



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA

Sistema de Universidad Abierta y Educación a Distancia

Manuscrito Recepcional

**Programa de Profundización en Procesos de Psicología
Educativa**

**“Análisis del discurso a través de la
terapia narrativa en personas privadas de
su libertad”**

Reporte de Investigación Empírico

PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A:

BOLAÑOS PÉREZ ANA LUISA

Presidente: Dr. J. Jesús Becerra Ramírez

Vocal: Mtra. Evelin Alejandra Galicia Gómez

Secretario: Mtra. Adriana Rojas Baltazar



Los Reyes Iztacala, Tlalnepantla, Estado de México, 9 de junio, 2023.



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Agradecimientos:

Agradezco a Dios que jamás quitó ese anhelo de mi corazón de poder estudiar una licenciatura a pesar de todas las adversidades, a mis padres y hermanos por cada palabra de aliento que me dieron, en especial a mis hijos **“Jay y Luigi”**, por los años que sacrifique el tiempo que les pertenecía para dedicarlo a la escuela, por todo su amor, paciencia, tolerancia, enseñanzas, abrazos, entusiasmo y besos que con calidez me ofrecían cada vez que desfallecía, por hacerme saber siempre que confiaban en mí, a Luis L, por hacerme ver mis fortalezas y por la familia que me dio. A José L, por su amor, paciencia y apoyo incondicional para poder cerrar este capítulo de mi vida. A mis profesores Jesús y Evelyn, que sin conocerme confiaron en mí para pertenecer a un proyecto lleno de calidez humana y conocimiento. A mis grandes amigos, Liam, Ariel y Sandy, que siempre estuvieron ahí para darme luz, por su invaluable compañía, por sus risas y consejos, a Marcos, por sacarme de esa “caja de matrix” y por siempre estar, a Raúl (Scooby) por desvanecer mi ansiedad con sus consejos cada que iniciaba un semestre, a Isa y Ana, por todo su apoyo incondicional. A aquellos profesores que se volvieron inolvidables, Rizo, Gaby Méndez, Giovanni, Laura Edith, Selene, Liliana Hernández, Edgardo Becerra, Blanca Arias, por toda su dedicación, acompañamiento y calidez. Al personal del Centro Penitenciario, Lic. Alfredo, Lic. Lupita, Lic. Alma, Aldo y Marisol, gracias por todo el apoyo incondicional y por compartirme su tiempo y conocimiento, a los PPL que confiaron en mí para llevar a cabo esta investigación. A mis compañeros de equipo, Rahab, Raquel, Eli, Aline, Ania, Magda, Anayeli, gracias por coincidir y por las lecciones que me llevo de cada una de ustedes. A todos los que participaron en mi formación académica con entrevistas y encuestas, Dr. Aragón, Bernal, Nico Bolaños, Prisci González, Sophie Centeno, Fabi, Nena, Geli, Zayra, Diego, Axel... gracias por hacerlo posible y porque nunca se me olvide que...

Todo lo que vívidamente imagine, sinceramente crea y con entusiasmo emprenda, inevitablemente me sucederá.

Paul, J. Meyer

Índice

Resumen	3
Abstract	4
Introducción	5
1. Marco Teórico	6
1.1 La psicología comunitaria e institucional	7
Análisis y psicología institucionales	9
Instituciones y subjetividad	9
1.2 Investigación acción como una metodología para la intervención comunitaria	11
Institución, Organización y grupo	13
Organizaciones totales	13
1.3 Salud mental	14
Higiene mental y psicohigiene	15
Trastornos psicológicos	16
Abuso de sustancias	16
1.4 Intervención psicológica en comunidades e instituciones	17
Intervención desde el modelo de apoyo social	17
1.5 Reinserción social	18
2. Justificación	19
2.1 Identificación de necesidades y satisfactores.	21
2.2 Justificación Teórica	23
3. Planteamiento del problema	25
3.1 Pregunta de investigación	26
3.2 Objetivo General	26
Objetivos específicos	26
4. Metodología	27
4.1 Caracterización de la comunidad o institución	28
4.2 Investigación acción	28
4.3 Fases del método Investigación Acción	29
4.4 Técnica narrativa	36
4.5 Terapia narrativa como dispositivo de intervención	37
4.6 Instrumento Entrevista Narrativa	39
4.7 Participantes	40
4.8 Procedimiento	41
5. Análisis y resultados	42
5.1 Introspección sobre quiénes eran antes de ser recluidos	42
5.2 La experiencia de estar institucionalizados.	52
5.3 Redes de apoyo dentro y fuera de la institución	56
5.4 La Reinserción Social	60
5.5 Sueños, esperanzas y la proyección hacia su futuro	65
6. Conclusiones	68
7. Referencias	70
Bibliografía complementaria	73
8. Apéndice y Anexos	75
Calendario de actividades	75
Anexos	78

Resumen

La institucionalización en el sistema penitenciario tiene un impacto en la calidad de vida de las personas que se encuentran en reclusión, ya que con frecuencia se les trata de una manera inhumana y que además se encuentran inmersos en relaciones basadas en la violencia, la desconfianza, la agresión y otras condiciones que les impiden satisfacer de una manera satisfactoria las necesidades básicas como seres humanos y que da como resultado la afectación de su bienestar psicológico, social, físico y espiritual, situación que a su vez puede dificultar la reinserción social de quienes se encuentran privados de su libertad. Por lo tanto, el objetivo de esta investigación fue conocer la experiencia y calidad de vida percibida en un grupo de hombres que asistieron a la “Clínica de Adicciones” de un Centro Reclusión de la CDMX. A través del método investigación-acción, se buscó lograr la re-dignificación y humanización de los participantes. Para lograr este fin se generó un vínculo de confianza y un espacio en donde contarán su experiencia de vida antes de ser reclusos y durante su reclusión, así como sus sueños y esperanzas hacia el futuro, que les permitió abordar su yo, y la experiencia de abordarse nuevamente de sí mismos, llevándolos a la auto reflexión, en un espacio seguro que les generó la resiliencia, la reconstrucción de su identidad y la proyección que tienen sobre sí mismos hacia el futuro.

Palabras clave: institucionalización, sistema penitenciario, privación de la libertad, calidad de vida, bienestar, narrativa, escritura.

Abstract

Institutionalization in the penitentiary system has an impact on the quality of life of people who are in prison, since they are frequently treated in an inhumane manner and are also immersed in relationships based on violence, mistrust, aggression and other conditions that prevent them from satisfactorily satisfying their basic needs as human beings and that results in the affectation of their psychological, social, physical and spiritual well-being, a situation that in turn can hinder the social reintegration of those who They are deprived of their liberty. Therefore, the objective of this research was to know the experience and perceived quality of life in a group of men who attended the "Addiction Clinic" of a CDMX Prison Center. Through the research-action method, we sought to achieve the re-dignification and humanization of the participants. To achieve this end, a bond of trust was created and a space where they will tell their life experience before being imprisoned and during their imprisonment, as well as their dreams and hopes for the future, which allowed them to address their self, and the experience of address themselves again, leading them to self-reflection, in a safe space that generated self-resilience, the reconstruction of their identity and the projection they have of themselves towards the future.

Keywords: institutionalization, prison system, deprivation of liberty, quality of life, well-being, narrative, writing.

Introducción

En las cárceles de México se atribuyen ciertas generalidades, tales como la violación a los derechos humanos, la constante corrupción (tanto de los internos como de algunas autoridades), así mismo, también se encuentra la impunidad (no menos presente), sobre todo en los encargados de hacer que se respete el orden y los derechos de las personas privadas de su libertad, esto se da en los diferentes niveles de la organización del Sistema Penitenciario, además se pueden identificar problemas tales como el autogobierno, la violencia, las adicciones, entre otras. Teóricamente las cárceles fueron diseñadas para privar de la libertad a quienes cometieron algún delito determinado y el propósito es, que dentro de estas instituciones, las personas privadas de su libertad (en adelante denominaremos PPL), desarrollen las habilidades necesarias para poder ser reinsertados a la sociedad y a sus familias, pero las condiciones de las cárceles en México, presentan otra realidad muy diferente, ya que al interior de ellas, la readaptación es algo prácticamente imposible de lograr, pues las condiciones en las que se encuentran los internos, lejos de rehabilitarlos, genera en ellos resentimiento, hostilidad y violencia, logrando la pérdida de habilidades para vivir en sociedad, ya que el abuso excesivo y una intervención deficiente, han provocado que los Centros Penitenciarios se conviertan en escuelas del crimen, fomentando la creación de una subcultura propia de la prisión, que comúnmente se conoce con el término de prisionalización, misma que se refiere a una institución reglada, basada en normas rígidas y un ambiente hostil, que provoca varios efectos en las personas que pasan un tiempo dentro de ellas, dichos efectos dependen de los contextos o circunstancias que empujan al individuo a cometer un delito, tales como la desigualdad, la violencia familiar, la pobreza o extrema pobreza, patrones alter legales naturalizados (como el sueño del “heroico narcotráfico” o pertenecer a una pandilla, etc.) acompañados de problemas gubernamentales como debilidad institucional, políticas públicas ineficientes o abandono estatal (Linero, 2022), creando vulnerabilidad de tipo físico, psicológico y social.

De acuerdo con los estatutos de la Comisión Nacional de los Derechos Humanos (CNDH, 2015), se establece que en México existen varias violaciones en el sistema de justicia penal, uno de ellos es la **violación al Principio de trato humano**, en este, la persona sometida al cumplimiento de una pena restrictiva de libertad debe ser tratada respetando su dignidad, seguridad e integridad física, psíquica y moral para garantizar que estará exenta de sufrir tratos crueles, inhumanos o degradantes, pero ante la falta o limitación de áreas, se genera en la prisión una serie de fenómenos dentro de los cuales la ruptura del espacio personal contribuye de manera progresiva a desestructurar la conformación de la personalidad de cualquier interno, dado que sus actividades que por un proceso de enseñanza aprendizaje adquirió desde sus etapas primarias, se ven impactadas al tener que reacomodarlas para permitir que su espacio personal e íntimo sea observado de manera permanente por diversas personas con una cosmovisión y axiología distinta y en muchas ocasiones contraria.

1. Marco Teórico

La ley establece que ninguna persona puede ser privada de su libertad, a menos de que infrinja las normas y leyes fijadas por la ley, actualmente privar a una persona de su libertad sigue siendo una manera de castigo y de seguir previniendo el delito, pero el sistema penitenciario no solo está orientado hacia la corrección, sino que también una de sus funciones es la re socialización y la reinserción, en este sentido, al imponerse penas privativas de la libertad surge un fenómeno llamado prisionalización, en donde los infractores se convierten en sujetos institucionalizados y se ven expuestos a reincorporarse de una manera abrupta, y en ocasiones violando sus derechos humanos, a una nueva subcultura llena de códigos, conductas y valores, en donde adquieren nuevas formas de relacionarse, tras la imposición de horarios, colores en la vestimenta, comidas, actividades, falta de privacidad, relaciones hostiles, gestos y desconfianza, lo que los conlleva a una efecto psicosocial a causa de la prisionalización que se conoce como despersonalización, este efecto los conlleva a un esfuerzo

adaptativo constante ante las exigencias mismas de su permanencia. Por ello, se vislumbran en las personas privadas de su libertad posibles distorsiones afectivas, emocionales, cognitivas y perceptivas ante las exigencias mismas de distintos ambientes a los que se enfrentan. Lo anterior se estudia desde un enfoque adaptativo en el campo de la psicología comunitaria e institucional, a través del método de investigación acción para lograr identificar cuáles son las problemáticas que más aquejan a un grupo de personas privadas de su libertad que se encuentran en un Centro Penitenciario de la CDMX.

1.1 La psicología comunitaria e institucional

La Psicología Comunitaria “como un campo de estudio de la relación entre sistemas sociales entendidos como comunidades y el comportamiento humano y su aplicación interventiva a la prevención de los problemas psicosociales y el desarrollo humano integral, desde la comprensión de sus determinantes socioambientales y a través de la modificación racional (consciente y generalmente planificada) de esos sistemas sociales, de las relaciones psicosociales en ellas establecidos y del desarrollo de (la) comunidad” (Sánchez, 1991).

El desarrollo de la psicología comunitaria como un campo de especialización dentro de la psicología social ha sido descrito como el fruto de un complejo proceso de sistematización teórica y metodológica ligado a distintos acontecimientos académicos, experiencias de intervención social y al contexto específico de los años sesenta y setenta. Su nacimiento oficial fue en el año de 1965 en Estados Unidos, a partir de un movimiento clave que puede ser considerado como el punto de partida de la disciplina: la conferencia de Swampscott, Massachusetts (Conference on the Education of Psychologists for Community Mental Health), a partir de la cual se inician una serie de programas de acción, en esta conferencia se produjeron una serie de movimientos sociales que difunden ideas políticas y económicas que van a influir sobre los modos de hacer y de pensar en las ciencias sociales, con la cual se pretende que las personas o las comunidades adquieran o desarrollen dominio sobre los sucesos que son importantes para ellos.

