para la práctica de los talleres on-line. Ponemos como ejemplo: tallervinculoscptenerife@gmail.com
- Los correos se enviarán en copia oculta (CCO) para cumplir con la ley de protección de datos y, de este modo, que el resto de participantes no tenga acceso a los demás correos electrónicos.

## Recomendaciones generales

### Previo al inicio del taller

- **Estrategias de comunicación:** tener en cuenta la exposición de los contenidos teóricos y prácticos en base a las estrategias de comunicación específicas para una comunicación telemática. (**anexo - Estrategias de comunicación**).
- **Datos básicos de las personas participantes:** se anexa un documento (**anexo - Recursos Taller telemático**), para facilitar el registro de los datos básicos de las personas participantes, (disponibilidad horaria, dispositivos electrónicos que poseen, teléfono, etc.) que permita coordinar y desarrollar las comunicaciones con las personas participantes de forma más práctica a lo largo de todo el taller.
- **Prueba inicial:** se recomienda hacer una **prueba** para explicar la metodología de las videoconferencias y aclarar dudas tecnológicas y del funcionamiento del taller. Por lo tanto, es necesario que al **inicio de la primera sesión o en una sesión previa** (duración aproximada 5-10 minutos), se realice un ensayo para practicar y comprobar que pueden acceder a la plataforma y familiarizarse con su manejo. Se pueden realizar pruebas para compartir la pantalla y para crear subgrupos, útiles para la realización de las dinámicas.

- **Instrucciones básicas y bienvenida:** antes del inicio del taller enviaremos un correo de bienvenida con las indicaciones básicas para participar en el taller. Se podrá enviar un resumen sobre las consideraciones técnicas a tener en cuenta en la videoconferencia (**anexo - Consideraciones técnicas videoconferencia**).

Ejemplo de texto de bienvenida e instrucciones básicas:

*“Estimado/a participante del Taller Vínculos,*

*Con este correo queremos darte la bienvenida al **Taller Vínculos: Herramientas básicas para familias y personas de apoyo**. Asimismo deseamos informarte de las cuestiones básicas para tu participación.*

*Confirmamos que, previo al inicio del taller, vamos a realizar una prueba con la aplicación que se ha seleccionado para hacer las videoconferencias: **GOOGLE MEET**. En el caso de no disponer de esta aplicación en tu dispositivo, será necesario que la descargues previamente.*

*La videoconferencia de prueba será el día X de X a las 10:00 de la mañana/tarde y tendrá una duración aproximada entre 5-10 minutos. Podrás acceder a la videoconferencia a través de un enlace que enviaremos por correo electrónico ese mismo día, habrá que clicar el enlace que pone **UNIRSE**. Es importante que estés en un lugar sin ruidos, la cámara esté activada y el micrófono en silencio al entrar.*

*Posteriormente a la prueba, el taller dará comienzo el día **X de X de 202X**, los lunes en horario de **9:30-11:30**. Tendremos una sesión de videoconferencia de una hora y media aproximadamente.*

*Este taller será un espacio de aprendizaje y de encuentro on-line donde conoceremos habilidades y herramientas que nos pueden ser de utilidad para nuestra labor de apoyo. Se han programado 7 sesiones que iremos trabajando semanalmente.*

*Anexamos un documento con las consideraciones a tener en cuenta en el taller y las normas del mismo. Es importante que lo leas antes del inicio del taller.*

*Conscientes de las posibles dificultades queremos mostrar nuestro apoyo y ayuda para cualquier cuestión. Se facilita un correo electrónico para resolver posibles dudas: **xxxx@gmail.com***

*Un saludo”*

## Inicio del taller

- **Presentación del tema semanal:** al principio de cada sesión se podrá mandar un correo de la temática que trabajaremos en la misma, el contenido se podrá extraer de las introducciones de cada sesión. Un ejemplo del texto:

*“Buenos días/tardes;*

*Empezamos la primera sesión, que tiene como título: **Conociéndonos**, donde se presentará el taller y a las personas que participamos en él, posteriormente, ahondaremos en la importancia y el valor que tiene la red de apoyo familiar y social en la reinserción de las personas penadas.*

*El objetivo será crear un espacio de apoyo y aprendizaje que sirva para vuestra gran labor de acompañamiento en la reinserción.*

*Para desarrollar la sesión tendremos una videoconferencia el día: **X / X / XX a las (hora): xx:xx-xx:xx** a través de la aplicación XXX el enlace de la misma se enviará por correo electrónico unos minutos antes de la sesión.*

*Muchas gracias por tu atención.*

*Un saludo.”*

- **Conexión:** al inicio de la sesión cada profesional debe conectarse en primer lugar y será quien abandone la sesión en último lugar, cuando todas las persona se hayan marchado.

Se recomienda que las personas participantes estén conectadas unos minutos antes de comenzar la sesión, especialmente durante las primeras sesiones, para poder resolver dudas técnicas de la plataforma de videoconferencia u otro tipo de dudas.

- **Identificación de las personas asistentes:** al iniciar la sesión se identificará a cada participante.
- **Dinámicas del taller:** las dinámicas se podrán realizar contando con la participación simultánea de todos los miembros.
- **Debates y preguntas abiertas:** para la dinamización de los contenidos teóricos se recomienda partir de los conocimientos del grupo y realizar preguntas de forma aleatoria para mantener una participación y atención constante. A lo largo del contenido teórico se reflejan diferentes preguntas que se pueden realizar.

- **Las normas básicas a recordar** para el buen desarrollo de la sesión vienen recogidas en el consentimiento informado que han firmado previamente. En las primeras sesiones es importante recordarlas, incidiendo especialmente en:
  - ◆ Si no se está participando/hablando, el micrófono debe estar cerrado para disminuir los ruidos.
  - ◆ No interrumpir a la persona que está hablando.
  - ◆ Solicitar el turno de palabra a través del botón indicado o, a falta de este, a través del chat.
  - ◆ Prohibición expresa de grabar las sesiones, concurriendo en una infracción penal si lo realizan.

## Finalización del taller

- Al finalizar el taller, se evaluará la satisfacción de las personas participantes, para ello se dispone del formulario de satisfacción para enviarlo de forma on-line y anónima.
- Enlace del formulario de evaluación: [https://docs.google.com/forms/d/1JsGAKhUDyXQr90By6Sp\\_2IYfE4LP-ilxlvbGkFORimc/edit?usp=forms\\_home&ths=true](https://docs.google.com/forms/d/1JsGAKhUDyXQr90By6Sp_2IYfE4LP-ilxlvbGkFORimc/edit?usp=forms_home&ths=true)

## Adaptación telemática de las dinámicas del taller

Según las habilidades tecnológicas del grupo se plantean indicaciones en la realización de las dinámicas de manera que no retrasen el normal funcionamiento del taller:

### Grupo con escasas habilidades tecnológicas:

- Se priorizarán las dinámicas que puedan realizarse de **forma verbal** durante la videoconferencia y que generen debate sobre los temas a tratar. De este modo, las dinámicas se podrán realizar contando con la participación simultánea, de todos los miembros facilitando los debates y el seguimiento de la sesión.
- Los **vídeos** podrán ser expuestos en la videoconferencia o serán enviados de forma individual, para que puedan visualizarlos a su ritmo y, así, no tengan dificultades a la hora de salirse de la plataforma de videoconferencia, visualización del vídeo en grupo, etc.
- Las dinámicas que impliquen escribir de forma individual o en grupo, se priorizará su desarrollo con el grupo y/o a nivel verbal, para no retrasar el avance de los contenidos, teniendo en cuenta, las dificultades tecnológicas que pueden generar este tipo de dinámicas por videoconferencia.



Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

### Grupo con habilidades tecnológicas:

- Los **vídeos** se podrán compartir en pantalla o mandar por el chat para que lo visualicen de forma personal.
- Para cada una de las actividades se podrá crear un documento individual, que permita anexarlo por correo electrónico. Asimismo, se recomienda la realización de actividades a través de **formularios** que se pueden crear con diferentes aplicaciones. Las ventajas que ofrecen los formularios son:
  - ◆ Se centraliza la recepción de las actividades, en lugar de recibir un correo por cada participante que las completa.
  - ◆ Permite la posibilidad de anonimizar las respuestas ante determinados contenidos íntimos, que puedan producir rechazo o inhibición al compartirlos en grupos.
  - ◆ Facilita la corrección y genera un análisis de los resultados de forma automática.
  - ◆ Puntualiza qué participantes faltan por presentar las actividades y permite establecer un límite de tiempo.

A continuación, se detallan orientaciones para la adaptación telemática de cada una de las dinámicas de las diferentes sesiones del taller, pero cada profesional debe valorar el formato más acorde con el grupo al que se dirige.



## Adaptación telemática dinámicas

### Sesión I. Conociéndonos

#### Dinámica 1. Tejiendo redes

No se podrá adaptar esta dinámica de forma telemática, por lo que se plantea la modificación a una actividad de presentación que se pueda desarrollar por videoconferencia.

Cada participante deberá decir su nombre, alguna característica personal (edad, lugar de residencia, trabajo, etc.) y, añadiendo un animal o color que empiece por la primera letra de la persona que acaba de presentarse. El/la profesional marcará el ritmo y los turnos de palabra.

#### Dinámica 2. Carta para mi

Se pide a cada participante que coja un bolígrafo y un papel en blanco y escriba una carta imaginando que es el último día del grupo, contando a otra persona cercana lo que le ha pasado durante esta experiencia. Se persigue que piensen en cómo sería su grupo ideal y las cosas que les gustaría conseguir. Posteriormente, se podrá compartir con el resto del grupo las expectativas que tienen respecto a la participación de este taller.

#### Dinámica 3. La caja de las expectativas y temores

Se mantiene la dinámica como está estructurada, solamente, se adapta el turno de palabra para realizar una exposición de las preguntas a realizar en formato telemático.

#### Dinámica 4. Rueda de expectativas

Se les pregunta de forma aleatoria y verbal las cuestiones del **documento 4.1.**, se crea un espacio de reflexión común respecto a las expectativas generales del grupo.

#### Dinámica 5. Creamos nuestras normas

Se sugieren preguntas al grupo para que vayan aportando respuestas, por ejemplo: *¿qué normas creéis que debe tener el grupo? Según vayan contestando se puede preguntar: ¿qué pensáis sobre esta?, ¿qué se persigue?, ¿en qué va a consistir? Una vez se tenga el listado que se ha consensuado, se puede compartir en la pantalla y se pregunta ¿qué os parecen?, ¿se os ocurre alguna más?*

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

## **Dinámica 6 y 7. El carpintero y las herramientas y ¿Tú lo cambiarías?**

Se comparten los vídeos de las dinámicas: *El carpintero y las herramientas* y *Experimento social Yo cambio mi regalo* y se genera una reflexión conjunta sobre qué les han parecido y qué importancia tiene en la creación de este grupo.

Enlaces de los videos: <https://www.youtube.com/watch?v=BmueohdhxDk>



## Adaptación telemática dinámicas

### Sesión 2. Aprendiendo estrategias

#### Dinámica 1. Trabajamos en equipo

Se explican al grupo las situaciones del **documento 1.1.** y se pregunta de manera aleatoria si se lo comentarían al equipo técnico. No se interviene inicialmente ni se analizan las respuestas que van explicando. Cuando han participado la mayoría de las personas asistentes, se hace una reflexión sobre cuáles son los miedos y beneficios que se tienen respecto a trabajar en equipo y con confianza. Se podrá también valorar proyectar el vídeo del trabajo en equipo.

#### Dinámica 2. Factores de riesgo y de protección

Se proyecta el **documento 2.1.** y se dejan unos minutos para que puedan leerlo, o bien, el/la profesional lo lee en voz alta. Posteriormente, se genera un debate en el que se pueda dar valor a cada uno de los contextos influyentes, haciendo mayor hincapié en las variables existentes en el entorno familiar.

#### Dinámica 3. Comunicación asertiva

Se realiza la exposición teórica sobre el tema y, a continuación, se solicitan personas voluntarias para que detecten las cuestiones del **documento 3.1.** Posteriormente, vamos progresivamente analizando las diferentes situaciones prácticas reflejadas en el **documento 3.2.** Se pedirán personas voluntarias para que respondan a las diferentes cuestiones que se plantean y trabajar así la asertividad, dejando unos minutos para cada una de las situaciones.



## Adaptación telemática dinámicas Sesión 3. Afrontando los cambios

### Dinámica 1. Problemas comunes

Se comentan de forma voluntaria las situaciones y/o dificultades vividas por el encarcelamiento. Dibujamos un árbol en una pizarra on-line o se proyecta una imagen de un árbol en la pantalla;

- El tronco se identifica con el proceso de internamiento.
- Las raíces con las causas (las cuales no trabajaremos en esta sesión).
- Y las hojas con las vivencias, sentimientos y problemáticas vividas por el entorno familiar (objetivo de trabajo de la dinámica).