Montero (1984) menciona que la Psicología Comunitaria se presenta entonces como una vía de interacción, generadora de tecnología social, cuyo objetivo es lograr la autogestión para que los individuos produzcan y controlen los cambios en su ambiente inmediato. En este contexto se plantea al psicólogo como agente de cambio, para inducir a la toma de conciencia, la identificación de problemas y necesidades, la elección de vías de acción, la toma de decisiones y con ellos el cambio en la relación individuo ambiente, que permita la transformación de las expectativas en los individuos, así como el logro de las formas de control sobre las consecuencias de sus actos, y que además se pueda provocar un estado de alerta social, la conciencia de las propias potencialidades, así como de los derechos y de las inadecuaciones sociales.

Se trata entonces de una psicología apoyada en tres principios fundamentales:

1. *Autogestión de los sujetos que constituyen su área de estudio.* Lo cual significa que el objeto estudiado es también sujeto estudiante y que toda transformación repercute sobre todos los individuos involucrados en la relación, incluido el psicólogo agente de cambio.
2. *Como corolario de lo anterior y pivote básico de la teoría, el centro de poder cae en la comunidad.* La acción del psicólogo consistirá en lograr que esa comunidad adquiera conciencia de su situación y sus necesidades y asuma el proyecto de su transformación, asumiendo el control de su actividad. Esto significa oposición a cualquier forma de paternalismo-autoritarismo-intervencionismo.
3. *La unión imprescindible entre teoría y praxis,* única forma de lograr una explicación integradora y una comprensión verdadera de la situación. (Montero 1984).

Si bien es cierto que la psicología social aborda las interacciones entre sujetos en ámbitos grupales, institucionales, organizacionales y comunitarios, por otra parte, la psicología comunitaria nace preocupada por ser útil y relevante en la solución de problemas sociales, se

preocupa por promover el bienestar y la calidad de vida de las personas. Desde estos principios se enfatiza la necesidad de comprender la cultura y el entorno de la persona para entender su conducta y sus vivencias, con el fin de crear acciones preventivas dirigidas a crear o fortalecer recursos con el fin de evitar la aparición o agudización de una problemática. Por otro lado, la psicología institucional se propone conocer y revisar los imaginarios socialmente compartidos, que atraviesan y co-constituyen la subjetividad de los actores sociales, determinando las prácticas colectivas, es decir los modos de hacer y conocer.

Análisis y psicología institucionales

José Bleger (1999) sostiene que la Psicología Institucional es un campo propio de la Psicología y no una rama aplicada, esto implica un avance tanto para la investigación como para su desarrollo como profesión, donde hace mención que “La práctica no es una derivación subalterna de la ciencia, sino su núcleo y su centro vital, y la investigación científica no tiene lugar por encima o fuera de la práctica sino dentro del curso de la misma”, también afirma “que no se puede ser psicólogo sino se es un investigador de los fenómenos que se quieren modificar y no se puede ser investigador si no se extraen los problemas de la misma práctica y de la realidad social que se está viviendo en un momento dado” (Bleger, 1999). Desde este punto de vista, la investigación y la intervención se edifican mutuamente, ya que al indagar sobre las problemáticas que aquejan a una comunidad, es hasta entonces que se interviene sobre ella, para tratar de encontrar la subjetividad de los individuos y teniendo en cuenta que se debe respetar el contexto histórico y social donde se desarrollan. Para Bleger es importante lograr la psico higiene de las instituciones, esto implica alcanzar la mejor organización y condiciones que promuevan la salud y bienestar.

Instituciones y subjetividad

El orden social es un producto humano, existe producto de la actividad humana, toda actividad humana está sujeta a habituación, es decir todo acto que se repite crea una pauta, estos procesos de habituación son los que preceden a la institucionalización, que aparece

cuando se da una tipificación recíproca de acciones cotidianas por determinado tipo de actor y es sometido al control social (Berger y Luckmann, 1986). El actor a su vez percibe el mundo institucionalizado como realidad objetiva porque antecede a su nacimiento y no es accesible a su memoria biográfica. Este es el mecanismo por el cual las instituciones ejercen coacción sobre el sujeto. Las instituciones se encarnan en la experiencia individual por medio de los roles. Las instituciones habitan y definen modos de pensar, hacer, sentir y decir, en definitiva modelan la subjetividad según diferentes momentos socio-históricos, donde las tramas psicosociales son productos de enlaces y desenlaces entre la dimensión institucional y grupal donde se despliegan los sujetos y la realidad construida socialmente, de la interrelación y tensión entre individuo- sociedad, así como en las acciones e interacciones de la vida cotidiana, mediante la consideración de la dimensión histórico- social de las instituciones productoras de significados, normas, pautas de acción y la producción de subjetividad. La noción de subjetividad busca e intenta construir un campo de reflexión para pensar “las formas de existencia” de los sujetos, es decir que producción de subjetividad son maneras de habitar lo social, donde los sujetos constituyentes de un colectivo social producen otros y nuevos sentidos de las circunstancias en las que se encuentran. Es desde allí que pueden establecerse posibilidades de inventar, de producir transformaciones que alteren lo instituido, de eso se trata la producción de subjetividad. Las formas de producción de la subjetividad serán particulares de cada momento histórico, porque la subjetividad es producida por la cultura, a la vez que el individuo resulta productor de ésta, dando vida a la forma social (D’Alfonso y González, 2015).

Es importante mencionar aquí, que el desarrollo de las ciencias sociales se ha venido caracterizando por la búsqueda de modelos alternativos y métodos emergentes con una nueva visión de la sociedad, capaz de incorporar los aspectos inherentes a las construcciones subjetivas de sus diferentes sujetos sociales en una aproximación que resulte integradora e histórica. Dichas metodologías y sus métodos se agrupan en torno al denominado modelo de **INVESTIGACIÓN ACCIÓN**, como estrategia metodológica que sustenta a la intervención y la orientación comunitaria. (Tovar, 1995).

1.2 Investigación acción como una metodología para la intervención comunitaria

El método de Investigación Acción se ha ido fundamentando desde la tradición Comprensiva de la Ciencia que defiende la importancia de establecer relaciones de poder horizontales entre los agentes que participan en la investigación, en donde proponen pensar la investigación como una relación de intercambio epistemológico entre sujetos activos, lo que dispone al investigador a escuchar y valorar las voces que expresan los significados y sentidos de los interlocutores que forman parte del proceso de investigación, pero que además, demanda del investigador una sensibilidad muy especial llamada empatía, es decir el intercambio basado en emociones, sensaciones, percepciones y sentimientos compartidos entre ambas partes (Rizo y Ramos, 2022).

Uno de los antecedentes más importantes en el desarrollo de la Investigación-Acción se dio a finales de la década de 1950 y durante la década de 1960, en donde profesionales de la psicología social Latinoamericana, se cuestionaban que la psicología realizada en Europa y EEUU no alcanzaba para entender la realidad latinoamericana, ya que las teorías estandarizadas estaban pensadas en otras realidades y para otros problemas sociales diferentes a los que se vivían en Latinoamérica, lo que precisaba de la transformación de las sociedades hacía otras más justas e igualitarias, esta insatisfacción también se extendió hacia otros campos del saber cómo el campo de la educación, en donde las ideas de Paulo Freire, mencionaba que para el desarrollo pleno de la libertad, era indispensable una postura ideológica en la comunicación pensando en el “desarrollo con y para el otro”; Orlando Fals Borda a su vez retoma las ideas de Freire y comienza a dar forma a lo que denominó ***Investigación-Acción Participativa***, proponiendo que con este método se lograba una sociología empática, teniendo como principio que la gente produce sus propios saberes y la gente decide que cambios hay que realizar, atribuyendo al investigador como un sujeto que escucha el saber y constituye conocimiento desde y junto a los otros, con lo cual revaloriza los saberes del pueblo, sus deseos y proyectos políticos, en donde esta relación entre el

investigador y los grupos o comunidades que investiga este basada en la comunicación y confianza (Rizo y Ramos, 2022), teniendo como centro, la sensibilidad de los sujetos como productores de conocimiento, constructores de sus formas de relación social y receptores directos de las consecuencias que esos sistemas tienen en sus vidas.

En este tipo de investigación, se reconoce al investigador como experto externo, asesor o corresponsable, los cuales están asociados directamente con las modalidades de la Investigación-Acción, técnica, práctica y crítica dentro de las instituciones, organización y grupo.

Fases del método Investigación-acción (Rizo y Ramos, 2022).

1. **Intercambio epistémico:** Problematización, es el diálogo en el que cada agente explica cómo entiende la realidad y así mismo en ella, en esta etapa se identificaron y priorizaron los problemas que aqueja al colectivo y que los llevan a tomar conciencia de aquellos aspectos que requieren ser transformados y los modos culturalmente posibles de hacerlos.
2. **Planificación:** Se construye colectivamente a través del diálogo intenso entre el equipo de investigación y el colectivo, en el que se delimita el plan de intervención, el cómo, cuándo, dónde y con quién. Se definen prioridades, espacios para atenderlos, tiempos de duración y asignación de tareas para participación en función de fomentar el compromiso y la participación.
3. **Acción:** Se pone énfasis en cómo se desarrollan los procesos que constituyen el plan, tareas, canales de comunicación, manifestaciones, motivación, compromiso, fortalezas y zonas de oportunidad.
4. **Reflexión:** Se evalúa el cumplimiento de los objetivos, tanto de la generación de conocimiento, como los de transformación.
5. **Reporte de la investigación:** Resultado de la experiencia.

Institución, Organización y grupo

Las organizaciones son el sustrato material de las mismas, el lugar donde las instituciones se materializan y tienen efectos productores sobre los individuos. Las organizaciones están atravesadas por muchas instituciones que determinan verticalmente muchas de sus interacciones sociales. También esto sucede en los grupos. Estos atravesamientos institucionales permiten reflexionar sobre los modos de hacer y pensar de los sujetos (Bleger, 1991).

También es importante que el investigador comprenda que el sujeto que investiga también forma parte de una estructura social, que es producto y productor de instituciones como familia, religión, educación, política, etnia, lengua, etc., las cuales conforman su subjetividad (Rizo y Ramos, 2022). En esta investigación se recurrió al método de investigación acción, para tener un acercamiento que nos permitiera establecer una red intercomunitaria con personas privadas de su libertad que se encuentran en un Centro de Penitenciario de la CDMX, y que asisten a la Clínica de Adicciones para tratamiento ambulatorio; razón por la cual se optó por establecer un diálogo y un vínculo que intentaba ser el canal mediante el cual, la experiencia de los internos nos permitiera poder identificar junto con ellos cuáles eran sus necesidades, y una vez identificadas, se pudiera proponer una intervención como parte de la necesidad de fomentar una higiene mental y una psico higiene dentro del grupo y de la institución, como parte del fin que esta persigue, y que es la reinserción, con la finalidad de mejorar la calidad de vida de los participantes.

Organizaciones totales

Este término se le acuña a Erving Goffman en su texto "Internados", donde desarrolló un extenso trabajo en clínicas psiquiátricas de Estados Unidos, y posteriormente en cárceles e institutos de menores.

El rasgo central de las organizaciones totales consiste en una estructura específicamente diseñada para la supresión de las subjetividades individuales, más acá de los

objetivos institucionales explícitos de curación o resocialización (Goffman, 2001), ya que estas se caracterizan por practicar un control permanente sobre los movimientos de los individuos que se encuentran privados de su libertad. En este punto cabe señalar como una variable decisiva que los sujetos recluidos en las organizaciones totales derivan en esa condición de encierro contra su voluntad (Melera, 2012). La eficacia de los dispositivos que imponen un saber acerca de los individuos recluidos es replicada por un conjunto de prácticas de control y regulación permanente, desde la higiene corporal, hasta la alimentación, desde los tiempos de vigilia y de sueño, hasta los de actividad y reposo, desde las ínfimas conductas cotidianas, hasta los pensamientos y la sexualidad, en donde las organizaciones totales se adueñan de la vida y la voluntad de los individuos aislados en ellas. En este marco de control total es previsible que las interacciones y vínculos sociales se vean debilitados, así como las relaciones basadas en la confianza o la solidaridad. Por el contrario, la necesidad de autopreservación fomenta la traición, la sospecha y la delación, razón por la cual, son organizaciones con necesidades emergentes de diagnósticos en ámbitos de salud como la psico higiene, que nos permitan detectar situaciones que los afecten y se pueda intervenir en la promoción de la salud y el bienestar de los integrantes de la organización. (Melera, 2012).

1.3 Salud mental

La salud mental hasta la actualidad ha sido abordada desde diferentes perspectivas, no obstante, la definición global de esta fue propuesta por la OMS (2022), como un estado de bienestar que surge a partir de los recursos que posee la persona, para enfrentarse a los problemas diarios, con la finalidad de ser productivos en la sociedad, lo que da como resultado, equilibrio y bienestar entre los aspectos mental, físico y social. Sin embargo, se entiende que las dificultades en salud mental están presentes en una gran parte de la población y ninguno es inmune. Además, las personas con riesgos sociales presentan un porcentaje más alto de padecer problemas de salud tanto física como mental. De aquí la importancia de la promoción de la salud mental, con la finalidad de fomentar el concepto como un aspecto central para el bienestar general de los individuos que mejore la calidad de vida y por ende la estabilidad

emocional. Se ve a la salud mental día tras día, en la forma en cómo nos relacionamos, en lo que sentimos y cómo afrontamos las dificultades dentro de nuestro ambiente, y aunque dentro del Centro de reclusión de la CDMX se tienen un lugar terapéutico bien estructurado y han fortalecido los aspectos positivos de cada individuo a partir de talleres, dinámicas grupales y cine análisis en los que participan, en donde además se fomentan relaciones sociales sanas, a partir del respeto, la seguridad y la empatía, y que a su vez les permita salir de la cotidianidad del aislamiento, se ha detectado que son pocas las personas que solicitan ayuda personalizada al grupo de psicólogos que laboran dentro del centro, y que muchos de ellos solo acuden por conveniencia a su expediente para reducir sentencias por buen comportamiento y participación. Las personas privadas de su libertad saben que existe este tipo de servicio psicológico y que lo tienen a su disposición, pero no hacen uso de este, sin embargo, en las dinámicas o talleres, se les escucha hablar sutilmente, sobre cómo lidiar con relaciones forzadas, la falta de desahogo emocional o el mismo temor de volver a la sociedad. Razón por la cual se introdujo el método de investigación acción, para que ellos pudieran problematizar libremente sobre aquellos temas que les preocupan, cuál es su percepción sobre esa realidad, cómo lo sobrellevan, cuáles son sus formas de afrontar la situación y qué herramientas utilizan, para que en base a esa detección se pudiera hacer una intervención.

Higiene mental y psico higiene

El precursor del término de higiene mental fue Clifford Whittingham Beers, quien comenzó con una campaña acerca de la conciencia de la salud mental para prevenir los desórdenes mentales, posteriormente realizó su obra "A mind that found itself", donde aborda la importancia de la opinión del paciente dentro de la terapia. Este autor también señala que la higiene mental es un conjunto de hábitos que permiten al individuo mantenerse en equilibrio con su medio sociocultural, y que estas conductas que los individuos mantienen les permiten tomar las medidas necesarias para evitar conductas erróneas, además de mejorar su calidad de vida y estabilidad emocional.

Por otro lado, la psico higiene busca salir a tratar y a intervenir en los procesos psicológicos que gravitan y afectan la estructura de la personalidad, y, por lo tanto, las relaciones entre los seres humanos, motivando con ello al público para que pueda concurrir a solicitar sus servicios en condiciones que aún no impliquen enfermedad, como medida de prevención.

Trastornos psicológicos

Permanecer en aislamiento durante periodos largos causa un grave impacto emocional, físico y social de quienes se encuentran privados de su libertad, ya que se crea una desestructuración completa la vida de las personas, llevándolos al aislamiento afectivo, la vigilancia permanente, la falta de intimidad, la rutina o las frustraciones reiteradas, que conducen a la desconfianza y a la agresividad en las relaciones personales (Arroyo, 2011). Debido a la carga emocional, Bebbington et al. (2017), también apuntó que los trastornos más comunes que se desarrollan en este tipo de poblaciones son el trastorno paranoide, el trastorno límite (TLP) y el trastorno antisocial de la personalidad.

Abuso de sustancias

El aislamiento prolongado no solo causa efectos psicológicos negativos, sino que además, en muchos casos, estos también están asociados al consumo de sustancias, en donde Valverde (1997) identifica la droga como un elemento esencial para entender y conocer el funcionamiento de las prisiones, además reconoce el abuso de sustancias, como el mecanismo de defensa por excelencia contra la ansiedad y cómo el consumo continúa funcionando como vía de escape, trayendo como consecuencia un incremento en la adicción, razón por la cual es de suma importancia poder intervenir a través del apoyo social por parte de los profesionales que se encuentran en los centros de reclusión, para que se les dé un tratamiento integral que les ayude a poder reducir el índice general del consumo de drogas, y como consecuencia de este consumo, conductas delictivas, para que a través de este apoyo puedan lograr una reinserción con éxito.

1.4 Intervención psicológica en comunidades e instituciones

Consideramos que es realmente importante abordar este tema debido a los efectos directos que causa la prisionalización en las personas privadas de su libertad, sobre todo en el autoconcepto y autoestima, ya que se va generando el desarrollo de problemas y trastornos mentales. Escaff et al., señalan que la persona presenta una mayor inestabilidad emocional, sus relaciones, lazos o vínculos estarán muy debilitados, sufren una pérdida del sentido de pertenencia a los grupos sociales primarios anteriores, pérdida del puesto de trabajo, entre otras circunstancias; lo cual influye en la dificultad para la reinserción social y aumenta el riesgo de reincidencia. Por otro lado, surge un cambio en la valoración de sí mismo por la falta de reconocimiento propio por las nuevas formas de relación con otros y con el sí mismo, y el significado de estas, y se produce una actitud de afrontamiento negativo ante el futuro y la pérdida del sentido de vida (Escaff, et al. 2013). Este cambio de valoración a causa del confinamiento repercute gravemente en las personas que se encuentran privadas de su libertad, ya que se van desarrollando problemas de salud mental que, de no ser intervenidos en la promoción de los factores de riesgo y promoción de estilos saludables, pueden desencadenar en trastornos psicológicos que afecten su calidad de vida.

Intervención desde el modelo de apoyo social

El apoyo social es visto como un conjunto de provisiones expresivas o instrumentales que son percibidas o recibidas, y proporcionadas por la comunidad y las redes sociales que pueden producirse tanto en situaciones cotidianas como de crisis. Barrón (2003) menciona que el apoyo social incluye todo el intercambio de ayuda, tanto de tipo emocional como informacional y material que recibimos, ya sea de nuestras redes de apoyo íntimas, informales, así como de otros grupos y comunidad en general, incluyendo también el intercambio real, así como la manera y satisfacción en que percibimos la ayuda que recibimos. Este concepto ocupa un lugar importante en el análisis para determinar la salud y el bienestar de la sociedad y está íntimamente vinculado al ámbito de la intervención comunitaria. Es importante mencionar que

este modelo fomenta la salud y el bienestar, y que además manifiestan el significado de las relaciones interpersonales en forma de apoyo social, entregando valor a la calidad constructiva del intercambio, lo que deriva que el sistema tenga un sentido personal para cada individuo, permitiendo valorar los requerimientos sociales. Es importante destacar que por naturaleza somos seres sociales y que en muchas ocasiones los sistemas o redes de apoyo no son lo suficientemente efectivos para poder desarrollarnos adecuadamente., en este contexto, el estado tiene la obligación de garantizar los derechos de las personas privadas de su libertad para que a través de apoyo social que reciben dentro de la institución penitenciaria, descubran ellos mismos las habilidades y herramientas que les permita estar preparados para una reinserción libre de discriminación.

1.5 Reinserción social

Humbert y Bravo (2018), mencionan que la reinserción social es entendida como la “restitución del pleno ejercicio de las libertades tras el cumplimiento de una sanción o medida ejecutada con respeto a los derechos humanos”. Esta reflexión es de suma importancia considerando que los efectos de la prisionalización se amplifican más allá de las penas, ya que al cumplirlas y ser reinsertados, la sociedad los recibe con diversas formas de discriminación, lo cual impide que las personas privadas de su libertad ejerzan sus derechos una vez que recuperan su libertad.

Existen varios ejes que giran en el tema de la reinserción social, que son llevados a cabo bajo una perspectiva amplia que enfoca de manera precisa los objetivos bajo los cuales las personas privadas de su libertad tienen que desarrollarse para que realmente se cumpla el fin que persigue la institución que es la reinserción social.

Entre estos ejes se encuentra el tema de la educación cuyo propósito es lograr un aprendizaje en cuanto a conocimientos, pero además incidir en el desarrollo humano y la formación de capacidades para la libertad. En el mismo sentido, se desarrolla el tema del

deporte, visto no sólo como la implementación de esquemas para la activación física, sino también de promover el bienestar psicológico de las personas internas. Finalmente, los aspectos tanto del trabajo penitenciario como de la capacitación para el mismo, no sólo bajo la perspectiva de la actividad que los lleve a generar una fuente de ingresos, sino además como una herramienta emocional que significa una forma de reintegración social, dado que hoy en día se ha observado que el trabajo impacta directamente en la cohesión social, y que además mejora aspectos personales como el trabajo en equipo, la disciplina y la responsabilidad, para el mejoramiento continuo de la persona. Respecto del tema de la salud, éste tiene especial importancia dado que las condiciones de confinamiento pueden tener un efecto perjudicial sobre el estado físico (CNDH, 2019).

Es por esta razón que se debe hacer énfasis en este tema, ya que como consecuencia de una reinserción deficiente, las personas privadas de su libertad tienden a enfrentarse con problemas de adaptación social, familiar y laboral, pero sobre todo, se debe trabajar con la finalidad de que cuenten con los mecanismos que les permitan una óptima integración para que puedan afrontar adecuadamente los retos a los que se enfrenten con el propósito de que abandonen la conducta delictiva y se mimeticen dentro de la comunidad o sociedad.

2. Justificación

González, et. al. (2019), mencionan que el ser privado de la libertad tiene consecuencias importantes en distintos ámbitos de la vida, al ser señalados y desacreditados por la sociedad, e incluso, por el mismo sistema penitenciario mexicano, que paradójicamente busca lograr la reinserción a la sociedad, separándolo de la misma, además de crear una institución que no toma en cuenta la verdadera experiencia de vivir privado de la libertad. No obstante, pareciera que estos temas no se desean abordar desde la propia experiencia de las PPL y sus necesidades, y que hagan prevalecer sus derechos, razón por la cual, se opta por una intervención que busca establecer un espacio seguro para las personas privadas de la libertad, que les permita llevar a cabo una catarsis a través de la auto reflexión sobre su personalidad,

basada en sus propias experiencias, sobre su autoconcepto, antes, durante y después de la prisión (si aplica), y que sea tomada en cuenta para crear un cambio distinto al que ofrece la institución penitenciaria, que abra la posibilidad de re humanizar y que los proyecte hacia la resiliencia y los planes respecto hacia su futuro y que además sea un puente que les abra la posibilidad de diluir la despersonalización que adoptan a causa de la prisionalización de haber sido institucionalizados en el sistema penitenciario, a través de una intervención basada en la práctica narrativa que les permita co-construir nuevos significados, historias alternativas que los lleven a posibilidades y soluciones sobre lo que les aqueja.

Desde una mirada del contexto de la problemática que hemos mencionado, se plantea que es necesario realizar una intervención que favorezca la salud mental de las personas privadas de su libertad abordada desde el concepto de estar institucionalizado y que como consecuencia se crea una despersonalización, que les genera repercusiones psicosociales, y que para entender la problemática es necesario tener claros los siguientes conceptos:

Sujeto institucionalizado. El concepto “sujeto institucionalizado”, se explica a partir de la intromisión indeseable y forzada de la institución en la intimidad; del control de todos los aspectos de la vida y la rutina; de la invasión de la reserva simbólica individual y del ejercicio permanente de poder. En otras palabras, la mutilación abrupta de toda singularidad y autonomía caracteriza y produce a este nuevo sujeto que pretende ser recuperado y rehabilitado para volver a la sociedad (Ordoñez, 2006).

Prisionalización. La prisionalización es un fenómeno que se ha desarrollado mundialmente, como consecuencia de la imposición de penas privativas de libertad relativamente largas. La cárcel, como institución, como ámbito cerrado en sí mismo, exige de las personas que la padecen un esfuerzo adaptativo constante al encierro que, sin duda, les crea como consecuencia una serie de distorsiones afectivas, emocionales, cognitivas y perceptivas que se vislumbran desde el momento de la detención ya que al penado se le

despoja hasta de los símbolos exteriores de su propia autonomía (vestimenta, objetos personales, entre otros) (Echeverría, 2010).