En el caso de no contar con una aplicación de videoconferencia que posea una pizarra, se generará simplemente un espacio de reflexión sobre los problemas comunes que se tienen respecto al internamiento de las personas que apoyan, anotando individualmente sus respuestas para la posterior puesta en común.

### Dinámica 2. La escucha activa

Se lee el **documento 2.1.** a las personas asistentes, posteriormente, se realizan las siguientes preguntas:

- ¿Cuántas personas son en la familia Izquierdo?
- ¿A qué se dedican el señor y la señora Izquierdo?
- ¿Qué estudia Juanita Izquierdo?
- ¿Cuántas fotos tiene Juanita Izquierdo en su armario?
- ¿Cuál es el sueño de Juan Izquierdo?

Una vez finalizadas las preguntas se aclarará la importancia que posee la escucha activa para comprender el verdadero mensaje que nos está transmitiendo.

### Dinámica 3. La empatía

Se proyecta en pantalla el **documento 3.1.** y se pide a las personas participantes que piensen qué casillas marcarían. Transcurridos unos minutos solicitamos personas voluntarias que deseen comentar algunas de sus respuestas destacando las coincidentes entre el grupo.

Explicaremos la importancia que tiene una acogida positiva de la persona excarcelada como elemento clave para fortalecer la relación. Asimismo, expondremos algunas claves sobre la empatía y su importancia en las relaciones humanas.



## Adaptación telemática dinámicas

### Sesión 4. Entendiendo el tratamiento

#### Dinámica 1. Programa individualizado de tratamiento

Se lee el caso práctico incluido en el **documento 1.1.** y el/la profesional irá realizando las preguntas al grupo referidas en el **documento 1.2.** Análisis de necesidades, objetivos y actividades a cada grupo. Se desarrollará progresivamente, dirigiendo las preguntas de forma aleatoria a diferentes participantes.

Se reflexiona sobre la importancia de atender las necesidades tratamentales de cada persona penada para su reinserción en la sociedad. Mejorar su cualificación profesional, formativa, control de impulsos, etc. ayudará y facilitará su incorporación en el exterior.

#### Dinámica 2. Caso práctico tratamiento

Se lee el caso **documento 2.1.** y se pregunta progresivamente al grupo por las cuestiones que aparecen en dicho documento, incidiendo en la importancia de motivar a las personas que apoyan a realizar y mantener en el tiempo las actividades tratamentales específicas según su problemática individual.

#### Dinámica 3. Lectura de una carta

Se lee una carta (**documento 3.1.**) realizada por una persona que ha participado en un programa de tratamiento penitenciario de una tipología delictiva concreta.

Una vez leída la carta se plantean las siguientes preguntas para la reflexión grupal:

- ¿Qué ha ganado esta persona al realizar el programa?
- Si no lo hubiera realizado ¿habría obtenido el mismo aprendizaje?
- ¿Creen que será efectivo ese tratamiento en el futuro?

#### Dinámica 4. ¿Qué puede hacer mi familiar?

Se proyecta en la videoconferencia el **documento 4.1.** y se solicita que cada persona reflexione de forma individual, sobre qué actividades considera que podrían ser de utilidad para su familiar o persona que apoya. Posteriormente, se hace una puesta en común sobre las inquietudes y actividades a realizar en el cumplimiento de condena.

Se incide en la influencia que las personas de apoyo pueden ejercer en la persona a la que apoyan para que decida participar y mantenga actividades en el centro penitenciario. Esta participación puede promover cambios y aprendizajes relevantes para su futuro.



## Adaptación telemática dinámicas

### Sesión 5. Adquiriendo herramientas para la prevención

#### Dinámica 1. ¿Qué pasó antes?

Se plantea al grupo la siguiente pregunta *¿qué creéis que motiva el comportamiento delictivo?* Se van registrando las respuestas que van aportando de forma voluntaria (momentos, situaciones, personas, lugares, sustancias, estados de ánimo, etc.). Posteriormente, se comienza a explicar el ciclo de recaída según el esquema del **documento 1.2.** (Ciclo de recaída), proyectándolo en la videoconferencia. Partiendo de este esquema reducido, se irá completando según avancen los contenidos de la sesión. Se abre un espacio de debate promoviendo la participación de todas las personas asistentes.

#### Dinámica 2. ¿Qué ha podido influir?

Se proyecta en la pantalla el **documento 2.1.** y se pide cojan un papel en blanco y bolígrafo y apunten aquellas cuestiones que se plantean en el **documento 2.2.**

Se analizarán los posibles factores de riesgo en la comisión de un delito y las expectativas positivas acerca de su función de ayuda, señalando la importancia de su función de apoyo en la recuperación de la persona penada, esto ayuda a ser consciente de los antecedentes que se producen antes de la comisión de un delito.

#### Dinámica 3. ¿Qué nos avisa?

Partiendo de la Dinámica 2, se les pide que anoten las posibles señales que aparecieron antes de que ocurrieran los factores de riesgo. Para que les sirva de apoyo se proyecta el **documento 3.1.** con posibles ejemplos de señales.



## Adaptación telemática dinámicas

### Sesión 6. Educando en familia

#### Dinámica 1. Educando desde el respeto

Se comentan en grupo las situaciones registradas en el **documento 1.1.** y se solicita que, de forma aleatoria, vayan comentando cómo actuarían en cada una de ellas. Se irá orientando en cada una de las respuestas con el tipo de apego que puede generar.

Es importante analizar cómo reaccionamos ante determinadas situaciones y cómo, a partir de nuestras reacciones, estamos creando un vínculo determinado con nuestros/as menores.

#### Dinámica 2. Practicando la disciplina positiva

Se exponen de una en una las situaciones del **documento 2.1.**, para que identifiquen cuál sería su respuesta. Se proyecta en la pantalla un listado (**documento Herramientas de disciplina positiva**) con orientaciones basadas en la disciplina positiva, para que sirva de referencia.

El grupo reflexiona y expone el motivo por el cual ha planteado esta forma de resolver la situación.

Se pueden formular otros ejemplos y encontrar soluciones que mejoren la comunicación e interacción entre los miembros de la familia. Mediante esta dinámica se va a promover un espacio de reflexión que posibilite mejorar las relaciones familiares.

#### Dinámica 3. Comunicación en familia

Se propone al grupo la siguiente situación: Va ser el cumpleaños del padre del menor (Antonio, de diez años), al que cuidas y vas a acompañar al vis a vis con su progenitor.

Se van planteando al grupo progresivamente cada uno de los siguientes temas, para que opinen sobre cómo actuarían:

- Comunicar a Antonio que tiene vis a vis con su progenitor.
- Preparar la carta de felicitación que va a llevar Antonio a su padre.
- Preparar la conversación después de la visita.

Se les puede entregar el material por correo electrónico: **documento 3.1.** y **documento 3.2.** como guía para que facilite la realización de la dinámica. El/la profesional comentará progresivamente los aspectos más importantes incluidos en estos documentos.





## Adaptación telemática dinámicas

### Sesión 7. Caminando hacia el bienestar mutuo

Esta sesión está diseñada para realizarse, preferentemente de forma presencial, sin embargo, algunas de estas cuestiones se pueden realizar de forma telemática, aunque no aporte la misma experiencia. Se tendrá en cuenta que algunos de los contenidos no podrán adaptarse debido a las dificultades tecnológicas (encuentro distendido/festivo con alimentos y/o bebidas, ponernos en círculo para dar las gracias, etc.).

#### Dinámica 1. ¿Qué me llevo?

Se solicita que cada participante escriba de forma resumida en el chat de la videoconferencia ¿Qué se lleva de positivo de esta experiencia? (aprendizajes, herramientas, etc.). El/la profesional de trabajo social también participa en esta dinámica y el resumen de todas estas ideas simboliza el aprendizaje que se ha creado de forma conjunta.

#### Dinámica 2. La respuesta está dentro de mí

Se pide que cierren los ojos y se dejen llevar a través de una canción. Se reproduce la canción de la artista Rozalén "Y busqué". Una vez finalizada se pide que compartan con el grupo qué les ha transmitido y con qué mensaje se quedan.

Finalmente se hará entrega del formulario de evaluación, para que sea realizado por todas las personas participantes. Ejemplo del formulario para evaluar el taller telemático:

[https://docs.google.com/forms/d/1JsGAKhUDyXQr90By6Sp\\_2IYfE4LP-ilxIvbGkFO-Rimc/edit?usp=forms\\_home&ths=true](https://docs.google.com/forms/d/1JsGAKhUDyXQr90By6Sp_2IYfE4LP-ilxIvbGkFO-Rimc/edit?usp=forms_home&ths=true)

**ANEXO**

# **DOCUMENTOS PARA LA ADAPTACIÓN TELEMÁTICA DEL TALLER**





## CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES EN TALLERES CON INTERVENCIÓN TELEMÁTICA

**Nombre y Apellidos:** Haga clic aquí para escribir texto.

**DNI:** Haga clic aquí para escribir texto.

La intervención telemática tiene como finalidad facilitar el seguimiento del **taller Vínculos** apoyándose en las tecnologías de la información y comunicación (TICs) (teléfono, mail, videollamada, chat, internet, redes sociales, etc.) para el desarrollo de los talleres y programas específicos de intervención.

La intervención telemática incluye la realización de sesiones semanales a distancia conforme al taller y/o siempre que el/la profesional de trabajos social lo informe previamente.

### **Beneficios de la intervención telemática:**

- Realización del taller/programa desde su domicilio/punto de contacto, evitando desplazamientos.
- Minimización de costes.
- Menor exposición a contacto social y a los riesgos asociados al mismo.
- Mayor accesibilidad.

### **Posibles riesgos de la intervención telemática:**

- Dificultades técnicas que repercutan en la realización de la intervención.
- Violación de la seguridad o interceptación maliciosa de las comunicaciones en casos excepcionales.

### **Garantías:**

- La intervención telemática es voluntaria para usted.
- Las sesiones nunca serán grabadas, salvo que se recabe su autorización escrita de forma independiente a este consentimiento.
- Los sistemas electrónicos utilizados incorporan sistemas de seguridad para proteger la confidencialidad e integridad de sus datos personales.

### **Compromisos:**

- Usted debe disponer y se compromete a utilizar algunos de los siguientes medios:
  - Teléfono móvil.
  - Correo electrónico.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

- Uso de sistemas de video llamada o videoconferencia en tiempo real que se determinen, siempre que incluyan tráfico cifrado de datos en ordenador, tablet o teléfono móvil.
- Durante el desarrollo de la intervención, usted **se compromete** a:
  - No grabar las sesiones, ni realizar capturas de pantalla o fotografías, ni almacenar o difundir datos personales de cualquiera de las personas participantes.
  - No divulgar claves de acceso, contraseñas u otros métodos de identificación utilizados en las sesiones telemáticas.
  - Ser puntual.
  - Hacer un uso respetuoso de las nuevas tecnologías.
  - Informar a su profesional de trabajo social con antelación suficiente, sobre algún cambio que pueda afectar al desarrollo de la sesión, como por ejemplo, un cambio de lugar de conexión.
  - Respetar durante las videoconferencias las normas de funcionamiento establecidas en un taller grupal, igual que si fuera presencial: no fumar, beber, y/o comer, adecuada vestimenta y posición corporal, así como mantener la confidencialidad del resto de participantes, no pudiendo estar presentes otras personas ajenas al taller.

Informo que, en mi caso, tengo acceso a los siguientes dispositivos:

- Teléfono móvil propio.
- Correo electrónico.
- Ordenador o tablet
- Wifi
- Otros medios \_\_\_\_\_
- Tengo habilidades básicas en el uso de las tecnologías requeridas.

#### ADVERTENCIA LEGAL

Los datos personales a los que usted acceda durante la intervención telemática, tales como imágenes, voz, video, texto o cualquier otro, son confidenciales y su captura, descarga y archivo o transferencia a través de cualquier medio, puede constituir una infracción penal, que en caso de detectarse será puesta en conocimiento de las autoridades competentes<sup>5</sup>.

**Al firmar este consentimiento declaro que he sido informado/a sobre los beneficios, riesgos, garantías y compromisos de la intervención telemática,**

<sup>5</sup> <https://www.aepd.es/sites/default/files/2019-09/guia-proteccion-datos-y-prevencion-de-delitos.pdf>

**aceptando los mismos.** Entiendo que las Leyes protegen la privacidad y la confidencialidad de la información que se obtenga en estas sesiones, y que ninguna información obtenida en el uso de la intervención telemática que me identifique será compartida con investigadores/as u otras entidades o personas.