Despersonalización. Una de las consecuencias de la prisionalización es la despersonalización, en donde Ordóñez (2006) introduce el término de sujeto institucionalizado en lugar de hablar del concepto de despersonalización, y explica que cuando la persona ingresa en prisión construye una nueva identidad caracterizada por tres etapas:

- 1) Separación de la vida social anterior.
- 2) Aislamiento e indeterminación social.
- 3) Re-agregación a una nueva sociedad: la comunidad carcelaria.

Es importante abordar esta problemática ya que las consecuencias psicológicas que estos conceptos les acarrearán, los pueden llevar a la alteración sobre su propia percepción, ya que subjetivamente se sienten separados tanto de su sistema social como de su propia identidad, trayendo como consecuencias, trastornos psicológicos, adaptativos, abuso de sustancias, afrontamiento negativo, depresión, ansiedad, entre otros, y que de no ser atendidos pueden impactar su calidad de vida.

2.1 Identificación de necesidades y satisfactores.

La salud mental hasta la actualidad ha sido abordada desde diferentes perspectivas, no obstante, la definición global de esta fue propuesta por la OMS (2022), como un estado de bienestar que surge a partir de los recursos que posee la persona, para enfrentarse a los problemas diarios, con la finalidad de ser productivos en la sociedad, lo que da como resultado equilibrio y bienestar entre los aspectos mental, físico y social. Sin embargo, se entiende que las dificultades en salud mental están presentes en una gran parte de la población y ninguno es inmune. Además, las personas con riesgos sociales presentan un porcentaje más alto de padecer problemas de salud tanto física como mental. De aquí la importancia de la promoción de la salud mental, con la finalidad de fomentar el concepto como un aspecto central para el

bienestar general de los individuos, que mejore la calidad de vida y por ende la estabilidad emocional.

Una excelente forma de medir la salud mental día tras día, es observar la forma en cómo nos relacionamos, en lo que sentimos y cómo afrontamos las dificultades dentro de nuestro ambiente, por tal motivo dentro del Centro Penitenciario existe un Área Psicológica, misma que se encarga de dar atención terapéutica para los reclusos, cabe destacar que este espacio cuenta con un grupo de psicólogos que laboran ahí, las personas privadas de su libertad, saben que tienen a su disposición el servicio psicológico, pero no hacen uso de este, contrario de lo que se pensaría, se ha detectado que son muy pocos los PPL que optan por pedir el apoyo psicológico, y aquellos que lo hacen, solo acuden por conveniencia a su sentencia, pues las visitas al psicólogo quedan registradas en su expediente y sirven para obtener beneficios de reducción de tiempo por buen comportamiento y participación.

Partiendo del contexto antes planteado y como parte de los esfuerzos realizados por la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), la Facultad de Estudios Superiores Iztacala (FESI), del Sistema de Universidad Abierta y Educación a Distancia de la Carrera de Psicología (SUAYED Psicología) y por supuesto el Laboratorio Digital de Atención Psicopedagógica (LAB-DAPP), mediante su proyecto ***“Atención Psicopedagógica para personas privadas de su libertad”***, mismo que está estructurado para fortalecer las estrategias de reinserción social, mediante la identificación y fortalecimiento de los aspectos positivos de cada individuo, para lograrlo se crearon talleres especializados, apoyados de dinámicas grupales y actividades lúdicas en las que participan voluntariamente las PPL, y en donde se practican y fomentan relaciones sociales sanas y saludables, a partir del respeto, la seguridad y la empatía, situación que les permite salir de la cotidianidad del aislamiento y mejora notablemente su calidad de vida. Uno de los talleres permitió detectar la necesidad de generar un **espacio seguro** para abordar temas delicados, como pueden ser el lidiar con relaciones forzadas, la ausencia de la familia, la falta de desahogo emocional o el mismo temor de volver a la sociedad.

Ante tales preocupaciones por las consecuencias negativas que se pueden generar en la salud física y mental, así como en las relaciones interpersonales e intrapersonales de las PPL a causa de la despersonalización, se decidió crear el taller “Transformando el encierro en una Red de Seguridad”, en el que se busca generar un espacio de respeto y tolerancia, libre de prejuicios o descalificaciones, donde a través de la narrativa, se puedan realizar la autorreflexión, permitiéndoles perdonarse y fortalecerse para lograr cambios positivos y significativos en sus vidas, en donde se sientan dignificados y reconocidos como los seres humanos que son, sin etiquetas, creando un espacio de desahogo, en donde expresen sus sentimientos, puedan hablar sobre su condición actual, sus metas y que además les permita aceptarse, reconocerse para crear las condiciones de retomar el rol y las funciones que se esperan de ellos, facilitando así generar cambios en ellos mismos y así puedan romper sus propias creencias sobre su autoconcepto para tener una mejor calidad de vida en reclusión o fuera de ella.

2.2 Justificación Teórica

La evidencia empírica ha vinculado repetidamente el apoyo social con la salud y el bienestar, por ello, no es de extrañar que los investigadores y profesionales de la intervención social a través del método de investigación acción, dirijan su atención hacia las posibles aplicaciones prácticas de este recurso como una herramienta en los programas y estrategias de prevención e intervención, en donde se pueda entender la intervención social en la que los sistemas de apoyo social pueden desempeñar un rol fundamental en el logro de los objetivos. Desde estas perspectivas, esta investigación es significativa, porque se observa que el estilo de vida de un determinado comportamiento tiene un impacto directo en las emociones de quien lo padece, identificar si los efectos de la prisionalización están presentes en las personas privadas de su libertad, nos ayudará a poder brindarles la atención que se requiere para que puedan tener una mejor calidad de vida. Existen varias intervenciones que han utilizado el método de la investigación acción, donde se ha podido identificar las necesidades y satisfactores en los individuos y que, a su vez, nos permiten comprender su realidad, sus

tensiones, necesidades, procesos y deseos, para poder intervenir en caso de que la comunidad lo solicite. A continuación, se hará un breve resumen de tres investigaciones desarrolladas al respecto.

En el Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Tunja, Colombia; se llevó a cabo una investigación acción en donde 182 internos allí reclusos, reconocieron que la falta de la educación es una de las causas fundamentales para que ellos cometieran el delito y vieron con sorpresa cómo dentro del Establecimiento de Reclusión han podido realizar actividades que en libertad ni siquiera imaginaban (Español y Moreno, 2016).

Otra investigación realizada a través del método investigación acción, que tuvo por tema Los fines que debería perseguir la Educación Básica de Adultos y Jóvenes en las cárceles de la Prov. de Bs. En Argentina, en donde las personas privadas de su libertad reconocieron la necesidad que las cárceles deben hacer que las condiciones siempre estructuralmente deteriorantes, lo sean en la menor medida posible, y se favorezca y facilite la apertura de la cárcel a la acción de instituciones comunitarias. "La cárcel debe cambiar su estructura de mecanismo disciplinador y domesticador que implica un proceso de educación desocializadora, una "escuela" (si vale el término) de resentimiento y de venganza hacia los responsables de que se encuentren allí internados."; revertir la vulnerabilidad de las personas detenidas, que se manifiesta en la falta de voz o, mejor dicho, en la pérdida del poder de la palabra, de su palabra. Es decir, intentando que los sujetos construyan nuevos soportes y anclajes sociales y culturales, que les permita a todos los hombres y mujeres encarcelados/as alcanzar su plenitud personal, sin perder de vista su ejercicio de derechos y responsabilidades, respetando la diversidad cultural y la igualdad de oportunidades (Scarfó, 2006).

Otra investigación-acción e intervención comunitaria que se realizó a partir del interés de una organización de colonos que forma parte del Movimiento Urbano Popular (MUP) en la zona conurbada del Valle de México, en donde el propósito no fue sólo apoyar el trabajo que realiza la Unión Popular Revolucionaria Emiliano Zapata (UPREZ, Los Reyes) en el ámbito de

los derechos humanos, sino además investigar, mediante el proceso de intervención comunitaria, la representación social de los derechos humanos y su relevancia en las prácticas, simbolizaciones e idealizaciones cotidianas, para formular una propuesta psicosocial y autogestiva respecto de la problemática que enfrentan los derechos humanos en México. En general, el proceso de investigación-acción psicosocial y educativa constituyó para el grupo-comunidad un espacio de reflexión sobre sus conceptualizaciones acerca de los derechos humanos, con lo cual se prefiguraron o preformaron líneas de acción y prácticas alternativas para impulsar el trabajo de la Comisión de Derechos Humanos de la que formarían parte activa, todo esto desde un enfoque integral de los derechos humanos construido por ellos mismos desde sus necesidades. A partir de las reflexiones que dieron lugar a la construcción de la representación social de los derechos humanos del grupo, los integrantes hicieron fuertes cuestionamientos a las formas de actuación política de los dirigentes de la organización, desde la falta de democracia, el no respeto a los derechos políticos y sociales en la organización, así como a formas de simulación, engaño y corrupción en las que habían incurrido y preguntarse si los derechos humanos realmente se respetan o sólo están garantizados para algunos actores sociales, como los gobernantes, los dirigentes o las élites, pero no para los restantes actores sociales (Vázquez, 2005).

3. Planteamiento del problema

Uno de los efectos psicosociales a causa de la prisionalización es la despersonalización de quienes se encuentran privados de su libertad; este efecto está vinculado con el desgaste emocional y físico que se va generando a través de los años en reclusión, causado por las normas sobre impuestas que les impone la institución como, horarios, actividades, uso de color de vestimenta, alimentos, poca o nula privacidad para sus necesidades básicas de aseo, descanso, recreación, estudio, y la manera en que tiene que adaptarse al nuevo ambiente, junto

con sus códigos y reglas impuestas por la misma comunidad que se encuentra en la misma condición de privados de la libertad.

Este estudio propone conocer las experiencias y forma de vida de un grupo de hombres privados de su libertad en un Centro Penitenciario. Este fenómeno se analizará a partir de la perspectiva de los propios varones involucrados, e indagando a través del método investigación acción, que nos permita develar junto con la comunidad, saber cuáles son sus necesidades para poder ofrecer un servicio diferente al que ofrece el sistema penitenciario.

3.1 Pregunta de investigación

¿Cómo impacta la terapia narrativa en la calidad de vida de un grupo de hombres que viven privados de su libertad en un Centro Penitenciario?

3.2 Objetivo General

Disminuir el impacto de la despersonalización a causa de la prisionalización a través de la narrativa y la escritura.

Objetivos específicos

- Propiciar que las personas privadas de su libertad compartan y discutan acerca de su experiencia de vida y de estar institucionalizados y de los efectos psicosociales que repercuten en ellos.
- Invitar al relato de la propia historia, sus vivencias que los llevaron a ser las personas que son hoy en día.
- Generar auto reflexión sobre aspectos que deseen dejar atrás como errores, culpas, remordimientos, vicios y vivencias que no les permitan abrirse paso al futuro.
- Motivar la conexión con los ideales, así como la descripción de las expectativas hacia el futuro.

4. Metodología

Esta investigación se fundamenta desde la investigación cualitativa, que es aquella donde se estudia la calidad de las actividades, relaciones, asuntos, medios, materiales o instrumentos en una determinada situación o problema. La misma intenta analizar exhaustivamente, con sumo detalle, un asunto o actividad en particular.

Su propósito es explicar y obtener conocimiento profundo de un fenómeno a través de la obtención de datos extensos narrativos, así como construir la realidad tal como la observan los actores de un sistema social previamente definido (Hernández, Fernández y Baptista, 2010). Su diseño y método es flexible, se especifica en términos generales en el desarrollo del estudio. Puede haber o no intervención y el mínimo de distracción, puede ser histórica etnográfica y estudio de casos.

Marco interpretativo: Fenomenológico, ya que este se centra en la experiencia personal, el mundo y la experiencia vividos (Álvarez-Gayou, 2003).

La interpretación de los resultados se lleva a cabo mediante conclusiones tentativas y revisiones que se van dando sobre la marcha del estudio, así como generalizaciones especulativas o simplemente no se dan (Pelekais, 2000).

Este enfoque metodológico produce datos descriptivos mediante la propia subjetividad de las personas y estos pueden ser hablados o escritos, además es flexible y tiene la capacidad de analizar los procesos sociales, así como sus elementos, procesos y significados que no pueden ser medidos en términos de cantidad, frecuencia e intensidad, con la finalidad de conocer el fenómeno y trabajar con él en su contexto natural.

4.1 Caracterización de la comunidad o institución

La comunidad con la que se realizó la práctica de intervención estuvo conformada por 5 internos que asisten a la Clínica de Adicciones dentro de un Centro Penitenciario de la CDMX. De manera global, la mayor parte de la población varonil recluida de la Ciudad de México se encuentra principalmente por delitos como robo calificado, homicidio, privación ilegal de la libertad, delitos sexuales, delitos contra la salud, delitos por armas de fuego y explosivos, lesiones y feminicidios. (Subsecretaría de Sistema Penitenciario, 2022).