**FECHA:** Haga clic aquí para escribir texto.

**Firma**

**Nombre y apellidos:** Haga clic aquí para escribir texto.

## ESTRATEGIAS DE COMUNICACIÓN

- ✓ Ajustar el ritmo de la comunicación. Mantener atención a los retrasos en la comunicación, emplear interjecciones o lenguaje no verbal.
- ✓ Enfatizar y marcar la comunicación no verbal para reforzar el mensaje (cambios tonales, lenguaje corporal, inflexiones de voz, etc.).
- ✓ Emplear habilidades de escucha activa con mayor frecuencia (paráfrasis, reflejo, etc.).
- ✓ Clarificar y solicitar feedback sobre el mensaje, especialmente con temas relevantes.
- ✓ Plantear las preguntas de forma secuencial y esperar que responda el grupo antes de realizar nuevas preguntas o dar nueva información.
- ✓ Uso de lenguaje sencillo y preciso.
- ✓ Ofrecer otras vías de comunicación (por ejemplo, por correo electrónico).
- ✓ Ayudarse con recursos visuales o de texto, envíos de materiales previos o compartiendo pantalla.

# RECURSOS TALLER TELEMÁTICO

TALLER: \_\_\_\_\_  
 FECHA DE INICIO: \_\_\_\_\_  
 FECHA DE FIN: \_\_\_\_\_

LISTADO DE PARTICIPANTES					
N.º	NOMBRE Y APELLIDOS	NÚMERO DE TELÉFONO	CORREO ELECTRÓNICO	DISPOSITIVOS DISPONIBLES	OBSERVACIONES
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					



## CONSIDERACIONES TÉCNICAS VIDEOCONFERENCIA

<b>Prepare su equipo antes de la sesión</b>	Conecte el ordenador.
	Para el uso de esta plataforma es recomendable descargar <b>Google Chrome</b> .
	Pruebe la conexión a la red.
	Conecte la cámara, los altavoces y el micrófono.
	Abra el navegador y acceda a la plataforma a través de un enlace que se le remitirá por correo electrónico.
	Tenga disponible el teléfono de contacto en el momento de la videoconferencia.
	Ajuste el volumen.
	Ajuste la configuración de vídeo - brillo, matiz, contraste.
	Ajuste de la cámara - zoom, enfoque.
	Póngase en un lugar cómodo y que tenga luz suficiente.
	Asegúrese que no hay ruidos de fondo que puedan perjudicar el encuentro.
<b>Inicio de la sesión</b>	Saludará y se identificará al facilitador/a.
	Mantenga en contacto visual y evite movimientos de distracción.
	Pida la palabra y evite ruidos.
<b>Fallos en la conexión</b>	Si falla la sesión dispone de 10 minutos para que se restablezca.
	Cierre la sesión y vuelva a iniciarla.
	Reinicie el equipo si no funciona lo anterior.
	Si consigue audio, continúe la sesión solo con audio.
<b>Finalizar la sesión</b>	Comuníquese por teléfono si no restaura la sesión.
	Asegúrese de cerrar y salir de la sesión.
<b>Recuerde las normas básicas</b>	No grabar las sesiones.
	Ser puntual.
	Hacer un uso respetuoso de las nuevas tecnologías.
	Informar a su trabajador/a social con antelación suficiente, sobre algún cambio que pueda afectar al desarrollo de la sesión, como, por ejemplo, un cambio de lugar de conexión.
	Respetar las normas de funcionamiento establecidas en cada taller.



# MATERIAL TÉCNICO DE APOYO





## Material técnico de apoyo

A continuación, recopilamos **instrumentos y procedimientos metodológicos** utilizados en trabajo social, que puedan ser de utilidad en las diferentes intervenciones profesionales al implantar el programa Alianzas.

Serán herramientas claves y complementarias a las utilizadas en el ejercicio del trabajo social penitenciario, permitiendo ayudar a la sistematización, recopilación y análisis de la información relativa a la situación sociofamiliar que se afronta en cada caso. Este tipo de técnicas son de utilidad ya que de una forma sencilla, clara y estructurada, obtenemos los datos de una familia o caso con el que vamos a intervenir.

Los instrumentos que se van a detallar son los siguientes:

- Genograma
- Ecomapa
- Mapa geográfico de las relaciones
- Mapa familiar
- Cronograma
- Culturograma
- Cuestionario Apgar familiar
- Visita domiciliaria



## GENOGRAMA

Es una de las técnicas diagnósticas más utilizadas en trabajo social, perteneciente al modelo sistémico, y que permite condensar la información familiar en una sola imagen. Se trata de un mapa visual que refleja la configuración de la familia, sus características biológicas y los lazos que unen a sus integrantes, así como las relaciones que se establecen entre los mismos.

Esta técnica representa gráficamente la información básica de una familia (al menos de tres generaciones). Incluye información sobre la composición, estructura, dinámica, el tipo de familia, las relaciones, comunicaciones y roles que asumen los miembros, así como el ciclo evolutivo por el cual está cursando la familia en un momento determinado.

A simple vista proporciona gran información de una familia a lo largo del tiempo, permitiendo no sólo conocer a la familia, sino realizar hipótesis acerca de cómo un problema en el ámbito familiar puede estar conectado con el contexto de su familia. A través de su simbología podemos registrar el género, embarazos, abortos, miembros de la familia que presentan problemas físicos o mentales, tipo de unión entre las parejas, tipo de ruptura entre los cónyuges, defunciones, familias que viven bajo el mismo techo y la dinámica familiar. El genograma permite apreciar rápidamente algunos aspectos biológicos, psicológicos y sociales de la familia y sus integrantes, conocer la composición de la familia, origen de cada uno de los progenitores/as, así como su familia nuclear y los datos generales de cada uno de los miembros que la conforman.

Facilita, además, el análisis de las dinámicas familiares en lo referente a la comunicación, las normas, los valores, el manejo de la autoridad, los roles o papeles familiares, también, se dan estas dinámicas en las relaciones interpersonales. Finalmente, clasifica a las familias en base a su composición, desarrollo, demografía, funcionalidad o disfuncionalidad, integración, tipología, estado socioeconómico y de clase.

Crear un genograma implica abordar 3 niveles:

### **I.- Trazar la estructura familiar (simbología del genograma)**

Es una descripción práctica de cómo los diferentes miembros de la familia están biológica y legalmente ligados entre sí de una generación a otra. Se realiza a través de una serie de símbolos que representan personas, género, parentesco y líneas que describen sus relaciones. La estructura familiar muestra diferentes miembros de la familia y sus interconexiones.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

Cada miembro está representado por un cuadrado (hombre) o un círculo (mujer) según su género:



Para la persona alrededor de quien se construye el genograma, las líneas serán dobles:

**SUJETO PRINCIPAL**



Para una persona fallecida se coloca una X dentro de su figura. Las fechas de nacimiento y de fallecimiento se indican a la izquierda y a la derecha por encima de la figura. La edad de la persona al morir se indica, por lo general, dentro de la figura. Solo las muertes relevantes se indican en ese tipo de familiograma.

**FALLECIMIENTO**



**MUJER**

**HOMBRE**

Los embarazos, abortos y partos de un feto fallecido se indican por medio de los siguientes símbolos:

**EMBARAZO**



**ABORTO**

Espontáneo



Inducido



**MUERTE AL NACER**

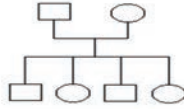
Niña



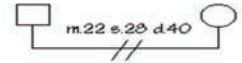
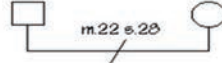
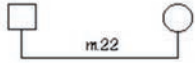
Niño



Las figuras que representan a los miembros de la familia están conectadas por líneas que indican sus relaciones biológicas y legales:



Las barras inclinadas significan una interrupción en el matrimonio: una barra para la separación y dos para el divorcio:



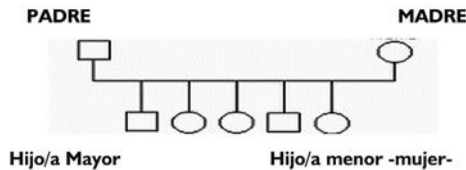
Las diferentes relaciones de pareja relevantes (que se hayan casado, que tengan descendencia, de larga duración, etc.) incrementan un grado de complejidad a la hora de representarlos. Si los cónyuges previos han tenido otras parejas es necesario trazar una segunda línea, encima de la primera unión, para indicar así estas relaciones:



Si una pareja tiene una relación o convive, pero no están legalmente casados, se ilustra su relación como en las parejas casadas, pero se utiliza una línea de puntos:



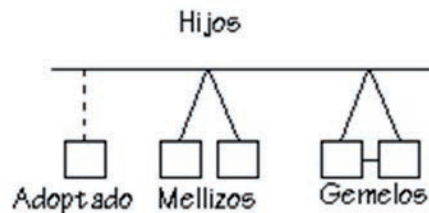
Si una pareja tiene descendencia, la figura de cada hijo e hija pende de la línea que conecta a la pareja. La descendencia se va situando de izquierda a derecha de mayor a menor edad.



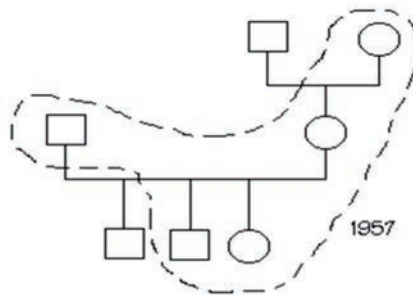


Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

Se utiliza una línea de puntos para conectar un niño/a adoptado/a a la línea de los padres. Por último, las líneas convergentes conectan mellizos/as a la línea de los padres. En el caso parto gemelar, se conectarían a su vez por una barra.



Las líneas de puntos se utilizan para encerrar a los miembros de la familia que viven en un mismo hogar (núcleo de convivencia). Esto tiene particular importancia en las familias en segundas nupcias donde los y las menores conviven en el hogar.



## 2.- Registrar la información sobre la familia

Una vez trazada la estructura familiar (la representación gráfica del genograma) se incluye información sobre la familia: información demográfica (edades, fechas de nacimientos, fallecimientos, matrimonios, ocupaciones, nivel educativo, etc.), del funcionamiento (cambios de relaciones, migraciones, cambios de trabajo, separaciones, divorcio, etc.) y acontecimientos familiares críticos e importantes (depresión, suicidio, etc.). En ocasiones, junto con el genograma, se realiza un histograma o cronograma familiar, que consiste en la relación por orden de aparición, de hechos importantes que han podido afectar a la persona y/o familia.

Para el registro de la información familiar podemos comenzar agregando la siguiente información:

- a) **Información demográfica:** incluye edades, fechas de nacimiento y muertes, situaciones, ocupaciones y nivel educacional.
- b) **Información sobre el funcionamiento (funcional):** incluye datos más o menos objetivos sobre el funcionamiento médico, emocional y de comportamiento de distintos miembros de la familia.

- c) **Sucesos familiares críticos:** incluye transiciones importantes, cambios de relaciones, migraciones, fracasos, éxitos, etc.

Debe consignarse el año y una breve descripción de cada hecho. En una hoja separada se puede colocar una cronología más extensa sobre los sucesos familiares.

### 3.- Marcar las líneas de las relaciones familiares:

Este nivel es el de mayor importancia y de mayor deducción en la construcción del genograma. Comprende el trazado de las relaciones de los miembros de una familia. Dichas características están basadas en el informe de los miembros de la familia y en la observación directa.

Para ello, se utilizan distintos tipos de líneas que simbolizan los diferentes tipos de relaciones entre dos o más miembros de la familia.

#### RELACIONES INTERPERSONALES



- **Relaciones entre dos miembros.** La información del genograma se puede obtener entrevistando a uno o varios miembros de la familia. Obtener información de varios miembros de la familia permite comparar perspectivas y observar directamente las interacciones.
- **Relaciones habitacionales.** Una familia viviendo en un mismo lugar se señala con una línea punteada alrededor de los integrantes que comparten habitación; alrededor de dicha línea se puede indicar el periodo en el cual la familia está junta.

En definitiva, el genograma por su estructura en forma de árbol proporciona una rápida idea de las complejas relaciones familiares, siendo una fuente de hipótesis sobre cómo un problema puede estar relacionado con el contexto familiar y su evolución a través del tiempo.

Aunque es una “imagen” fija en un momento determinado, hay que actualizarla cada vez que se detecten cambios (en la composición, en el tipo relaciones, etc.) en el grupo familiar. Esta actualización se podrá hacer sobre el genograma realizado o en uno nuevo.

## EL ECOMAPA

Es una técnica gráfica de diagnóstico perteneciente al modelo ecológico, donde se representa a la familia rodeada por un círculo en la parte central de la figura, seguidamente se van añadiendo otros círculos alrededor del primero, que representan los apoyos sociales disponibles en cada caso.

Es un instrumento que se utiliza para visualizar la relación de la familia con su entorno social. Se elabora (siempre que sea posible) en presencia de la familia. Permite valorar las relaciones sociales y los recursos con los que la familia cuenta, pudiendo visualizar cuáles utiliza como apoyo para el desarrollo de sus miembros, cuáles le producen malestar o tensión y de cuáles está desvinculado, aunque estén presentes en su entorno.

El ecomapa de una familia nos aclara si ésta ha llegado a una situación de estrés, si necesita ayuda o integración, al tiempo que le devuelve información a la familia de forma inmediata, visual y tácita.

El ecomapa nos permite percibir a la familia inmersa en su medio, valorar la situación, facilitar la elaboración de hipótesis, toma de decisiones y formular un plan de intervención.