4.2 Investigación acción

Uno de los métodos que se utilizó para esta investigación fue el de Investigación Acción como una metodología para la intervención comunitaria.

Nistal (2008) menciona que la Investigación Acción puede ser entendida como, “un método de estudio y acción que busca obtener resultados fiables y útiles para mejorar situaciones colectivas, basando la investigación en la participación de los propios colectivos a investigar, que así pasan de ser “objeto” de estudio, a sujeto protagonista de la investigación”.

La investigación acción como opción metodológica genera un proceso educativo ya que brinda la oportunidad para que los participantes se conviertan en co-investigadores de su propia realidad, analizando las causas de sus problemas y generando respuestas concretas a las problemáticas que se plantean los investigadores y co-investigadores cuando se decide abordar algún tema o problema de interés dentro de la comunidad.

El planteamiento fue ofrecer un servicio a la comunidad de internos que asisten a la Clínica de Adicciones dentro de un Centro Penitenciario varonil de la CDMX, el cual consistió en la generación de un espacio seguro donde pudieran reflexionar acerca de aquellos temas que les preocupan y que además les diera la oportunidad de reconstruir su auto percepción a

través de la narrativa, con el objetivo de generar, comprender y devolver conocimiento que propicie procesos de reflexión y transformación entre los participantes.

4.3 Fases del método Investigación Acción

1. **Intercambio epistémico:** Problematización, diálogo inicial con la comunidad. Como parte de las actividades de la clínica, el ingreso en la comunidad fue de manera natural y gradual, se les invitó a una dinámica grupal llamada ronda de emociones, en esta actividad se pretendía explorar la atención emocional, que consistía en prestar adecuada atención a los sentimientos propios y de los demás. Esta dinámica propicia la oportunidad de darse cuenta de que, si se expresan las emociones de manera grupal, se puede lograr una apertura a la comprensión emocional, que consiste en la capacidad de reconocer y entender las emociones propias y de los demás. Se abrió el diálogo sobre la importancia de narrar la manera en cómo nos sentíamos, la comunidad fue participativa pero con comentarios breves hacia sus propios sentimientos, por lo cual se les habló sobre la institucionalización y los efectos que ello conlleva, generando así interés por el tema y se reflejó en un diálogo nutrido sobre cómo han cambiado su personalidad desde que ingresaron en el sistema penitenciario, con lo cual hubo más apertura a la reflexión y al compartir sus impresiones del mismo, así como su interés en participar como coinvestigadores de su realidad a través de la narrativa, reconociendo algunos participantes la “necesidad de desahogarse de alguna forma segura”. La recogida de datos estuvo basada en la observación directa.
2. **Planificación:** Una vez que se construyó el diálogo colectivo y se identificó el problema (necesidad de desahogarse de alguna forma segura) se acordó con la comunidad sobre si les gustaría asistir una vez a la semana a que de manera confidencial pudieran externar eso que les inquietaba sobre sus propias preocupaciones, en el que se les invitaba a reflexionar sobre sus propias dudas, preocupaciones, intereses, o satisfacciones para que pudieran

descubrir qué beneficios les trae esta experiencia, invitándolos a ser investigadores de su propia realidad.

Mientras tanto se hizo la planeación de cómo se iban a ir dando las actividades en las que simplemente fuéramos el puente en el que ellos pudieran conectar con sus necesidad de desahogo, pero para llegar a ese punto y dado que era una comunidad que no solía expresarse mucho, se elaboró un plan de trabajo para que pudieran apropiarse del proyecto como coinvestigadores y fue que a través de la narrativa, se generó una autorreflexión sobre su propia identidad, sobre su presente y sobre sus expectativas y esperanzas sobre el futuro.

- 3. Acción:** Se elaboró un plan de trabajo en el que los datos se obtendrían a través de la observación y los diálogos que expresan sobre sus propias historias de vida y que de esta forma se pudiera generar una intensa reflexión sobre su propio autoconcepto, que les permita convertirse en para profesionales para poder construir, externalizar y deconstruir las causas y orígenes de sus dificultades para ser modificadas, creando una visión mejorada de su propia historia que les permita mejorar su calidad de vida.

Se realizó un diseño que comprende las siguientes fases de la investigación acción.

Como estrategia de integración se realizó un análisis de la canción “carta de un león a otro” (Anexo 1) una canción que hacía alusión a la vida en cautiverio, con lo cual hubo más apertura a la reflexión y al compartir sus impresiones de este, donde reconocieron la importancia de expresar aquello que les aqueja para “liberar un poco lo que se carga”.

Posteriormente se llevó una plática en donde se abordó la temática sobre lo que es una institución, cómo surgen, sus características y todas las prácticas, hábitos y costumbres que las conforman, así como el rol que ellos juegan dentro de la institución penitenciaria como sujetos institucionalizados y los efectos psicosociales de la prisionalización, como la despersonalización; haciéndoles de su conocimiento de que existen formas positivas de afrontar la despersonalización, y que una de las técnicas que utilizaremos, sería la terapia

narrativa como un modelo terapéutico para ayudarlos a expresar un rango de experiencias de vida sobre su familia, amigos, trabajo, sobre sí mismos, sus esperanzas, metas, sueños, aspiraciones y posibilidades para el futuro, en donde a través de la reflexión pudieran redefinir su identidad para que experimenten nuevas posibilidades ante sus problemas y persigan lo que valoran.

Todo lo anterior fue la antesala para la **construcción narrativa**, se procedió a grabar sus historias de vida con su consentimiento (Anexo 2), donde a través de una plática individual con cada participante y en un espacio seguro (ya que así lo acordaron), se realizaron una serie de preguntas donde se abordaba como ha sido su experiencia de vida antes, y durante su reclusión, además de sus sueños, expectativas y esperanzas sobre el futuro.

Una vez que se grabaron todas las historias de vida de los participantes, se procedió a la transcripción en Word de cada una de ellas. (Anexo 3).

Posteriormente se les impartió una clase de manera simplificada, sin tecnicismos, sobre lo que es la terapia narrativa (Anexo 4), los antecedentes teóricos, fundamentos, factores que influyen y las técnicas sobre cómo se lleva a cabo, haciendo énfasis en la importancia de narrar su propia historia de vida como expertos de ella, con esto se pretendía que potenciarán su propia autopercepción, cuyo objetivo era que apareciera en los participantes un sentimiento de dirigir su propia vida de una manera más positiva hacia donde lo deseen. Una vez explicada la terapia narrativa y los beneficios que conlleva la práctica, se les pidió que para que se cumpliera con las fases de la terapia narrativa, era necesario que en la fase de **externalización** se dejaran de ver a sí mismos como los protagonistas de la historia, haciendo alusión a la canción de carta de un león a otro que ya se había analizado con anterioridad, pidiéndoles que eligieran qué león querían ser, si el león del zoológico, o el león del circo, con la intención de llevarlos a la reflexión de que en ambos contextos se viven problemáticas similares respecto al cautiverio, pero desde perspectivas diferentes, teniendo como premisa que la terapia narrativa menciona que el problema es el problema, para que

les permitiera observarse fuera de los problemas para que pudieran reflexionar desde el exterior para proponer soluciones alternativas a sus preocupaciones y con la conciencia de que no debemos evitar los problemas, sino entendiendo que existen factores que influyen en nuestro comportamiento, pero que contamos con las habilidades para responsabilizarnos por ellos, y que al hacerlo les permita tener una mejor calidad de vida.

Una vez que eligieron su personaje a través de la imaginación se les pidió que se dejaran de ver a sí mismos como los protagonistas de su propia historia, se procedió a la **deconstrucción** de su biografía, se les entregó un reproductor mp3 con su historia grabada y unos audífonos, además de la transcripción de su historia y al mismo tiempo que la iban escuchando, también la iban leyendo, previo a esto, se les dio un marca textos de color amarillo para que al leer y escuchar su propia historia narrada por ellos mismos, se les pidió que fueran marcando todo aquello que les pareciera más significativo (bueno, malo, algo que reconocer de sí mismos, admirarse, preocupante, reconocer sus errores, pendientes, sueños, proyecciones hacia el futuro, etc.) para que posteriormente puedan crear soluciones alternativas a través de la reflexión de sus propias experiencias de vida.

- 4. Reflexión:** En la fase de reflexión, la estrategia fue utilizar personajes de villanos de cuentos, películas, o series elegidos por ellos mismos, reflexionando que como red intercomunitaria, también los personajes tienen una historia llena de aspectos positivos y negativos, una vez que eligieron su personaje, se les pidió que deconstruyeran esas historias en aspectos que consideran relevantes, tal y como lo hicieron con sus propias historias, y que propusieran respuestas alternativas a cada aspecto que consideraban importante que su villano debía trabajar para mejorar, así como el reconocimiento de aspectos positivos que eran dignos de mencionarse.

Una vez que se reflexionó sobre los personajes de ficción, se les entregó la transcripción de su historia de vida y una hoja con los siguientes cuestionamientos para conocer los resultados de la experiencia.

1. ¿Por qué marcaste esas partes del texto como las más significativas?
2. ¿Qué le dirías a ese personaje (tú), sobre las partes del texto que remarcó?
3. ¿Qué soluciones alternativas le aconsejarías ante los problemas que le aquejan?
4. ¿Cómo te sentiste al escuchar tu historia?
5. ¿En qué nos ayuda narrar nuestras vivencias y experiencias?
6. ¿Qué te deja esta actividad?

Con la información obtenida, se reflexionó sobre lo planeado y los objetivos conseguidos en cuanto a conocimiento y transformación, se reconoció públicamente los objetivos cumplidos y se dio cierre del proceso. En esta fase se otorgó un diario personalizado con la finalidad de que sigan escribiendo todo aquello que les cause interés y preocupación, para que sigan deconstruyendo sus problemas y puedan dar soluciones alternativas que los lleven a afrontar más positivamente las situaciones a las que se enfrenten y que les permitan tener una mejor calidad de vida. La estrategia de recolección de información fue la observación directa y el cuestionario.

5. Reporte de investigación: Para la quinta fase, se integró la información sobre los resultados de la experiencia de los participantes, en base a las preguntas de la fase de reflexión:

Edgar N

1. ¿Por qué marcaste esas partes del texto como las más significativas?

“Porque es su naturaleza, su personalidad, sus dones, porque de ello emana su historia, son los momentos que marcaron el rumbo”

2. ¿Qué le dirías a ese personaje (tú), sobre las partes del texto que remarcó?

“Le diría que la historia ya pasó, que es parte del trayecto pero que no determina su destino, lo que se remarco es la esencia, la fortaleza y armas para enfrentarse, que no se olvide de ellas porque de ellas grandes cosas surgirán”

3. ¿Qué soluciones alternativas le aconsejarías ante los problemas que le aquejan?

Le aconsejaría vivir sujeto a la voluntad, entrenar el arte de vivir y de arrancar el éxito de las mismas garras de la derrota.

4. ¿Cómo te sentiste al escuchar tu historia?

“Lo mejor en mi vida fuera de ella”

5. ¿En qué nos ayuda narrar nuestras vivencias y experiencias?

“En aceptarlas”

6. ¿Qué te deja esta actividad?

“En este momento no se lo que me deja la actividad, lo sabré en un futuro”.

Jorge N

1. ¿Por qué marcaste esas partes del texto como las más significativas?

“Porque es lo que más me gustó de esos años de mi vida, son lo más significativo”

2. ¿Qué le dirías a ese personaje (tú), sobre las partes del texto que remarcó?

“Recordar es vivir y a veces es aprender de que la vida no es eterna y hay que disfrutar de todos los minutos, segundos que respiramos, que vivimos, pensamos y sentimos como personas”

3. ¿Qué soluciones alternativas le aconsejarías ante los problemas que le aquejan?

“Una sería nunca rendirse en el problema no evadirlo sino enfrentarlo para una solución”

4. ¿Cómo te sentiste al escuchar tu historia?

Me trae muchas cosas gratas que viví

5. ¿En qué nos ayuda narrar nuestras vivencias y experiencias?

“Aprender, comprender y valorar cada segundo de nosotros”

6. ¿Qué te deja esta actividad?

“Aprendizaje de mí mismo. Recuerdos gratos. Nunca olvidar quien soy realmente. Corregir lo malo que hice. Ser mejor de hoy a futuro”.

Ismael N

1. ¿Por qué marcaste esas partes del texto como las más significativas?

“Es parte de mi vida”

2. ¿Qué le dirías a ese personaje (tú), sobre las partes del texto que remarcó?

“Es mucho mejor tratar de ser mejor”

3. ¿Qué soluciones alternativas le aconsejarías ante los problemas que le aquejan

“Ser mejor”

4. ¿Cómo te sentiste al escuchar tu historia?

“Muy bien”

5. ¿En qué nos ayuda narrar nuestras vivencias y experiencias?

“A tratar de mejorarlas y corregirlas”

6. ¿Qué te deja esta actividad?

“Mejorar mi vida y ser mejor”

Adrián N

1. ¿Por qué marcaste esas partes del texto como las más significativas?

“Porque son cosas importantes que pasan en mi vida y que son solo recuerdos”

2. ¿Qué le dirías a ese personaje (tú), sobre las partes del texto que remarcó?

“Que piense en todo lo que ha pasado y va a reflexionar”

3. ¿Qué soluciones alternativas le aconsejarías ante los problemas que le aquejan?

Que busquen cómo solucionar sus problemas

4. ¿Cómo te sentiste al escuchar tu historia?

“Bien”

5. ¿En qué nos ayuda narrar nuestras vivencias y experiencias?

“En ver todo lo mal I vien que e echo” (sic. pac).

6. ¿Qué te deja esta actividad?

“Mucha reflexión”

Oscar N

1. ¿Por qué marcaste esas partes del texto como las más significativas?

“Porque creo que son puntos de vista importantes de reflexión, meditación para poder alimentar un yo presente. Fortaleciendo así mi vulnerabilidad para poder estar alerta”

2. ¿Qué le dirías a ese personaje (tú), sobre las partes del texto que remarcó?

“Que piense en las difíciles cosas que hay que pasar sin dejar de tener valor para superarlas”

3. ¿Qué soluciones alternativas le aconsejarías ante los problemas que le aquejan

“Que siempre nos demos un tiempo para saber que ante todo lo pasado nada ganamos con hacer mal ni dañar a nadie eso no cambiara nada”

4. ¿Cómo te sentiste al escuchar tu historia?

Me siento como una persona que ve la vida con otra perspectiva sin tener conmiseración sino una acción de actitud positiva”

5. ¿En qué nos ayuda narrar nuestras vivencias y experiencias?

“En saber que no soy el mejor ni el peor que soy una persona normal humano con todos los defectos, pero también con muchas cualidades”

6. ¿Qué te deja esta actividad?

“Me deja un buen sabor de mente, alma y corazón con un sentido de razón para ver que tengo muchas y mejores oportunidades en esta vida”

Se puede observar que la narrativa si cumplió con la finalidad de convertirlos en para profesionales para poder hacer uso de esta técnica, en donde aprendieron a realizar procesos de reflexión para que en un futuro puedan aplicarla en momentos en donde identifiquen que se requiera deconstruir alguna situación para proponer soluciones alternativas que impacten de una manera más positiva su calidad de vida.

4.4 Técnica narrativa

Esta investigación se llevó a cabo desde la óptica de la narrativa, entendida como un texto hablado o escrito que involucra una trama donde diferentes acontecimientos y actores son interconectados (Clegg y Bailey, 2008). Al narrar ciertos acontecimientos antes y durante su vida en reclusión, así como sus expectativas hacia el futuro, se pretendía llegar a analizar la reconstrucción del autoconcepto en varones privados de su libertad, a causa de la necesidad de un espacio seguro donde pudieran desahogarse libremente, con una escucha respetuosa, sin culpa y ellos como expertos de su propia historia.

Este enfoque metodológico produce datos descriptivos mediante la propia subjetividad de las personas y estos pueden ser hablados o escritos, además es flexible y tiene la capacidad de analizar los procesos sociales, así como sus elementos y significados que no pueden ser medidos en términos de cantidad, frecuencia e intensidad y que permiten conocer el fenómeno y trabajar con él en su contexto natural.

Martínez y Montenegro (2014) mencionan que las narrativas no sólo se comprenden como vehículos de investigación, sino que a través de la acción expanden sus alcances teórico-metodológico que permiten concebir su funcionamiento en dos planos simultáneos, acceder a la subjetividad, es decir, el sentido que el sujeto le da a sus experiencias y da cuenta del contexto social en el que se desenvuelve, y como un espacio de interacción discursiva que genera ciertas posiciones de sujeto; en resumen, el actor construye un relato y el relato genera una posición identitaria.

4.5 Terapia narrativa como dispositivo de intervención

Zlachevsky-Ojeda (2003) define la terapia narrativa como un modelo terapéutico derivado del pensamiento sistémico que retoma aspectos del construccionismo social y el posestructuralismo. Afirma que la terapia narrativa parte de la metáfora del hombre como contador de historias en las cuales el individuo se define como protagonista. Adicionalmente argumenta que el individuo va elaborando narrativas a partir de las relaciones sociales y la interacción con los discursos culturalmente dominantes. Estas historias están caracterizadas por el entrelazamiento de personajes, vivencias y emociones, conservando propiedades de temporalidad, lógica y sentido, y utilizando el lenguaje como medio primigenio para lograr tejer estos entramados de significados (Castaño, 2020).

La terapia narrativa es el enfoque terapéutico que sitúa al usuario como experto de su historia, se basa en los fundamentos de tener un acercamiento respetuoso y no culposo. Esta

terapia ve el problema separado de las personas, considerando que todas las personas cuentan con habilidades, creencias y valores que les permiten reducir la influencia de sus problemas.

Esta terapia se enfoca en las historias que las personas construyen de su vida y su autoconcepto, utilizando el lenguaje para la organización de su experiencia de vida, transformándolo en una narración que tiene una secuencia temporal con intenciones, significados y desenlaces, entendidas como “las secuencias escogidas de vida que cobran existencia como entidad mediante el acto de relatarlas” (Payne, 2002), y que al ser relatadas, permiten dar un sentido de identidad, ya que describen y reflejan las vidas de los individuos .

La narrativa plantea que la realidad no es algo estático y que esta se va transformando, pero que a través de las experiencias de vida y aprendizajes podemos dar a la realidad interpretaciones y significados desde nuestra propia visión y que al ser narradas pueden provocar un impacto perturbador en las personas, generando la capacidad de auto reflexión que permita la transformación y la posibilidad de cambiar la narración sobre sí mismos.

Los postulados de la terapia narrativa son la **construcción narrativa**, en donde las personas cuentan su historia de forma libre, permitiéndoles crear un proceso de alteración y recreación, cuya finalidad es crear conciencia sobre el control de las propias interpretaciones y la capacidad de crear nuevos significados.

Este enfoque ve a los problemas como algo separado de la persona (**externalización** de problemas), en donde hace referencia que el problema es el problema y no las personas como problemáticas. Al separar a la persona del problema, se hace énfasis en que influyen factores externos de su propia identidad o percepción interna que actúan en la manera en cómo respondemos al ambiente, pero que a través de la experiencia, creencias y valores, los individuos cuentan con habilidades, intereses, competencias y compromisos, dejando lugar a la responsabilidad, es decir, que no debemos huir de los problemas, si no por el contrario, hacerles frente pero de una manera más positiva y que impacte en la calidad de vida.

La Terapia Narrativa está interesada en descubrir y reconocer (**deconstruir**) las ideas, creencias y prácticas de la cultura en que vive la persona, y para lograr la deconstrucción es necesario hacer más específicos los problemas, que permitan explorar las causas y origen de las dificultades, y que inviten a la reflexión y al desafío, para una vez identificado el conflicto, se pueda crear un plan de solución.

Finalmente, para lograr un **resultado**, es necesario que los individuos creen una visión mejorada de su historia, creando contenido altamente significativo que promueva una identidad funcional, que no evite el problema, sino replantarlo y darle un resignificado que lo ayude a desarrollar la resiliencia para poder afrontar de una manera más positiva las adversidades que se presenten.

La terapia narrativa como dispositivo de intervención ante la necesidad identificada en un Centro Penitenciario de la CDMX, de la creación de un espacio en donde los participantes pudieran desahogarse ante sus preocupaciones e inquietudes, pretendió ofrecer una propuesta a una solución diferente a la que ofrece el sistema penitenciario, ya que al escuchar y leer las narraciones de los diferentes acontecimientos de las propias vidas de quienes participaron en esta investigación, se propició al auto análisis para la deconstrucción de sus propias experiencias de vida, con el fin de motivar la autorreflexión para tener un mejor conocimiento sobre sí mismos y así puedan tomar decisiones más asertivas respecto a todo aquello que les genere interés o preocupación, llevándolos hacia el propio autoconocimiento de la personalidad de una manera más detallada y profunda que los invite a crear desenlaces alternativos llenos de resiliencia ante sus preocupaciones y proyectos hacia el futuro.

4.6 Instrumento ***Entrevista Narrativa***

Como ya se mencionó, la metodología de la investigación partió desde una perspectiva narrativa ya que, de acuerdo con Jovchelovitch y Bauer (2000), cuando una persona narra está recordando qué ha pasado, poniendo su experiencia en secuencia y encontrando posibles

explicaciones para ello, jugando con las cadenas de eventos que forman la vida individual y social. Las narrativas son declaraciones sobre un tiempo y lugar determinados, hacen referencia a la experiencia personal y tienden a ser detalladas.

Para llevar a cabo la entrevista narrativa se elaboró un guion de entrevista con preguntas simples que les permitiera hablar libremente sobre aquellos acontecimientos que les parecieran relevantes sobre su vida y sus experiencias. A continuación, se da una breve muestra de los ejes temáticos que se abordaron.

- Autoconcepto antes de ser recluso.
- Autoconcepto en reclusión.
- Sueños, esperanzas y expectativas hacia el futuro.

4.7 Participantes

Martínez (2012) menciona que los participantes son los sujetos que protagonizan un estudio, aquellos que representan un lugar dentro del contexto social, cultural e histórico del que forman parte. Estos son elegidos de acuerdo con el tipo de muestreo, lo que potencializa que proporcionen la mayor riqueza de información posible para estudiar a profundidad la pregunta de investigación.

Se realizó un procedimiento no aleatorio, donde se utilizó un muestreo por conveniencia (Morales, 2012), dado que los pacientes/internos estaban disponibles.

Con respecto a los participantes se puede decir que el grupo estuvo constituido por 5 hombres que se encuentran dentro de un Centro Penitenciario de la CDMX, los cuales aceptaron participar libre y voluntariamente como surgimiento del diálogo inicial con la colectividad y la reflexión analítica sobre la necesidad de un espacio para el desahogo y la auto

reflexión. Se logró entablar una relación de acercamiento pertinente con ellos, de tal modo que ambas partes fungieron como investigadores.

A los participantes se les asignaron los siguientes alias para proteger su identidad: Edgar N, Jorge N, Ismael N, Adrián N y Oscar N

4.8 Procedimiento

Para el desarrollo del presente proyecto se consideró proponer enunciados o interrogantes guía a la comunidad como forma de incentivar la narrativa y la escritura, en tres tiempos; su pasado, presente y su futuro. Se contemplaron estrategias como la producción de ideas, propiciar hablar y escribir sobre sentimientos, que les generen auto reflexión acerca de emociones y temas difíciles de expresar, Reyes-Iraola (2014), menciona que estas estrategias han mostrado utilidad en el proceso terapéutico en contextos institucionalizados.

Se llevaron a cabo las entrevistas narrativas con cada uno de los participantes en un espacio lo más cómodo y privado posible, estas fueron grabadas con su consentimiento (Anexo 2). Los audios obtenidos en las entrevistas fueron transcritos (Anexo 3) y posteriormente analizados mediante un proceso de codificación y categorización. La codificación se realizó a través de Microsoft Office Word, para ello se agregó a la página una numeración de manera continua y posteriormente, se asignaron los códigos correspondientes con las categorías de análisis iniciales que fueron: ***Autoconcepto antes de ser recluido, Autoconcepto en reclusión, Redes de apoyo dentro y fuera de la institución, Ejes en el tema de la reinserción social y Sueños, esperanzas y expectativas hacia el futuro.*** Una vez realizadas las transcripciones, se procedió a que los participantes escucharan sus propias historias de vida en reproductores de MP3, para posteriormente incluir la terapia narrativa como dispositivo de intervención, ante la necesidad de un espacio donde pudieran hablar libremente sobre todo aquello que les causaba interés y preocupación, al mismo tiempo que escuchaban sus historias de vida, se les pidió que deconstruyeran su historia, con la finalidad de llevarlos a un estado

de auto reflexión, esto se llevó a cabo utilizando un marca textos color amarillo, en donde subrayaron en su propia transcripción todos aquellos puntos que consideraron importantes o relevantes en su vidas, para que posteriormente propusieran soluciones alternativas ante las problemáticas, o expectativas hacia el futuro que mejoren su calidad de vida.