Un ecomapa familiar debe contener, al menos, los siguientes elementos:

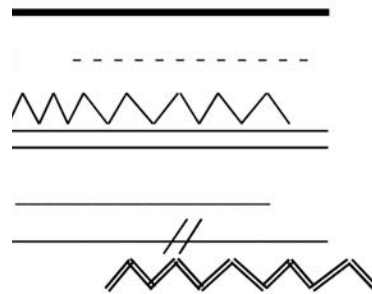
- **Relaciones de trabajo y ocupaciones** (principal y otros).
- **Relaciones con otras personas:** quiénes son, dónde viven, intensidad de la relación, dónde se mantienen estas relaciones, etc.
- **Relaciones con la familia extensa:** parentesco, intensidad, dónde suceden, etc.
- **Actividades de ocio:** artísticas, deportivas, espectáculos, campo, formativas, etc.
- **Estudios:** cuales, dónde, cuándo.
- **Vida asociativa:** relaciones con asociaciones, instituciones, grupos, etc.
- **Vida vecinal:** compras, barrio, paseos, actividades, etc.
- **Relaciones con servicios:** colaboración, rechazo, permeabilidad, tipología de los servicios, finalidad de la relación, etc.

La familia se representa dentro de un círculo, dibujando cada miembro y su relación de parentesco. Los sistemas externos a la familia se dibujan alrededor, mediante otros círculos más pequeños que representan los sistemas externos a la familia y que influyen en ésta: familia de origen/procedencia, entorno laboral, educativo, tiempo libre, atención a la salud, etc.



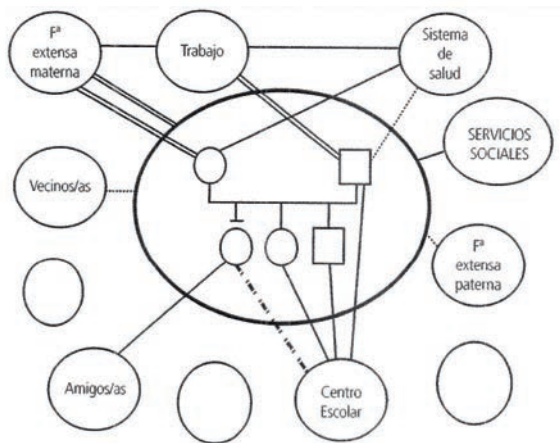
El tipo de relaciones entre los diferentes sistemas, según su calidad, se representa de la siguiente manera:

- Conexión intensa importante
- Conexión débil, infrecuente, distante
- Relación tensa y conflictiva
- Relación Cooperativa:
- Relación sin problemas
- Ruptura de relación
- Relación muy problemática



En resumen, el ecomapa ayuda a conocer a la persona y su situación, tanto en relación con la familia, como con el resto de sistemas sociales. Además, facilita la comprensión de las relaciones de la familia y permite a ésta ubicarse en su lugar, dentro del núcleo familiar y en su contexto social.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

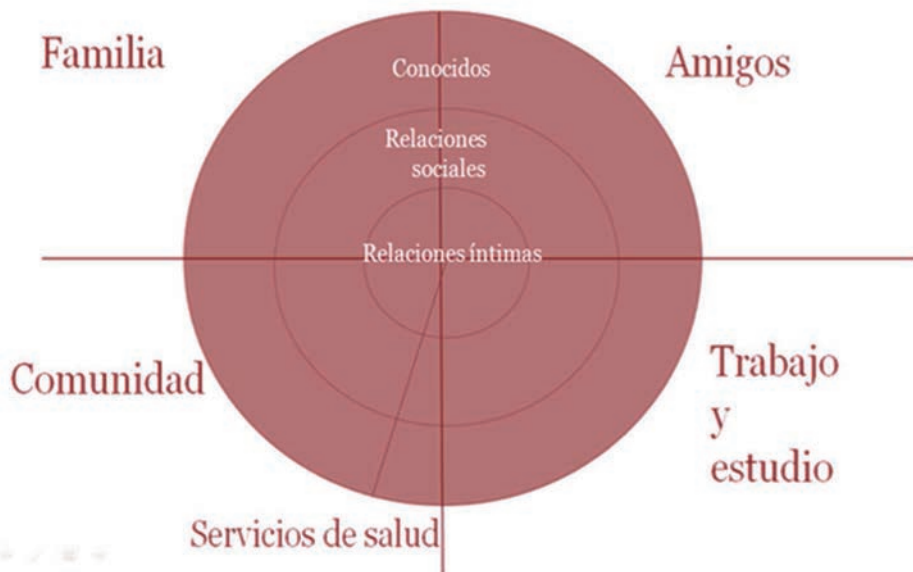


## MAPA GEOGRÁFICO DE LAS RELACIONES

El **mapa geográfico de las relaciones** consiste en representar de forma gráfica los lazos de intimidad (apoyos sociales) de las personas. Comprende a todas las personas con quienes interactúa la persona a la que se le realiza el mapa. Incluye un *círculo interior*, de relaciones íntimas (ejemplo: familiares directos y amistades cercanas), un *círculo intermedio* de relaciones personales con intercambios de menor grado de intimidad y compromiso (ejemplo: relaciones sociales, familiares extensa) y un *círculo externo* de personas conocidas y de relaciones ocasionales (ejemplo: compañeros/as de colegio, vecindario, familiares lejanos).

El conjunto de todas estas conexiones o vínculos constituye la red social de la persona, la cual se evalúa de acuerdo a las características estructurales, las funciones sociales cumplidas y los atributos de los lazos o relaciones específicas. Las características estructurales incluyen **tamaño** (número de personas en la red), **distribución** (cuántas, en qué círculo y sector), **densidad** (conexión entre los miembros), el **tipo de funciones** (presente y ausente, la homogeneidad/ heterogeneidad demográfica y sociocultural de la red) y su **dispersión** (distancia geográfica entre las personas).

El tipo de intercambio interpersonal entre las personas que componen la red corresponde a las **funciones** de la misma: compañía social (hacer cosas juntas), apoyo emocional (clima de comprensión), guía cognitiva y consejos (modelos de roles, compartir información, aclaración de expectativas), regulación social (reafirmación de roles y responsabilidades, control de la desviación) y ayuda material y de servicios. Respecto a los atributos de los lazos, se pueden estudiar sus funciones (compañía social, apoyo emocional, etc.), su multifuncionalidad (cuántas de esas funciones cumple), su reciprocidad (son o no ambos dadores y receptores de funciones) y su intensidad o compromiso (tiempo compartido y desde cuándo existe esa relación).



El círculo central es la persona, posteriormente (de dentro para fuera) se van indicando las relaciones íntimas, posteriormente, las relaciones sociales con contacto personal y en el círculo externo las personas conocidas.

La red social se evalúa de acuerdo a:

### **1. Características estructurales:**

- Tamaño
- Distribución
- Densidad
- Tipo de función
- Homogeneidad / heterogeneidad demográfica y sociocultural de la red
- Dispersión

### **2. Funciones sociales cumplidas**

- Compañía social
- Apoyo emocional
- Guía cognitiva y consejos
- Regulación social
- Ayuda material y/o de servicios

### **3. Atributos de los lazos o relaciones específicas**

- Multidimensionalidad
- Reciprocidad
- Intensidad y compromiso de una relación específica
- Frecuencia de los contactos
- Tiempo durante el cual se ha establecido cada relación

El mapa de relaciones de una persona ofrece, a la familia/personas de referencia, una fotografía de sus fuentes de apoyo, de sus relaciones más frágiles y qué sería conviviente cambiar (de las relaciones a recuperar en una situación de necesidad de apoyo). Es una técnica complementaria al ecomapa ya que nos permite estudiar con detenimiento las redes sociales de cada familia y establecer los vínculos que es necesario movilizar, reestablecer, fortalecer o suprimir.

Sirve, por tanto, para identificar potencialidades de la red de apoyo mediante un análisis biopsicosocial y puede ser utilizado en el trabajo social de un caso como instrumento de gran importancia para el análisis familiar.



## EL MAPA FAMILIAR

El **mapa familiar** tiene como objetivo conocer de forma intuitiva el lugar de la persona dentro de la familia, es decir, el espacio donde la persona se encuentra consigo misma y los espacios emocionales que marcan las diferencias entre los miembros del grupo familiar y regulan sus relaciones, cómo utilizan la vivienda, quién ocupa cada habitación, dónde habla la familia, dónde discute o dónde se ocultan en momentos de conflicto. El hogar es el espacio físico donde vive la familia y gracias a él se pueden cubrir las necesidades vitales. Familia y hogar pueden coincidir, pero el hogar no puede ser más pequeño que la familia, en sentido estricto.

Para elaborar el mapa familiar debemos explicar a la persona las relaciones que pueden tener sus problemas con su hogar. De esta manera comprenderá por qué necesitamos que nos informe sobre algunos aspectos de la vivienda. Por ello, le pedimos que, sobre un folio en blanco, nos dibuje un plano de su hogar, especificando sobre el mismo quién ocupa cada habitación y cómo se utilizan los espacios comunes: dónde comen, dónde estudian, dónde hablan las personas responsables de la crianza y los/as hermanos/as, cuál es el lugar para hablar de los asuntos importantes y cómo afecta a la familia la presencia de familiares, amistades u otras personas ajenas. Se pregunta qué tipo de cambios deberían hacer para vivir mejor o para tener más comodidad en el hogar.

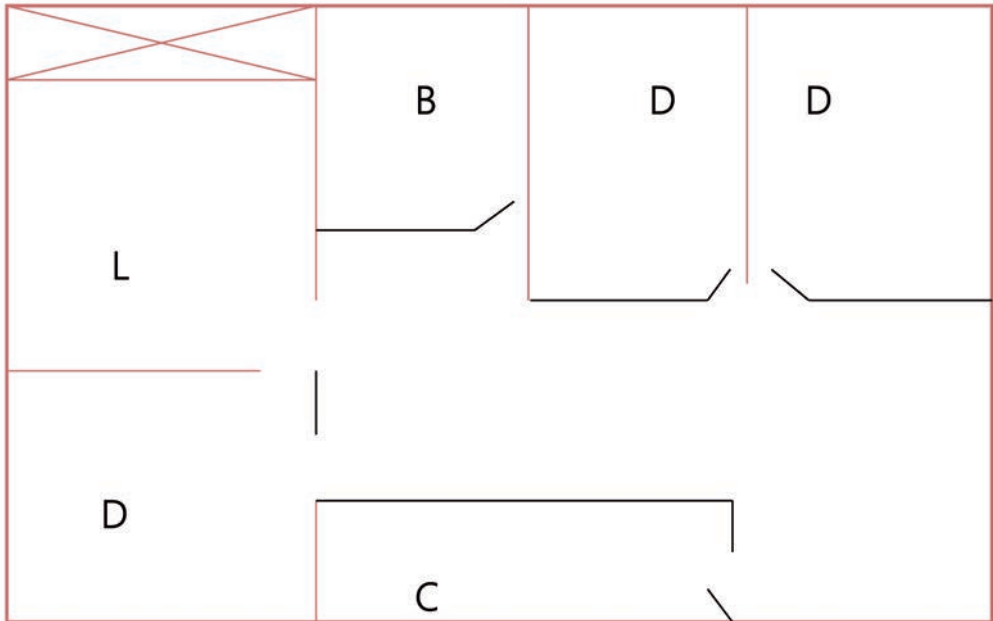
La finalidad principal es descubrir de manera rápida dos de los aspectos que condicionan el tipo y modelo de interacción familiar:

- **El espacio físico** de cada miembro: donde la persona se encuentra consigo misma, como requisito necesario para la adquisición de intimidad y derecho a la independencia y autonomía.
- **El espacio emocional:** cada persona define las diferencias y marca los límites que regulan las relaciones con el resto de familiares.

Con el mapa familiar podemos conocer datos importantes en relación a:

- Características del hogar.
- Distribución de los miembros de la familia en el hogar, los lugares donde se relacionan y comunican.
- Los problemas detectados por la familia en cuanto al espacio físico, la intimidad los lugares de relación interferencia familiar, grados de satisfacción con la vivienda que ocupan y las soluciones o cambios que se proponen para vivir mejor.

Ejemplo:

**C= cocina****D = dormitorio****L = sala de estar****B = Baño**

Para realizar esta técnica, se le pide a la familia que marque las áreas de la casa donde habitualmente ocurren eventos especiales: discusiones, momentos de felicidad, etc. El mapa permite formular hipótesis acerca de las áreas en el seno de la familia que funcionan correctamente y acerca de otras áreas donde no ocurre lo mismo.

## CRONOGRAMA FAMILIAR

Es una técnica diagnóstica perteneciente al modelo sistémico que permite recoger en orden cronológico los acontecimientos más relevantes del sistema familiar. La ordenación de estos eventos permite visualizar, anticipar y predecir la evolución de un caso.