Una vez codificada, la información fue organizada en una matriz de categorización en Microsoft Office Excel, en 3 columnas que correspondieron a: número de página de donde se toma el fragmento de entrevista, palabra código que nombra el fragmento de entrevista, fragmento de entrevista textual (Anexo 5). Esta matriz se aplicó para cada uno de los sujetos de investigación; posteriormente se integró al análisis de la investigación que permitió integrar la información hallada, de acuerdo con las categorías de análisis.

5. Análisis y resultados

5.1 Introspección sobre quiénes eran antes de ser reclusos

Uno de los principales rasgos de las organizaciones totales, como es el caso de la institución penitenciaria, parecieran estar diseñadas para la supresión de las subjetividades, devenidas de los problemas de hacinamiento, violación de los derechos humanos y las normas sobre impuestas que el sistema implementa para un mejor control, dejando de lado los objetivos institucionales de curación o resocialización (Goffman, 2001). Esta intervención se apoya en la psicología comunitaria y la narrativa como una vía de apoyo que genere la autogestión en la toma de conciencia, y la identificación de los problemas y necesidades, que permita transformar las expectativas de los participantes para tener control de las consecuencias de sus actos y se provoque un estado de responsabilidad para mejorar las inadecuaciones sociales a las que se han venido enfrentando. En base a este contexto se generó con y para la comunidad que participó, una introspección sobre aquellos acontecimientos de su vida antes de ser reclusos,

en donde Rodríguez, et. al. (2014), mencionan que la historia oral implica la narración de hechos y sucesos pasados que son expresados a viva voz con palabras y que, a su vez, permiten que salgan a la luz testimonios que sucedieron a través de las vivencias, las experiencias y las prácticas a lo largo de la vida y de momentos históricos concretos, y que, por lo tanto, puede ayudarnos a comprender el presente que estamos viviendo, el conocer por qué las cosas han sucedido de la manera que lo han hecho, y que además permite que las personas puedan desarrollar una serie de capacidades y destrezas personales y profesionales que faciliten el conocimiento de lo histórico para llevarlos a procesos de reflexión que les permita humanizar su propia historia y reconstruir el autoconcepto sobre sí mismos.

A través de diferentes frases de los miembros del grupo se puede identificar que enmarcan momentos históricos concretos que los llevaron al presente que viven, pero que a su vez los lleva a procesos de reflexión donde pueden reconocer a través de la auto retroalimentación sobre su propia historia, los errores que los llevaron a ser reclusos, así como aquellas decisiones tanto positivas como negativas, que ellos consideran que cambiaron el rumbo de su vida y otras que los ayudan a mantenerse enfocados en seguir adelante.

Edgar N: “Llevo recluso 15 años... Edgar, N, fue un joven con muchos sueños, que cometió un error y que ese error lo trajo aquí” (párrafo 1, página 1).

“Desde muy niño mis padres se divorciaron y pues mi madre tomó el rol de padre y madre, fue una niñez con soledad, se sentía la ausencia, estuvimos bien, nunca nos faltó alimento, nunca carecimos de nada, pero si carecimos de otro tipo de cosas” (párrafo 3, página 1). “A veces uno tiene ese tipo de vacíos y que tratamos de llenarlos con cosas materiales y cosas superficiales, y en la búsqueda de llenar esto, tomamos decisiones y más decisiones hasta que ocurre una mala ¿no?” (párrafo 7, página 2).

“No terminé la preparatoria, tuve la oportunidad de haber estudiado, pero no quise, buscaba más, trabajar, me quería emprender y comenzar a hacer algo, poner un negocio, tuve algunos negocios, y pues lamentablemente no supe apreciar lo bien que

estaba, me iba bien, pero pues de esas veces que uno de joven quiere probar y experimentar muchas cosas, pero mi destino era que tenía que conocer este lugar” (párrafo 4, página. 1). “Me di cuenta que este lugar no era para hacer dinero” (párrafo 23, página 5).

Edgar N logra identificar que en su niñez tuvo mucha soledad y que al sentir ese vacío trato de llenarlo con cosas superficiales, y que en esa búsqueda tomó decisiones que lo llevaron a ser recluso, pero además reconoce que, aunque tuvo la visión para emprender un negocio en el que le iba bien, no supo apreciar lo bien que estaba y que esa experiencia, lo llevó a reflexionar sobre que la cárcel no era para hacer dinero.

Jorge N: “Gracias a mis estudios tuve buenos trabajos, ganaba bien” (párrafo 31, página 8). Mi madre ya falleció, mi padre pues tuvimos problemas, discutimos, como que no éramos muy afín a las cosas...” (párrafo 29, página 7).

“Me gustaba ir a conciertos” (párrafo 31, página 8). “Disfrute mucho a pesar de que yo llegué aquí a los 20 años, si disfrute mucho porque desde los 17 yo empecé a ir a conciertos, qué era lo que me gustaba, he hice mucho de lo que me gustó antes, qué el ska, qué el rock, el metal gótico, la música japonesa, china, si disfrute todo ello, y no por el hecho de que estoy aquí, créeme que no tengo eso, porque, aunque no tengo la ropa, pero afortunadamente tengo la música” (párrafo 32, página 10).

“Pues tuve una novia con la que termine, duré como 2 meses, pero la deje de ver mucho tiempo, varios meses hasta que mi madre pues, ella enfermo de cáncer, falleció, días antes de que falleciera pues ella fue a buscarme a casa, mi hermana la llevó a donde estaba que fue en el hospital, no quería que ella se quedara con mi hermana, pero pues también no tenía cómo que otra opción verdad, no podía dejar a mi hermana sola. El punto es de que después de que falleció mi madre, yo regresé y pues me junte con ella, cosa del destino no, y pues a final de cuentas un día llegó su hermano, se quedó en casa unos días y un día así de la nada en la noche, pues mató a mi

hermana, y yo a pesar de que denuncie y todo, he... pues a pesar de que denuncie y todo, obviamente que mi novia me echó la culpa a mí, iba a preferir a su hermano. Me culparon por un delito que no cometí, que fue un homicidio y pues... pues me siento mal, al inicio si, no te puedo decir que tenía mucho coraje, mucho resentimiento, y pues a final de cuentas, no me queda otra más que echarle ganas, salir adelante, aquí desgraciadamente la droga la consigues como si consiguieras un dulce, un vaso de agua, y a pesar de ello, no me refugie en ello, traté de buscar en dónde entretenerme". (sic. pac). (párrafo 33, página 12).

Podemos observar que **Jorge N** reconoce que estaba enojado y resentido con su sentencia, pero que, a pesar de esos sentimientos, no se refugió en las drogas sabiendo que en reclusión es muy fácil conseguir las, sino por el contrario, decidió salir adelante. Además, menciona que la música ha sido parte importante de su historia de vida fuera de reclusión, y como esta le ha ayudado a sobrellevar la vida en cautiverio.

Oscar N: "Yo soy una persona normal, y como todos cometemos errores, algunos muy graves, algunos leves, y esta vez estoy pagando la consecuencia de algunas malas decisiones, indudablemente aquí hay gente que, que está en la cárcel, pero no deja de ser humano, no deja de tener una historia hermosa hasta el punto de ser corrompida por el vicio, los deseos, la codicia, no, y esas cosas destruyen, y si no nos damos cuenta nos destruyen nuestra vida, mi vida ha sido así, muchas veces viví en rebeldía, tal vez por la separación de mis padres, ajá, y que no hubo un freno, este, una cabeza, este, que me dijera a ver frénate, la realidad cuando ya tiene uno dinero se corrompe, entra en muchas situaciones, como por ejemplo caer en el vicio" (párrafo 42, página 23)... "No sabía ella (¿su mamá no lo viene a ver?), no venía antes, cuando ella empezó a hacerle curiosidad de que mi cambio, ella misma me dijo, la gente me dice que ya cambiaste, y yo quería verlo, y ahora que lo ve (está contenta), ajá, sí, porque muchas veces ella tenía un sentido de culpa, no fue una buena madre, yo no le reprocho eso, a fin de cuentas es mi madre no, yo no soy quién y no hay una guía de padres,

entonces en ese concepto yo tengo que, pues que vea que tampoco es culpa, ella trató de vivir su vida, que tal vez le estorbaban los hijos, tal vez no podía cargar con ellos, no sé, no, no, no quiero ponerme en su lugar, solamente quiero pensar que era mi madre no ” (párrafo 42, página 23). “Cuando me vio mi cambio venía todos los días de visita, durante año y medio, y yo alcancé a percibirlo y le dije sabes qué mamá, yo noto en ti que este, hay un sentido de culpa, no tengas ese sentido de culpa, al menos de mí no, yo estoy aquí por errores que cometí, ya soy una gente mayor no, entonces yo soy el responsable de mis actos, y asumo las responsabilidades, pero no quiero que te culpes tú” (párrafo 42, página 24).

Oscar N reconoce que está recluido como consecuencia de las malas decisiones que ha tomado en su vida a causa del vicio, los deseos y la codicia que destruyeron su vida, también se puede detectar que identifica que la falta de apoyo social de parte de sus padres al divorciarse, fueron un detonante para llevarlo a la rebeldía y por ende al consumo de drogas, pero además reconoce que esa falta de apoyo social no tiene nada que ver con sus padres, quitándoles la culpa que les asignó en su momento y reconoce que él está aquí por errores que él cometió, que ya es un adulto, que es el responsable de sus actos, y que asume su responsabilidad.

Adrián N: Pues mira, mi niñez y mi familia, mi familia, yo me quede a los, cuando iba en segundo año de primaria más o menos, mi mamá se fue a Estados Unidos, yo me fui a vivir con mis abuelos, tuve que acatar reglas, ahora sí que sus reglas de mis abuelos, eran una gente muy enérgica, trabajaban en, para (...), una escuela judía, ellos tenían otro tipo de vida, estaban muy relacionados a... a sus aplicaciones de lo que ellos hacían, seguir su líneas, que estudiara, que trabajara, y todo eso, pero pues se llega un instante en mi vida a los 12 años que, yo ya... me junté, a los 12 años, con mi esposa la mamá de mis hijos, ella, bueno me junte con ella muy chamaco, y empecé a hacer mi vida con ella, pero, ya de ahí, pues tuve que enfrentar la situación de la vida no, el ver cómo mantener a mi esposa no, a mi pareja no, porque estábamos muy

chamacos (¿cuántos años tenía ella?) 12, ella tiene la misma edad que yo, nos llevamos por meses, pero también había veces que no era tan fácil no... porque pues era un niño todavía, jugando a ser adulto...Entonces pues yo empezar a robar a la edad de 12 años, empecé a mi carrera delictiva a los 12 años, empecé este, como fardero, empezar a fardear, entonces pues como era robo limpio, pues yo decía yo soy menor de edad, no, entonces así me la lleve un rato, robando eso, me empecé a involucrar con gente para empezar a robar, robo a casa habitación, esté, negocios y todo eso, hasta la edad de 17 años, 16, 17 años más o menos, cuando yo me fui para Guadalajara Jalisco, allá este, tengo familia, y pues mi familia, pues se dedica a trabajar, pues para un cartel... Fue así como empecé a llevar mi vida delictiva... a lo mejor si llegábamos a un instante de que pues si vives bajo presión por todo lo que haces no, pero también aparte de que vives bien, también estas con el remordimiento en tu cabeza de qué va a pasar... Me empezaron a buscar en Guadalajara, hasta que me encontraron, bueno, encontraron a mi familia y ahí los agarraron, después me tuve que entregar yo para poder irse mi esposa, mi hermana y todos ellos, entonces fue la primera vez que yo caí a un reclusorio...Fue cuando yo conocí esa, ahora si lo que era un reclusorio, porque yo ni un consejo, ni una correccional para menores, nada, si vives bien y todo, pero hay a veces que también se sufre, se sufre para obtener las cosas, se batalla, como hace ratito lo comentábamos, si puedo decir que si era alguien, un hombre bueno y todo, pero en lo que puedo ser, y en lo que no puedo ser, si puedo decir que he sido un hombre malo, porque yo lo puedo reconocer, yo se los he dicho a muchas personas aquí no” (párrafo 54, página 32).

“Hay a veces que se cansa la familia no. Yo hice que se cansara pues a lo mejor también mi esposa, mi madre, y todos, yo ahorita llevo poquito, desde septiembre para acá que yo ahorita no tengo visita, porque si recibí mis visitas no, de aquel lado y todo, pero, ya se cansa la familia por qué, porque ya no te creen, si me entiendes, ya hay a veces que dice, o si será verdad o no será verdad, me entiendes, aquí yo me tuve que

poner a trabajar, de aquel lado del oriente, traía 36 líneas, 42 pantallas, 22 bocinas, y traía la sala 6, donde yo tenía que generar todo ese dinero y bueno, dar a trabajar todos los teléfonos para poder yo solventar esos gastos y sacar adelante a mi familia allá afuera también no, entonces hay a veces que podemos recapacitar aquí también, eso te sirve para recapacitar el ¿qué vas a hacer, qué vas a hacer?“...(párrafo 54, página 33).