Se trazará un cuadro en el que se representan gráficamente los acontecimientos más importantes en la vida de la persona o familia y se van reflejando los años o fechas más representativas en dicho cuadro.

Este instrumento conecta el tiempo con sucesos importantes y relevantes para el sistema familiar y ayuda a organizar cronológicamente las adversidades de la familia.

Un símil al cronograma es la **línea de sucesos familiares**, la diferencia es que se visualiza con una gráfica de barras. Este instrumento sirve para detectar los sucesos importantes en la vida de las personas a golpe de vista.

### Ejemplo de Cronograma

FECHA	PADRE: José Fecha nacimiento:	MADRE: Ángela Fecha nacimiento:	HIJO: Roberto Fecha nacimiento:	HIJA: Yazmina Fecha nacimiento:
2007	Inicio de la relación de pareja			
2010	Comienza la convivencia			
2011	Nacimiento			
2012	Perdida prestación desempleo	Depresión		
2014	Recaída consumo			Nacimiento
2015	Compra de vivienda	Matrimonio civil		
2017		Intento de suicidio		
2018	Delito Contra la Salud Pública			
2020	Ingreso en prisión	Intento de suicidio Nacionalidad		

### Ejemplo de línea de sucesos familiares



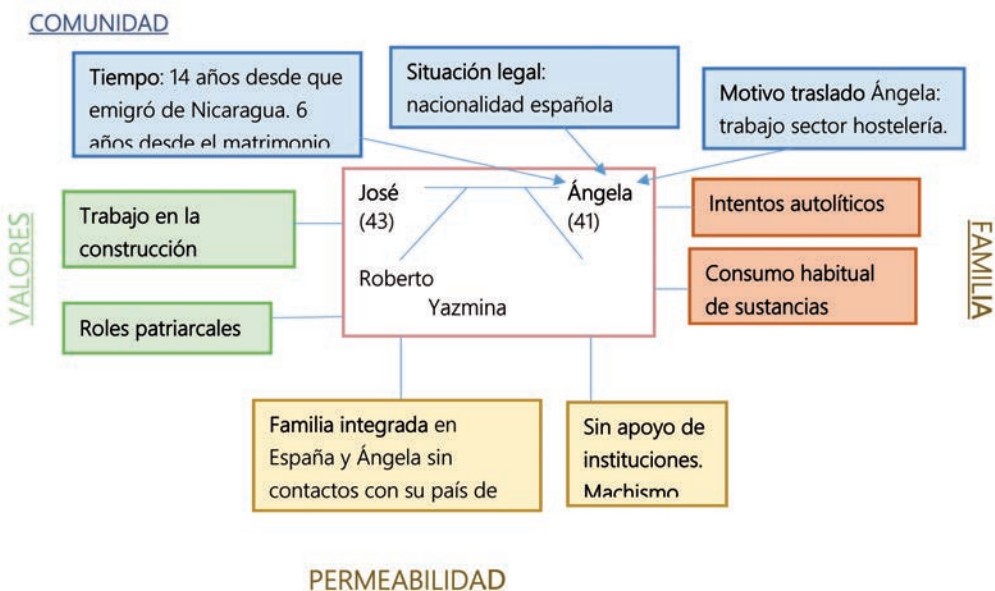
## CULTUROGRAMA

Es una técnica gráfica de diagnóstico perteneciente al modelo ecológico, en el que se representan gráficamente los datos culturales de la familia. Es una herramienta eficaz para analizar las fortalezas y debilidades culturales del grupo familiar.

Las autoras Fernández y Ponce (2011), recomiendan esta técnica para intervenciones con familias multiculturales y explican que el culturograma consta de diez apartados, divididos en cuatro áreas representadas por diferentes colores. Las cuatro áreas son:

- **Comunidad:** tipo de residencia o nacionalidad, motivos de movimiento geográfico y duración de la estancia, situación administrativa actual, etc.
- **Familia:** estilo de vida, hábitos saludables, lenguaje y comunicación en el hogar y en la comunidad, nivel de integración cultural en el entorno social próximo, impacto de traumas o problemas familiares, etc.
- **Permeabilidad:** racismo - xenofobia o signos de discriminación, apoyos comunitarios integradores, contactos con instituciones culturales, religiosas, etc.
- **Valores:** costumbres, modo de vida, relaciones de género, intergeneracionales, educación y trabajo, poder, mitos, etc.

Se plantea un ejemplo de representación de un culturograma adaptada de Fernández y Ponce (2011). En este gráfico el color azul representa datos del área comunidad, el naranja de familia, el amarillo de permeabilidad y el verde de valores.



## CUESTIONARIO APGAR FAMILIAR

El cuestionario apgar familiar es un instrumento que muestra cómo perciben los miembros de la familia el nivel de funcionamiento de la unidad familiar de forma global, incluyendo a menores ya que es aplicable a la población infantil. Mide la adaptación, participación, crecimiento, afecto y resolución.

Con la realización del cuestionario se pretende identificar a aquellas familias con problemáticas o disfunciones familiares, con el objetivo de ofrecer un mayor seguimiento y orientación.

Este cuestionario está conformado por cinco cuestiones de temas claves considerados marcadores de las funciones de la familia, trazadas para conocer el estado funcional de la misma. (**APGAR: Adaptación, Participación, Gradiente de recurso personal, Afecto, y Recursos**). Los temas que se preguntan son los siguientes:

Función	Nunca	Casi Nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Me satisface la ayuda que recibo de mi familia cuando tengo algún problema o necesidad.					
Me satisface la participación que mi familia me brinda y me permite.					
Me satisface cómo mi familia acepta y apoya mis deseos de emprender nuevas actividades.					
Me satisface cómo mi familia expresa afectos y responde a mis emociones, como rabia, tristeza, amor, etc.					
Me satisface cómo compartimos en mi familia: a) el tiempo para estar juntos b) los espacios de la casa c) el dinero.					
PUNTAJE PARCIAL					
PUNTAJE TOTAL					

El cuestionario debe ser entregado a cada persona para que responda a las preguntas planteadas en el mismo de forma personal, excepto que no sepan leer, que será el/la profesional de trabajo social quien aplicará el test. Para cada pregunta se debe marcar solo una X y responderse de forma personal.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

La interpretación de la puntuación será en base las respuestas que aporte la persona y con valores entre los 0 y 4 puntos, de acuerdo a la siguiente calificación:

<b>Nunca (0 Puntos)</b>	<b>Casi Nunca (1 punto)</b>	<b>Algunas veces (2 puntos)</b>	<b>Casi siempre (3 puntos)</b>	<b>Siempre (4 puntos)</b>
-----------------------------	-------------------------------------	---	--	-------------------------------

La interpretación de los resultados va en función de la suma de los cinco parámetros. La puntuación fluctúa entre 0 y 20, en el de las personas adultas, lo que indica una baja, mediana o alta satisfacción en el funcionamiento de la familia.

La información que se obtiene es valiosa y califica la funcionalidad familiar en base a la siguiente escala:

<b>Escala para la calificación de funcionalidad familiar de la familia, de acuerdo a APGAR Familiar</b>	
<b>FUNCIÓN</b>	<b>PUNTUACIÓN</b>
<i>Buena función familiar</i>	18-20
<i>Disfunción familiar leve</i>	14-17
<i>Disfunción familiar moderada</i>	10-13
<i>Disfunción familiar severa</i>	9 o menos

Debe tenerse en cuenta que este cuestionario no tiene una precisión absoluta, aun cuando constituye un instrumento que proporciona profesionalmente, una idea global sobre el grado de funcionalidad de la familia. Por ello, una recomendación importante es no considerar los grados de disfuncionalidad mostrados, sino considerar preferentemente los resultados como una baja, mediana o alta satisfacción en el funcionamiento de la familia.

Será necesario reevaluar cuando la situación familiar cambie o se sospeche de una disfunción familiar.

Adicionalmente, es recomendable que el APGAR sea utilizado conjuntamente con el conocimiento y la aplicación del Genograma y otros elementos que permitan contextualizar mejor los resultados.

## VISITA DOMICILIARIA

La visita domiciliaria es una técnica diagnóstica característica del trabajo social, permite recoger información y orientar las acciones de trabajo con los casos en los que se interviene. Es útil para valorar objetivamente el estado en el que se encuentra el entorno familiar o la persona. La visita domiciliaria aporta la objetividad necesaria a la valoración profesional.

El autor Ander Egg (1995) la define como “aquella visita que realiza el Trabajador Social a un hogar, tratando de tomar contacto directo con la persona y/o su familia, en el lugar donde vive, con fines de investigación o tratamiento, ayuda o asesoramiento”.

Quiroz (1998) señala que son varios los motivos que nos pueden llevar a desarrollar una visita domiciliaria: obtener, verificar, ampliar información; estudiar y observar el ambiente social y familiar, proporcionar información a la familia sobre los avances de la intervención, control de las situaciones sociofamiliares, así como reforzar las directrices facilitadas en cada caso.

Es por ello que, en nuestro contexto penitenciario, esta técnica puede ser de vital importancia, ya que nos permite ampliar el conocimiento de la realidad sociofamiliar y comunitaria de cada caso. Conocer el entorno propio que rodea al domicilio, será de gran ayuda para entender el ambiente social donde se desenvuelve la persona con la que intervenimos.

Algunas de las recomendaciones para esta técnica las hemos desarrollado en el apartado de **visita domiciliaria** incluido en el **seguimiento en la intervención**, sin embargo, recopilamos aquí algunas de las orientaciones básicas a tener en cuenta:

- Preparar los temas que se desean trabajar en la entrevista. Se debe planificar y estructurar la visita.
- Avisar con antelación.
- Cuidar el saludo inicial.
- Pedir permiso para entrar al domicilio. Posteriormente, en el momento de conocer el resto de la casa se solicitará de nuevo permiso para ello.
- Manejar la situación para que la familia se sienta a gusto con nuestra presencia.
- La duración de la visita no debe ser muy amplia.
- Observar a la familia en su entorno cotidiano y confrontar las hipótesis con la observación de dicho comportamiento.
- Realizar la observación de forma discreta sin que la familia perciba que está siendo observada.
- Prestar atención a las condiciones de la vivienda y su contenido nos va a proporcionar bastante información.
- Es importante, una buena gestión de las emociones propias, ya que seremos foco de atención y eso podrá interferir en la dinámica de la visita.





## Bibliografía

- Abaunza, C. I., Paredes, G., Mendoza, M., y Bustos, P. (2016). Familia y privación de la libertad en Colombia. Universidad del Rosario.
- Agudo, L., Docampo, M., Herrero, M., Herrera, M.J., Navarro, M., Pozuelo, F., Ruiz, A, Ruiz, S, (2017). *PICOVI. Programa de Intervención en Conductas Violentas. Documentos Penitenciarios*. Ministerio del Interior, Secretaría General Técnica.
- Alacotrainer. (s.f.). *Un poco de psicología deportiva: la rueda del cambio*. [Imagen] <https://alacotrainer.com/un-poco-de-psicologia-deportiva-la-rueda-del-cambio/>
- Alarcón, Dan (s.f.). *Plantilla - Cómo hacer un mapa de redes en trabajo social*. El blog de Daniel. <https://danalarcon.com/plantilla-mapa-redes-trabajo-social>.
- Alarcón, Dan (s.f.). *Cómo hacer un mapa de redes en trabajo social* [Imagen]. <https://danalarcon.com/wp-content/uploads/2017/02/Co%CC%81mo-hacer-un-mapa-de-redes-en-trabajo-social-1080x620.png?189db0&189db0>.
- Alarcón, Dan (s.f.). *Plantilla -Informe a través a un genograma familiar básico* [Imagen]. <https://danalarcon.com/plantilla-informe-a-traves-a-un-genograma-familiar-basico/amp/>
- Alfaro, A.M. (2014). *Las relaciones de pareja: ¿la educación, las condiciona?* [Trabajo Final de Grado de Educación Social]. Universitat de Valencia. <https://www.uv.es/igualtat/webnova2014/anaalfaro.pdf>
- Alfonso, J. (2016). *Técnicas de Evaluación Familiar en Trabajo Social: El uso del Genograma en los Equipos de Valoración del Servicio de Protección de Menores del IMAS*. UIB Repositori. <http://hdl.handle.net/11201/1603>
- Almeda, E. (2002). *Corregir y Castigar. El ayer y hoy de las cárceles de mujeres*. Edicions Bellaterra.
- Almeda, E. (2003). *Mujeres encarceladas*. Ariel.
- Altable, C., Brotons, P., Sanz, J. y Amorós, C. (2008). *Penélope o las trampas del amor*. Nau llibres.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

- Ander Egg E. (2013). *Diccionario de Trabajo Social*. Oficina de Planificación del Sector Universitario.
- Ander-Egg, E. y Aguilar M.J. (2001). *Diagnóstico social, conceptos y metodología*. Lumen.
- Anthony D. (2011). *The state of the world's children 2011 - adolescence: an age of opportunity*. UNICEF.
- Arenzana, V. (2017). *Suposiciones ocultas y el punto de vista en la resolución de problemas* [Imagen]. <https://vicmat.com/suposiciones-ocultas-punto-vista-la-resolucion-problemas>.
- Ávila, G. J. (2017). Los instrumentos y técnicas como cuestiones insolubles en el corpus teórico-metodológico del accionar del Trabajador Social. *Margen: Revista de trabajo social y ciencias sociales*, 86.
- Bach, E. y Forés, A. (2010). *La asertividad: para gente extraordinaria*. Plataforma Editorial.
- Ballano, E., Suarez, S., Pérez, S. y Herrera, M.J. (2015). *Programa de intervención, sensibilización y reeducación en competencias sociales*. (PROBECO). Documentos Penitenciarios II. Ministerio del Interior, Secretaría General Técnica.
- Barbero, J.M. y Cortés, F. (2005). *Trabajo Comunitario, organización y desarrollo social*. Alianza Editorial.
- Barrio, B. P. (2007). La evaluación de la intervención comunitaria: un marco para la reflexión. *Pedagogía social: revista interuniversitaria*, 14, 129 - 138.
- Barrón, A. (1990). *Apoyo social. Aspectos técnicos y aplicaciones*. Siglo XXI.
- Barrón, A. y Sánchez, E. (2001). Estructura social, apoyo social y salud mental. *Psicothema*, 1 (13), 17 - 3.
- Barroso, O. (2014) El apego adulto: la relación de los estilos de apego desarrollados en la infancia en la elección y las dinámicas de pareja. *Revista Digital de Medicina Psicoanalítica y psicoterapia*, 4(1), 1 - 56.
- Barudy, J. (1998). *El dolor invisible de la infancia. Una lectura ecosistémica del maltrato infantil*. Paidós Terapia Familiar.
- Barudy J. y Dantagnan M. (2009). *Los desafíos invisibles de ser madre y padre. Manual para la evaluación de las competencias y la resiliencia parental*. Gedisa.
- Bascones, A., Guerrero, J., Mínguez, P. y Tamayo, L. (2019). *Taller Convivir: Diez herramientas básicas para vivir en comunidad*. Documentos Penitenciarios. Ministerio del Interior, Secretaría General Técnica.
- Bascones, A., Guerrero, J., Méndez, R., Mínguez, P., Pérez, J., Suárez, A. y Tamayo, L. (2020). *Taller reGENER@r: 10 Claves para conseguir relaciones de parejas igualitarias*. Documentos penitenciarios. Ministerio de Interior, Secretaría General Técnica.

- Baumrind, D. (1991) The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *The Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56 - 95.
- Beck, A.T. (1988) *Love is never enough*. Harper & Row.
- Bellido, A. J. y Villegas-Castrillo, E. (1992). Influencia de la familia en el desarrollo de pautas inadecuadas de conducta: Alternativas. *Cuadernos de Trabajo Social*, 1, 123 - 133.
- Berkowitz, L. (1996). *Agresión. Causas, consecuencias y control*. DDB.
- Bertone, M. S., Domínguez, M. S., Vallejos, M., Muniello, J. y López, P. L. (2013). Variables asociadas a la reincidencia delictiva. *Psicopatología Clínica Legal y Forense*, 13(1), 47 - 58.
- Beyebach, M. y Herrero, M. (2010). *200 tareas en terapia breve*. Herder Editorial, S.L.
- Bobbitt, M., y Nelson, M. (2004). *The front line: Building programs that recognize families' role in reentry*. Vera Institute of Justice, State Sentencing and Corrections Program.
- Bonet, R. (2003). *Una nueva visión del trabajo psicosocial en el ámbito asistencial*. Herder.
- Bonino, L. (1996). *Micromachismos: la violencia invisible en la pareja. Primeras jornadas de género en la sociedad actual*. Generalitat Valenciana.
- Bosch, E., Ferrer, V., García, E., Ramis, M.C., Mas, M.C., Navarro, C. y Torrens, G. (2007). *Del mito del amor romántico a la violencia contra las mujeres en pareja*. Ministerio de Igualdad.
- Bowlby, J. (1993). *La separación, el apego y la pérdida*. Paidós.
- Bowlby, J. (1996). *Attachment and loss, vol. 1: Attachment*. Basic Books.
- Brik, E. y Melamed, F. (2019). *Terapia sistémica para familias: Cómo alcanzar una mejor convivencia familiar*. Editorial Síntesis.
- Bronfenbrenner, U. (1987). *La ecología del desarrollo humano*. Paidós.
- Bueno, M. (1985). *Relaciones de pareja. Principales modelos teóricos*. Desclée de Brouwer.
- Bustamante, Y., Álvarez, L., Herrera, E., y Pérez-Luco, R. (2016). Apoyo social percibido y su influencia en el desistimiento delictivo: Evaluación del rol institucional. *Psicoperspectivas*, 15(1), 132 - 44.
- Caballo, V. E. (1993). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. SIGLO XXI.
- Caillé, P. (1992). *Uno más uno son tres: la pareja revelada a sí misma*. Paidós.
- Campanini, A. y Luppi, F. (1991). *Servicio social y modelo sistémico*. Paidós.
- Campos Vidal, J. F. (1996). Redes y el Trabajo Social. *Revista TAULA quaderns de pensament*, 25, 29 - 38. <https://www.raco.cat/index.php/Taula/article/view/70969>.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

- Caplan, G. (1974). Psychosocial Processes and "Stress": Theoretical Formulation. *International Journal of Health Service*, 4(3), 471 - 482. <https://doi.org/10.2190/WF7X-Y1L0-BFKH-9QU2>.
- Cañamares, E. (2018). *Relaciones y conflictos con la familia política: cómo llevarse bien con los nuevos familiares*. Publicación independiente.
- Cardona, Á., Valencia, E., Duque, J. y Londoño-Vásquez, D. (2015). Construcción de los planes de vida de los jóvenes: una experiencia de investigación en la vereda La Doctora, Sabaneta (Antioquia). *Aletheia. Revista de Desarrollo Humano, Educativo y Social Contemporáneo*, 7(2): 90 - 113.
- Cascón, F. y Beristain, C. (2000). *La alternativa del juego. I y II. (Juegos y dinámicas de educación para la paz)*. Los libros de la Catarata.
- Ceberio, M. (2006). *La buena comunicación: las posibilidades de la interacción humana*. Paidós.
- Cid, J. (2008). El incremento de la población reclusa en España entre 1996 - 2006: Diagnóstico y remedios. *Revista Española de Investigación Criminológica*, 6, 1 - 31.
- Cid, J. (coord.) y Larrauri, E. (coord.), Escobar, G., Lahoz, J., López i ferrer, M., Tébar, B. y Varona, D. (2002). *Jueces penales y penas en España (Aplicación de las penas alternativas a la privación de libertad)*. Tirant lo Blanch.
- Cid, J. y Larrauri, E. (2005). *La delincuencia violenta: prevención, castigo o rehabilitación*. Tirant lo Blanch.
- Cid, J., y Martí, J. (2011). *El proceso de desistimiento de las personas encarceladas. Obstáculos y apoyos. Documentos de trabajo*. Centre d'Estudis Jurídics i Formació Especialitzada.
- Cid, J. y Tébar, B. (2010). Libertad condicional y delincuentes de alto riesgo. *Revista Española de Investigación Criminológica*, 8, 1 - 23.
- Cid, S. (22 de octubre de 2016). *Los tres estilos de comunicación y sus efectos*. <https://www.psicologoemadrid.co/estilos-de-comunicacion>.
- Colegio Oficial de Trabajadores Sociales de Madrid (2003). *Manual para el trabajo social de acompañamiento en los itinerarios de inserción*.
- Coletti, M. y Linares, J.L. (1997). *La intervención sistémica en los servicios sociales ante la familia problemática*. Paidós.
- Colom, D. (2005). *Libro verde del trabajo social. Instrumentos de documentación técnica*. Consejo General de Diplomados en Trabajo Social.
- Colmenarez, J. (2009). Actitud familiar ante la llegada del liberado al hogar (Estudio de casos). *Capítulo Criminológico*, 33(1).
- Comellas, M. J. (2009). *Familia y escuela: compartir la educación*. Graó.

- Concepto definición (Última edición: 14 de abril de 2021). Definición de Infancia. <https://conceptodefinition.de/infancia>.
- Consejo General de Trabajo Social (9 de junio de 2012). *Código Deontológico de Trabajo Social*. [https://www.cgtrabajosocial.es/codigo\\_deontologico](https://www.cgtrabajosocial.es/codigo_deontologico).
- Cortes, F. (2007). *Apunts de Treball Social Comunitari*. Universitat de Barcelona.
- Credho. (2004). *Trabajando con familias en dependencia a drogas y vulnerabilidad social desde el modelo de comunidad terapéutica*. Publicación CONACE.
- De Cellis, E. (2001). Prevención de la violencia de género en J. Pérez y A. Escobar. *Perspectivas de la violencia de género* (pp. 73 - 93). Grupo 5 Editorial.
- De Mangione, E. C. D. D. y De Anglat, H. D. (2002). Asertividad, su relación con los estilos educativos familiares. *Interdisciplinaria*, 19(2), 119 - 140.
- Del Mar, M. (2017). Análisis de los apoyos y conflictos sociofamiliares de las mujeres en prisiones españolas. *Revista de Paz y Conflictos*, 10(1), 189 - 211.
- Díaz, J. (2003). *Prevención de los conflictos de pareja*. Desclée de Brouwer.
- Elizondo, M. (2005). *Asertividad y escucha activa en el ámbito académico*. Editorial MAD.
- Equipo Inclusionlab UC (s.f). *Por las ranuras de este espacio opaco. El vis a vis en prisión*. [Archivo de Video]. [https://drive.google.com/drive/folders/1J0A27niOdTE3YRrerPllfF2\\_58yHPEAE?usp=sharing](https://drive.google.com/drive/folders/1J0A27niOdTE3YRrerPllfF2_58yHPEAE?usp=sharing).
- Escarbajal, A. (1995) Intervención socioeducativa en comunidades locales. *Pedagogía social: revista interuniversitaria*, 11, 33 - 50.
- Escartín-Caparrós, M.J. (1992). El sistema familiar y el trabajo social. *Alternativas. Cuadernos de Trabajo Social*, 1, 55 - 75.
- Escartin- Caparrós, M.J., Palomar, M., Suárez, E. E. (1997). *Introducción al Trabajo Social II. Trabajo Social con individuos y familias*. Aguaclara.
- Espinal, I., Gimeno, A., y González, F. (2006). El enfoque sistémico en los estudios sobre la familia. *Revista internacional de sistemas*, 14, 21 - 34.
- Esteban, M.L., Medina, R. y Távora, A. (2005). ¿Por qué analizar el amor? Nuevas posibilidades para el estudio de las desigualdades de género en C. Díez y G. Gregorio (Ed.) *Cambios culturales y desigualdades de género en el marco local - global actual*. X Congreso de Antropología. Sevilla: FAAEE - Fundación El Monte - ASANA, 207 - 223.
- Feixas, G., Muñoz, D., Compañ, V. y Montesano, A. (2012). *Modelo sistémico en la intervención familiar*. Universidad de Barcelona.
- Fernández, A., y Egido, R. (2014). El trabajo social comunitario "¡Sí se puede!": Ejemplos prácticos de satisfacción de necesidades sociales. *AZARBE, Revista Internacional de Trabajo Social y Bienestar*, 3. <https://revistas.um.es/azarbe/article/view/198741>.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

- Fernández, P. (7 de mayo de 2018). *El trabajo social comunitario como motor para una ciudadanía activa*. [https://www.eldiario.es/castilla-la-mancha/palabras-clave/trabajo-social-comunitaria-ciudadania-activa\\_132\\_2132184.html](https://www.eldiario.es/castilla-la-mancha/palabras-clave/trabajo-social-comunitaria-ciudadania-activa_132_2132184.html).
- Fernández, T. y Ponce, L. (2008). El proceso de intervención en Trabajo Social con casos en T. Fernández (Coord.). *Trabajo Social con Familias casos*. Alianza, 195-219
- Fernández, T. y Ponce, L. (2012). *Principales técnicas y documentos del trabajo social individualizado en Trabajo Social Individualizado: Metodología de Intervención*. Alianza Editorial.
- Ferrer, V. y Bosch, E. (2013). Del amor romántico a la violencia de género. Para una coeducación emocional en la agenda educativa. Profesorado. *Revista de Currículum y Formación de Profesorado*, 17 (1), 105 - 122.
- Fisher, H., Aron, A., Mashek, D., Li, H. y Brown, L.L. (2002). Defining the brain system of lust romantic attraction and attachment. *Archives of Sexual Behavior*, 31 (5), 413 - 419.
- Flaquer, L. (1998). *El destino de la familia*. Ariel.
- Fox, K.J. (2014). Restoring the social: offender reintegration in a risky world. *International Journal of Comparative and Applied Criminal Justice*, 38 (3), 235-256.
- Fundación Paniamor. (7 de abril de 2016). *Anuncio Coca Cola con tema las familias* [Archivo de Vídeo]. Youtube. [https://www.youtube.com/watch?v=GNidkQOhc\\_Y](https://www.youtube.com/watch?v=GNidkQOhc_Y)
- Gálligo, F. (2015). *Mejorando mis relaciones personales*. Amistades, familia y pareja. EOS.
- García, M.D., Ramírez, G. y Lima A. (1998). La construcción de valores en la familia en M.J. Rodrigo y J. Palacios (Ed.). *Familia y desarrollo humano* (pp. 201 - 224). Alianza.
- García, J. (2012). *Técnicas narrativas en psicoterapia*. Síntesis.
- García, J.A. (s.f.) *La terapia de pareja desde la perspectiva conductual*. <http://www.psicoterapeutas.com/pacientes/pareja.htm>.
- García-Borés, P., Font, N., Fernández, C., Escuriol, R., Roig, A., Leyton, H. y Moreno, M. (2006). *La cárcel en el entorno familiar. Estudio de las repercusiones del encarcamiento sobre las familias: problemáticas y necesidades*. Universidad de Barcelona.
- García-Martínez, J. (2012). *Técnicas narrativas en psicoterapia*. Síntesis.
- García- Vita, M. (2017). Análisis de los apoyos y conflictos sociofamiliares de las mujeres en prisiones españolas. *Revista de Paz y Conflictos*, 10 (1), 189 - 211. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6103289>.
- Gerson, R. y McGoldrick, M. (1993). *Genogramas en la evaluación familiar*. Gedisa.
- Gerza (s.f.) *Dinámica: Identificación de expectativas*. [https://gerza.com/dinamicas/categorias/todas/todas\\_dina/identificacion\\_expectativas.html](https://gerza.com/dinamicas/categorias/todas/todas_dina/identificacion_expectativas.html).

- Gervilla E. (Ed.). (2002). *Educación familiar. Nuevas relaciones humanas y humanizadoras*. Narcea.
- Giddens, A. (2010). *Sociología*. Alianza.
- Jimeno, A. (2007). La familia en la sociedad de la información y de la diversidad en F.A. Orizo, M.R. Buxarrais y M.P. Zeledón (Ed.) *Las familias y la educación en valores democráticos. Retos y perspectivas actuales*. Claret.
- Goleman, D. (1998). *La inteligencia emocional en la práctica*. Kairós.
- Gómez, F. (2016). *Redes comunitarias y avances de supervisión en Trabajo Social*. Librería UNED.
- Gómez, F., García, L., Bolaños, I., Garrigós, S., Hierro, M., y Tejedor, M. (2010). *Cómo resolver los conflictos familiares*. Manual. Dirección General de Familia, Comunidad de Madrid.
- Gómez, L., Pérez, M. y Vila, J., (2001). Problemática actual del apoyo social y su relación con la salud: una revisión. *Psicología conductual*, 9, 5 - 38.
- González-Benítez, I. (2000). Las crisis familiares. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16(3), 270 - 276.
- Goodwin, R. y Findlay, C. (1997). "We were just fated together" ... Chinese love and the concept of yuan in England and Hong Kong. *Personal Relationships*, 4, 85 - 92.
- Gorbeña, L. (2008). *Guía para el diálogo y la resolución de conflictos en familia*. Ayuntamiento de Leioa. [http://www.leioa.net/vive\\_doc/GUIA\\_PADRES-MADRES\\_LEIOA-GEUZ\\_CAST.pdf](http://www.leioa.net/vive_doc/GUIA_PADRES-MADRES_LEIOA-GEUZ_CAST.pdf).
- Gottman, J.M. (1994). *What predicts divorce: The relationship between marital process and marital outcomes*. Lawrence Erlbaum.
- Gottman, J.M. y Silver, N. (2001). *Siete reglas de oro para vivir en pareja*. Plaza y Janes.
- Gottman, J. (2014). *Principia Amoris. The new science of love*. Routledge.
- Gracia, E. (1997). *El apoyo social en la intervención comunitaria*. Paidós.
- Guzman, M. y Contreras, P. (2012). Estilos de apego en relaciones de pareja y su asociación con la satisfacción marital. *Psyke*, 21(1), 69 - 82.
- Haley, J. (1980). *Terapia para resolver problemas*. Amorrortu.
- Heckman, J. (2010). La economía y psicología del desarrollo humano en contextos de equidad. *Temas de la Agenda Pública*, 35, 1 - 22.
- Hernández, G., Imaz, E., Martín, T., Naredo, M., Pernas, B., Tandogan, A. y Wagman, D. (2001). *Mujeres gitanas y Sistema Penal. Informe Barañí*. Iniciativa DAPHNE de la Comisión Europea.



Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

- Hernando, A., Aguaded, I. y Pérez, M.A. (2011). Técnicas de comunicación creativas en el aula: escucha activa, el arte de la pregunta, la gestión de los silencios. *Educación y futuro: revista de investigación aplicada y experiencias educativas*, 24, 153 - 180.
- Herrero, O. (2018). *Agresores sexuales. Teoría, evaluación y tratamiento*. Síntesis.
- Holman, T.B. y Jarvis, M.O. (2003). Hostile, volatile, avoiding and validating couple conflict types: An investigation of Gottman's couple - conflict types. *Personal Relationships*, 10, 267 - 282.
- Huertas, O., Sotelo, E. M., López, E. J., Bolívar, E. y Camargo, E. (2015). Percepción, expectativas y temores frente al regreso a la libertad en una muestra de reclusos colombianos en el año 2011. *Revista Criminalidad*, 57 (2), 221 - 233.
- Ibañez, A. y Cid, J. (2016). *La reinserción de las personas que finalizan condena en régimen ordinario*. Centre d'Estudis Jurídics i Formació Especialitzada.
- Ibañez, A. y Pedrosa, A. (2018). *El papel de las familias en la reinserción de las personas que salen de la prisión*. Centro de estudios jurídicos y formación especializada.
- Jopi. (s.f.) [Imagen]. <https://www.jopidibuja.com>.
- Juan, L. C. (2006). *Introducción a la sistémica y terapia familiar*. Editorial Club Universitario.
- Juárez, C. (2021). *Psicología y Mente*. Las 75 mejores frases sobre el compromiso. <https://psicologiymente.com/reflexiones/frases-compromiso>
- Juárez, C. (2021). *Psicología y Mente*. Las 75 mejores frases sobre el compromiso. [Imagen]. <https://psicologiymente.com/reflexiones/frases-compromiso>
- Laparra, M. y Pérez Eransus, B. (2008). *Exclusión social en España. Un espacio diverso y disperso en intensa transformación*. Fundación Foessa.
- Larroy, C. (2008). Técnicas operantes I: desarrollo de conductas en FJ. Labrador (Ed.), *Técnicas de modificación de conducta*. Pirámide.
- Lee, J.A. (1973). *The colours of love: an exploration of the ways of loving*. New Press.
- Lee, J.A. (1977). A typology of styles of loving. *Personality and social Psychology Bulletin*, 3, 173 - 182.
- Lewis, J. (1999). *Individualism and Commitment in marriage and cohabitation*. Lord Chancellor's Department Research Program.
- Ley Orgánica 1/2004 de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género. (2004). *Boletín Oficial del Estado*, 313, de 29 de diciembre de 2004, 42166 a 42197. <https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2004-21760&p=20151006&tn=1>.

- Lila, M., García, A. y Lorenzo M.V. (2010). *Manual de Intervención con maltratadores*. Publicaciones de la Universidad de Valencia.
- Lillo, J. (2014). *Laboratorio. Prevención de la violencia de género en la adolescencia*. Instituto Navarro de Deporte y Juventud.
- Lillo, N. y Roselló, E. (2004). *Manual para el trabajo social comunitario*. Narcea.
- López, G. (2015). *El rol de la familia en los procesos de educación y desarrollo humano de los niños y niñas*. Universidad Metropolitana.
- López, M. J. R. y Palacios, J. (1998). *La familia como contexto de desarrollo humano*. Alianza.
- López, P. (1987). *Un método de investigación-acción participativa*. Editorial Popular, S.A.
- López, S., Escudero, V. (2013). *Familia, evaluación e intervención*. CSS.
- Madrid, J. (2005). *Los procesos de la relación de ayuda*. Desclée.
- Manzanos, C. y Balmaceda, J. (2003). *Situación de las mujeres en las cárceles del País Vasco*. Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco.
- Manzanos, C. (1998). Salir de Prisión: la otra condena. Zerbitzuan: Gizarte zerbitzuetarako aldizkaria. *Revista de servicios sociales*, 35, 64 - 69. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2698837>.
- Marchioni M. (1999). *Comunidad, Participación y desarrollo. Teoría, metodología y práctica de la intervención comunitaria*. Ed. Popular.
- Marroquí, M. y Cervera, P. (2014). Interiorización de los falsos mitos del amor romántico en jóvenes. *REIDOCREA*, 3, 142 - 146.
- Martí, J. y Cid, J. (2015). Encarcelamiento, lazos familiares y reincidencia. Explorando los límites del familismo. *Revista Internacional de Sociología*, 73(1), e002. <https://doi.org/10.3989/ris.2013.02.04>
- Martí, J., Pascual, J. y Riera, C. *Participación y desarrollo comunitario en medio urbano: experiencias y reflexiones*. IEPALA Editorial.
- Martínez, V. (5 de noviembre de 2012). Mapa de redes sociales y familiares. *Soy trabajo social*. <http://www.soytrabajosocial.com/2012/11/mapa-de-redes-sociales-y-familiares.html>.
- Martínez, V. (2012). Visita domiciliaria. *Soy Trabajo Social*. <http://www.soytrabajosocial.com/2011/09/visita-domiciliaria.html>.
- Masía Martínez, R. y Bueno Sánchez, L. (2017). Diseño de herramienta para la representación gráfica de mapas de red de apoyo social en C. Guinot y A. Ferrán (Ed.), *Trabajo Social: arte para generar vínculos*. Universidad de Deusto.
- Mateo, J. (2010). *Cuentos que mi jefe nunca me contó*. Ed. Lid.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

- Maureira, F. (2011). Los cuatro componentes de la relación de pareja. *Revista electrónica de Psicología iztalaca*, 14 (1): 321 - 332.
- McGoldrick, M. y Gerson, R. (1985). *Genogramas en la evaluación familiar*. Gedisa.
- Melero, R. (2008). *La relación de pareja. Apego, dinámicas de interacción y actitudes amorosas: consecuencias sobre la calidad de la relación*. Departament de Psicologia Evolutiva i de Educació.
- Méndez, R., Suárez, A., Negredo, L., Rodrigo, M.J., Lobo, M., Pérez, S., Maldonado, S., Oro - Pulido, M. y Álvarez, G. (2016). *Manual para el profesional. Programa Encuentro. Programa de Intervención frente a la violencia familiar en medidas alternativas*. Secretaría General de Instituciones Penitenciarias.
- Merino, E. (2018). *Sexismo, amor romántico y violencia de género en la adolescencia*. Ministerio de la Presidencia, Relaciones con las Cortes e Igualdad. Premio de la Delegación del Gobierno para la Violencia de Género a Tesis Doctorales sobre Violencia contra la mujer.
- Mills, A. y Codd, H. (2008). Prisoners' families and offender management: mobilizing social capital. *Probation Journal*, 55 (1), 9–24.
- Minuchin, S. (1982). *Familias y Terapia Familiar*. Gedisa.
- Minuchin, S., y Fishman, H.C. (1984). *Técnicas de terapia familiar*. Paidós.
- Morata, T., Palasí, E., Enjuanes, J. y Santpere, E. (2013, April). *Trabajo social comunitario en centros penitenciarios: la experiencia de la Unidad Terapéutica y Educativa del Centro penitenciario de Villabona (Asturias)*. I Congreso Internacional sobre la construcción disciplinar del Trabajo Social a propósito del nuevo Grado. Universidad de Deusto (2011).
- Moratalla, T., Carreras, A., & Villegas, J. (s.f.) Apuntes sobre ciclo vital individual y familiar. <https://www.avntf-evntf.com/wp-content/uploads/2016/06/Apuntes-Ciclo-Vital-Carreras-Moratalla-y-Villegas.-2014.pdf>.
- Morgado, I. (2014). *Emociones e inteligencia social, las claves para una alianza entre los sentimientos y la razón*. Ariel.
- Mortar Stone. (s.f.). Team huddle harmony togetherness happiness concept [Imagen]. <https://mortarstone.com/about/team-huddle-harmony-togetherness-happiness-concept>.
- Muñoz, A. (3 de febrero de 2020). *12 dinámicas de comunicación asertiva (adultos y niños)* <https://www.lifeder.com/dinamicas-comunicacion-asertiva>.
- Muñoz, A. P. y Chaves, L. (2013). La empatía: ¿un concepto unívoco? *Katharsis: Revista de ciencias sociales*, 16, 123 - 143.

- Navarro, S. (1996). Un enfoque alternativo en la intervención con familias desde la comunidad. *Educación social: Revista de intervención socioeducativa*, 4, 48 - 70.
- Negredo, L., y Pérez, M. (2019). *Intervención y tratamiento de delincuentes en prisión y medidas alternativas*. Síntesis.
- Nelson, J. (2002). *Disciplina Positiva: Consejos que invitan a la cooperación entre padres e hijos basados en la dignidad y el respeto*. Oniro.
- Orcasita, L. T. y Uribe, A. F. (2010). La importancia del apoyo social en el bienestar de los adolescentes. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 4(2), 69 - 82. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=297224090010>.
- Ortega, J. (2012). El vínculo de pareja: una posibilidad afectiva para crecer. *Revista Electrónica Educare*, 16, 23 - 30.
- Ortega, P., y Mínguez, R. (2003). Familia y transmisión de valores. *Teoría de la educación*, 15, 33-56.
- Páez, X. (2006). *Neurobiología del amor y sustrato biológico de la monogamia*. Seminarios postgrados multidisciplinares biología celular. Venezuela: Universidad de los Andes.
- Palomar, M. y Suárez, E. (1993). El modelo sistémico en el trabajo social familiar: consideraciones teóricas y orientaciones prácticas. *Cuadernos de Trabajo Social*, 2, 169 - 184.
- Palomino, Y. y Suárez, M. (2006). Instrumentos de Atención a la Familia: El Familiograma y el APGAR familiar. *RAMPA*, 1 (1), 48 - 57.
- Parra, B. (2017). *El trabajo social de grupo en la actualidad: La utilización de los vínculos para la promoción del cambio social* [Tesis de doctorado]. Universidad de Barcelona. <http://hdl.handle.net/10803/482214>.
- Pérez, F. (12 de febrero de 2019). *El modelo Transteórico del cambio de Prochaska y Diclemente*. <https://lamenteesmaravillosa.com/modelo-transteorico-del-cambio-prochaska-diclemente>.
- Pérez, J. y Gardey, A. (s.f.) Definición de relación de pareja. <https://definicion.de/relacion-de-pareja>.
- Pérez, M., Redondo, S., Martínez, M., García, C., y Andrés, A. (2008). Predicción del Riesgo de Reincidencia en Agresores Sexuales. *Psicothema*, 20, (2), 205 - 210.
- Petersilia, J. (2003). *When prisoners come home: parole and prisoners reentry*. Oxford University Press.
- Pinto, B. (2012). *Psicología del amor*. Universidad Católica Boliviana "San Pablo".
- Pitman, F. S. (2012). *Momentos decisivos. Tratamiento de familias en situaciones de crisis*. Paidós Terapia Familiar.
- Quiles, M. y Espada, C. (2004). *Familia y autoestima*. Ariel.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

Quiroz, M. (1998). *Sociodiagnóstico*. Universidad de Concepción.

Rambal, S. M., Madariaga, O. C. e Ibáñez, N. L. (2014). Estudios sobre las estrategias de afrontamiento y el bienestar subjetivo, psicológico y social de mujeres internas en un centro de reclusión femenino del caribe colombiano. *Revista criminalidad*, 56 (3): 45 - 57. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5125447>.

Ramirez, I. (1992). El trabajo social familiar. Alternativas. *Cuadernos de Trabajo Social*, 1, 25 - 31.

Raver, A., Sabey, A.K., Proulx, C.M. y Volling, B.L. (2019). What are the marital problems of happy couples? A Multimethod, two - sample investigation. *Family Process Institute*. <https://doi.org/10.1111/famp.12483>.

Real Decreto 190/1996, de 9 de febrero, por el que se aprueba el Reglamento Penitenciario. *Boletín Oficial del Estado*, 40, de 25 de mayo de 1996, 5380 a 5435.

<https://www.boe.es/eli/es/rd/1996/02/09/190>.

Recreo Viral (30 de agosto de 2021). *El Emotivo Video sobre Navidad de los Supermercados Alemanes Edeka te hará Reflexionar*. <https://www.recreoviral.com/reflexion/alemanes-edeka-video-de-navidad>.

Redondo, S., Luque, E., Navarro, J. C., y Martínez, M. (2005). Análisis empírico de las características y factores de riesgo de reincidencia de una muestra de agresores sexuales encarcelados. *Anuario de Psicología Jurídica*, 15, 135 - 157.

Redondo, S., Pérez, M., y Martínez, M. (2007). El riesgo de reincidencia en agresores sexuales: Investigación Básica y valoración mediante el SVR-20. *Papeles del Psicólogo*, 28(3), 187 - 195.

Redondo, S. (2017). *Evaluación y tratamiento de delincuentes: jóvenes y adultos*. Ediciones Pirámide.

Ren, Y. y Lu, A. (2020). *A New Study on the Judicial Administrative System with Chinese Characteristics*. Springer.

Ríos, J. (2005). *Los ciclos vitales de la familia y la pareja*. CCS.

Ripol-Millet, A. (2001). *Familia, trabajo social y mediación*. Paidós.

Rivera, G., Romero, M.C., Labrador, M.A. y Serrano, J. (2006). *El control de la agresión sexual: Programa de intervención en el medio penitenciario*. Documentos Penitenciarios 3. Ministerio del Interior, Secretaría General Técnica.

Roca, E. (2014). *Cómo mejorar tus habilidades sociales*. ACDE.

Rodríguez, K. (2013). El amor y las relaciones de pareja en la modernidad: un análisis transcultural del libro de Beck y Beck titulado "El normal caos del amor". *Cuadernos de Antropología*. 23, 55 - 82.

- Rodríguez, L.M. y Treviño, L. (2016). Violencia en pareja, amor romántico y trabajo social. Voces desde futuros trabajadores sociales mexicanos. *Trabajo Social Hoy*, 79, 99 - 130.
- Rodrigo M.J. y Ceballos, E. (1998). Las metas y estrategias de socialización entre padres e hijos en M.J. Rodrigo y J. Palacios (Ed.). *Familia y desarrollo humano* (pp. 225 - 244). Alianza.
- Rodrigo, M. J., Máiquez, M. L., Martín, J. C. y Byrne, S. (2008). *Preservación Familiar: un enfoque positivo para la intervención con familias*. Pirámide.
- Rodrigo, M. y Palacios, J. (1998). *Familia y desarrollo humano*. Alianza.
- Rosell, T. y Rodríguez, P. (2017). *La entrevista en Trabajo Social*. Herder.
- Rosenberg, M. B. (2019). *Comunicación no violenta: un lenguaje de vida*. PuddleDancer Press.
- Rosser, A., Bueno, A., y Domínguez, F. J. (2013). Acción e investigación en la intervención psicosocial con menores. *Portularia*, 2 (XIII), Universidad de Alicante.
- Ruiz, S., Negredo, L, Ruiz, A., Garcia-Moreno, CL., Herrero, O., Yela, M. y Pérez, M., (2010). Violencia de género. *Programa de intervención para agresores. Documentos Penitenciarios*. Ministerio del Interior, Secretaría General Técnica.
- Salzverger-Wittenberg, I. (1990). *La relación asistencial*. Amorrortu.
- Sánchez, C. (2008). La familia: concepto, cambios y nuevos modelos. *La Revue du REDIF*, 2 (2), 15 - 22.
- Sánchez, E. (2009). Incidencia del grado de apoyo social en la gravedad de delitos sexuales. Estudio exploratorio con una muestra de reclusos del Centro Penitenciario Madrid IV. *Boletín de la Asociación de Técnicos de Instituciones Penitenciarias*, 23, 33 - 44.
- Sánchez, R. y Martínez, R. (2014). Causas y caracterización de las etapas del duelo romántico. *Acta de Investigación psicológica*, 4 (1), 1329 - 1343.
- Santrock, J.W. (2003). *Adolescencia*. McGraw-Hill.
- Sanz, A. (2000). *La vida en pareja. Cómo resolver las dificultades de la comunicación*. Temas de Hoy.
- Satir, V. (1978). *Relaciones humanas en el núcleo familiar*. Pax.
- Secretaría General de Instituciones Penitenciarias (2007). *Instrucción 9/2007 sobre clasificación y destino de penados. Régimen cerrado. Régimen Abierto. Informes*.
- Sluzki, C. (1998). *La red social. Frontera de la práctica sistémica*. Gedisa.
- Smith, D. (2001). Romance, parenthood and gender in a modern african society. *Ethnology*. 40 (2), 129 - 151.
- Speck, R. V., Attneave, C. L. (1973). *Redes familiares*. Amorrortu.

Guía de intervención de Trabajo Social en programas de tratamiento de Instituciones Penitenciarias.  
Programa Alianzas: Intervención sociofamiliar y comunitaria

- Sprecher, S. (2002). Sexual satisfaction in premarital relationships: associations with satisfaction, love, commitment and stability. *Journal of Sex Research*, 39, 190 - 196.
- Sternberg, R.J. (1989). *El triángulo del amor*. Paidós.
- Suarez, M. A. y Alcalá, M. (2014). APGAR Familiar: una herramienta para detectar disfunción familiar. *Revista médica La Paz*, 20(1), 53 - 57.
- Suárez, P. y Vélez, M. (2018). El papel de la familia en el desarrollo social del niño: una mirada desde la afectividad, la comunicación familiar y estilos de educación parental. *Revista Psicoespacios*, 12(20), 173 - 198.
- Tracy, E. M. y Whittaker, J. K., (1990). El Mapa de la Red Social: Evaluación del Apoyo Social en la Práctica Clínica. *Familia en sociedad*, 71(8), 461– 470.
- Travis, J. (2005). *But they all come back. Facing the challenges of prisoner reentry*. The Urban Institute Press.
- Travis, J., Western, B. y Redburn, S. (2014). *The Growth of Incarceration in the United States, Exploring Causes and Consequences*. National Research Council.
- Turu E, Barnés I. y Marco A. (2019). Continuidad asistencial y terapéutica tras la excarcelación: un problema urgente que precisa soluciones. El modelo aplicado en las prisiones de Cataluña. *Revista Española de Sanidad Penitenciaria*, 21(3), 163 - 170.
- Uceda, F.X. y Domínguez, J. (2017). Vinculación entre la vulnerabilidad y la exclusión social y las trayectorias delictivas. Un estudio de asociación. *Psychosocial Intervention*, 26, 29–37.
- Upsocl chanel. (28 de Julio de 2014). *La importancia de la familia* [Archivo de Video]. Youtube. [https://www.youtube.com/watch?v=EAq\\_QUIBrB0](https://www.youtube.com/watch?v=EAq_QUIBrB0).
- Valencia, D. y Ospina, M. (2016). Crisis en el ciclo vital de la pareja y sus principales implicaciones en los niños y adolescentes. *Revista Académica e Institucional Páginas de la UCPR*, 99, 145 - 156.
- Valenzuela, E. (2005). Padres involucrados y uso de drogas: un análisis empírico. *Revista Estudios Públicos*, 101, 147 - 164.
- Vallés, A. y Vallés, C. (2000). *Inteligencia emocional. Aplicaciones educativas*. EOS.
- Vásquez, C. I. R. (2012). La relación madre-hijo en la desnutrición tipo marasmo: una revisión temática. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 3(2), 302-315.
- Vernet, F. (2001). *La historia de vida en la intervención gerontológica: instrumentos y métodos para la elaboración*. Gerokomos.
- Villalba, C. (1993). Redes Sociales: un concepto con importantes implicaciones en la intervención comunitaria. *Intervención Psicosocial*, 4 (2), 69 - 85.
- Villar, F. y Triado, C. (2006). *El estudio del ciclo vital a partir de historias de vida: una propuesta práctica*. Universidad de Barcelona.

- W.A.A. (1990). *Manual de técnicas utilizadas en Trabajo Social*. Escuela Universitaria de Trabajo Social de San Sebastián.
- W.A.A. (2001) *El acompañamiento y los procesos de incorporación social guía para su práctica*. Departamento de Justicia, Trabajo y Seguridad Social. Dirección de Bienestar Social Gobierno Vasco.
- Wachs, K. (2001). *Los secretos del amor*. Amat.
- Walker, S. y Barton, L. (1983). *Gender, class and education*. The Falmer Press.
- Watzlawick, P., Beavin, J. y Jackson, D. (1971). *Teoría de la comunicación humana*. Herder.
- White, M. (1989). *Guías para una terapia familiar sistémica*. Gedisa.
- White, M. (2002). *Reescribir la vida: entrevistas y ensayos*. Gedisa.
- Willis, G. W., y Grace, R. C. (2009). Assessment of community reintegration planning for sex offenders: Poor planning predicts recidivism. *Criminal Justice and Behavior*, 36, 494–512.
- Yela, C. (2002). *El amor desde la Psicología Social: ni tan libres ni tan racionales*. Pirámide.
- Yela, C. (2003). La otra cara del amor: mitos, paradojas y problemas. *Encuentros en Psicología Social*, 1(2), 263 - 267.



## Notas

---

## Notas

---

## Notas

---

## Notas

---

## Notas

---