“Fíjate que yo digo, yo quisiera dejar todo esto, y decir salgo y vámonos, me olvido de todo, si fuera fácil, yo como se lo platicaba a esa persona, yo se lo digo, sabes qué, es que yo no puedo dejarlo, imagínate yo llevo desde chamaco, ¿tú crees que tan fácilmente me van a dejar irme?, cuando hay a veces que mi jefe me ha dicho y apenas me lo dijo, eres una pieza muy importante en mi ajedrez, si tú ya no me sirvieras, yo ya te hubiera mandado aniquilar desde allá adentro, pero sabe... (¿lo haces por miedo?), hay a veces que, ahorita siento que si ya lo hago por miedo, por responsabilidad, ósea de decir ya, pues me sigue pagando, y ahora tengo que hacer, acatar sus órdenes, si me entiende, y entonces digo, como él me dice, eres una pieza muy importante en mi ajedrez, sabes muchas cosas que a mí me pueden perjudicar y pueden perjudicar a muchas personas, entonces como le... pero también tengo familia, también mi familia me importa, me dice, “pues piénsalo, ya vas a salir”, a mí me da miedo, como apenas se lo dije, también los hombres, también lloramos, no nada más las mujeres, todos tenemos sentimientos, la verdad no, hay a veces que sí decimos, hay estamos en la cárcel y nos hacemos los duros, pero hay a veces que nos escondemos debajo de las cobijas y también chillamos, también recapacitamos y también sabemos que nosotros hemos hecho mucho daño, bueno yo personalmente he hecho mucho daño, entonces digo, yo no voy a , por una tontería, las tonterías que yo he hecho voy a hacer que paguen mis hijos, o mi esposa, prefiero yo como se lo dije a penas a mi esposa, prefiero yo irme, yo, dejarte ser libre, sigue tu vida, yo me encargo de que tu tengas todo” (párrafo 54, página 34).

“A mí no me gusta no, ni me gustaría que mis hijos siguieran estos pasos, si me entiendes, mi hijo el más grande boxea, tiene 13 años, J..., J... tiene 12, J... tiene 9, entonces yo les he, pues a lo mejor no tratado de darles la mejor educación, pero lo mejor que puedan vivir no, tener todo lo que yo no tuve, si me entiendes, entonces a mí no me gustaría y yo se los he dicho, ustedes saben a lo que yo me dedico, ustedes saben lo que yo hago, pero a mí no me gustaría que ustedes lo hicieran, y yo se los dije, si yo lo hice fue por una necesidad, por qué, porque en ese entonces a mí se me hizo fácil todo, a una persona dale de chamaco un fajo de billetes y un arma y darle poder, nos volvemos locos, la verdad, soy honesto, si me entiendes, yo no puedo dejar que ellos lo hagan, por qué, porque a mí no me gusta, que ellos lo hagan” (párrafo 54, página 35).

“(¿ósea no quieres dejar lo que estás haciendo?), si puedo, pero a cambio de qué, yo no voy a dejar que levanten a uno de mis hijos, o a mi hermana o a mi esposa, si me entiendes, por su seguridad, entonces yo prefiero seguir en lo que estoy” (párrafo 54, página 36). “Ósea en mi si está decir pongo un negocio y me pongo a trabajar, ósea, a lo mejor antes yo lo decía porque yo tenía un pensamiento muy tonto, es que yo no sé trabajar, yo nada más se hacer lo que hago, pero no, ósea si me he dado cuenta que tengo otros proyectos en la vida que lo puedo hacer, pero hay a veces que uno se ciega a hacer lo mismo, como lo que ahorita estoy haciendo, pero hay a veces como te lo digo ahorita, lo hago por seguridad de mis hijos y de mi familia” (párrafo 54, página 37).

“Pues sí, pero, cómo te diré, no, ósea no, cómo te diré, ósea cómo te podré expresar, siempre me ha gustado vivir, como siempre yo antes lo decía, antes de llegar al reclusorio, pisar la primera vez en todo este sistema penitenciarios y todo esto decir... ¿cómo es?, yo quiero vivirla, como yo siempre lo he dicho, siempre quiero llegar a las grandes ligas, siempre quiero ser yo, eso es lo que siempre ha sido mi enfermedad... “El ser yo”. Que, si yo quiero esto, yo quiero esto, no me pongo límites, eso, eso es mis grandes defectos míos...” (párrafo 54, página 38 y 39).

Adrián N menciona que es dejado al cuidado de sus abuelos a temprana edad ya que su madre se fue a los Estados Unidos, menciona que se casó a los 12 años, razón por la cual se tuvo que enfrentar a la vida, el ver cómo mantener a su esposa ya que ambos tenían 12 años, reconoce que muchas veces no era fácil ya que era un niño todavía, jugando a ser adulto, razón por la cual empezó a robar y a involucrarse con personas para seguir delinquiendo, y aunque reconoce que si era un hombre bueno, también identifica que el no ponerse límites en el mismo, lo han llevado a ser hombre malo como él menciona, razón por la cual está aquí. Respecto a su familia reconoce que ha provocado que tanto como su madre, esposa y todos, se cansen de su comportamiento, y aunque no lo visitan desde septiembre, menciona que este lugar le ha servido para recapacitar ¿qué va a hacer?, y esa reflexión lo ha llevado a reconocer que quisiera dejar todo, pero que siente miedo, porque sabe que su jefe puede actuar en su contra provocando daños a sus hijos o su esposa si abandona el grupo delictivo al que pertenece.

Adrián N a pesar de que reconoce que ha hecho mucho daño, no le gustaría que sus hijos siguieran sus pasos, ya que sabe que, si a un adolescente le das dinero, armas y poder pueden hacer que se pierdan, razón por la cual, reconoce que tiene que intervenir para no dejar que sus hijos caigan en la misma situación que él. Otro punto importante que se debe destacar es que **Adrián N** considera el robo como parte de su iniciación laboral, pero que al estar en reclusión reconoce que tenía un pensamiento muy tonto, en que no sabía trabajar más que en lo que aprendió a hacer a corta edad, pero que se ha dado cuenta que tiene otros proyectos en la vida que puede desarrollar, es decir que existen otras formas de ganar dinero.

Ismael N: “Pero realmente fue muy bonita toda mi infancia. Fui a la escuela (¿hasta qué año estudió?), segundo semestre de vocacional (vocacional, no cualquiera entra a la vocacional), si, le piden buenas calificaciones no, 9.5 lo máximo, y siempre ha sido así la máxima, digo, hójole, y ya no termine por andar, pues más que nada me dedique a trabajar porque como me junte con mi señora, me case con ella, y eso fue lo que me perjudico verdad, porque le puse más atención a ella, ya después a mis hijos y

todo eso, ya me dediqué más a ellos que al estudio. Ya no, ya no termine la escuela y eso fue lo que le lastimo a mis padres, y a mis hermanos, porque si, lleva uno segundas y terceras personas dentro porque los lastima uno, tanto esfuerzo que hacen los padres económicamente y socialmente, moralmente, que uno no ve esa atención en ese momento” (párrafo 67, página 44).

“Ya gracias a Dios ya casi cumplo, son 80 días lo que me falta, ya si Dios quiere ya me voy de aquí y ya no le doy más problemas, y pues a seguir mi rutina de siempre, portarme bien y seguir trabajando” (párrafo 63, página 43)

“Pues sí la verdad si, si me llevo algo de aquí, a pesar de todo lo que, y digo bueno si me porte un poquito mal allá afuera, pues es momento de recapacitar, de ver mi error verdad, como dice usted, con todo respeto, pues, si me llevo algo de aquí, tener un poco de más educación y más respeto hacia las personas, y hacía sí mismo, hacía uno mismo” (párrafo 65, página 43).

Ismael N reconoce que, al tomar la decisión de casarse tan joven, lastimó a sus padres, ya que ellos habían hecho esfuerzos económicos, sociales y morales para que él pudiera estudiar, pero que, en esa época, él no reconoció esa atención por parte de ellos, lo cual lo llevó a perjudicar su formación educativa, ya que al abandonar sus estudios tuvo que dedicarle más tiempo a su esposa e hijos. Por otro lado, **Ismael N** reconoce que la experiencia en reclusión le ha dado la capacidad de recapacitar, de ver sus errores y tener en un futuro más respeto hacia las personas y hacia el mismo.

Podemos observar que la narrativa fue un facilitador que les permitió elaborar, entender, organizar y aportar claridad sobre su propia historia, en donde al verse obligados a retomar las consecuencias en las que se han visto implicados, se creó un sentido de responsabilidad para aceptar un pasado, reflexionar sobre su propia personalidad y conductas, y tener un mejor conocimiento sobre su propio autoconcepto, y todo aquello que les preocupa o aquello que les llena de fortaleza, y que al potencializar el autoconocimiento, les generó una sensación de

autocontrol, que se vio reflejada en las propuestas de soluciones alternativas ante todo aquello que les aquejaba en su vida, además de fortalecer y reafirmar aquellas prácticas que los mantienen enfocados en aspectos positivos de su vida. Se considera que, si se sigue desarrollando la práctica narrativa, se vislumbra la posibilidad de volverse más asertivos y resilientes, para que les permita mejorar su calidad de vida.

5.2 La experiencia de estar institucionalizados.

Es de suma importancia poder realizar una intervención psicológica en este tipo de instituciones, ya que se producen importantes efectos psicosociales a causa de la prisionalización, ya que como menciona Escaff, et. al. (2013), que las personas en esta situación presentan una inestabilidad emocional, sus relaciones, lazos o vínculos estarán muy debilitados, ya que sufren una pérdida del sentido de pertenencia a los grupos sociales primarios anteriores, surgiendo un cambio en la valoración de sí mismos por la falta de reconocimiento propio por las nuevas formas en que se tienen que relacionar, provocando una actitud de afrontamiento negativo e inclusive en casos extremos una pérdida de sentido de vida. Goffman (2001) comenta cómo al entrar, los internos pierden el apoyo que les brindaba el exterior sobre su propia concepción y comienzan con una serie de depresiones, degradaciones, humillaciones y profanaciones del yo, estos cambios repercuten gravemente en las personas privadas de su libertad, y de no ser atendidos en la promoción de factores de riesgo y promoción de estilos de vida saludables, es posible que puedan desencadenar en trastornos psicológicos que afecten su calidad de vida. **Edgar N, Jorge N, Ismael N, Adrián N y Oscar N** en sus testimonios comentan lo siguiente:

Edgar N: “Una mala decisión derivó en casi 19 años de sentencia, Ingresé a los 22 años, fue difícil la llegada, fue complicado, la cárcel ahora ya es totalmente diferente, a mí me tocó un encierro complicado, donde la cárcel era realmente cárcel, y me tocó convivir con gente dura, gente difícil, aprendí mucho de todos, desde el que me trató

mal, hasta el que me trató bien, aprendí sin querer la tolerancia, la paciencia” (párrafo 10, página 2).

“El impacto ha sido en parte visual, pero también ese impacto también ha sido emocional, y ha sido un impacto en muchos aspectos de un ser humano, creo que no existen las palabras, ni hay forma de explicar esos sentimientos que uno vive aquí, creo que tratar de explicárselo a alguien, no sería tan cercano a lo que realmente es, habría que vivir la experiencia y quien la ha vivido me podría entender, que cada quien la vive de distinta forma, la experiencia de cada persona en estos lugares, es totalmente diferente, hay quien llega a estos lugares y se va en 1 año, hay quien llega a estos lugares y se va en 25 años, la experiencia es totalmente diferente. La experiencia la da el hecho de todo lo que se va perdiendo, cosas que se pierden y jamás vas a recuperar, y hay quien su experiencia es salir pronto y todavía recuperar eso y hay quien no, hay quien al salir pues ya no tiene ni a una madre, ni a un hermano, que realmente perdieron todo no” (párrafo 18, página 4).

Edgar N menciona que fue difícil y complicado cuando llegó a la cárcel, ya que cuando él ingresó, la cárcel era realmente cárcel, que le tocó un encierro complicado, ya que no tuvo opción de elegir con quién convivir (gente realmente dura, gente difícil), pero que sin querer, aprendió a desarrollar la tolerancia y la paciencia tanto del que lo trató mal, como bien, y que además tiene el sentir de que no existen palabras que expliquen todo lo que se vive en reclusión, además de mencionar que la experiencia le ha hecho perder cosas que jamás va a recuperar.

Jorge N “Aquí son muy mamones, no puedo tener las revistas que tenía allá, que eran revistas que salían quincenal y mensualmente, que no solo te hablan de caricaturas, te hablan de la historia de Japón” (párrafo 32, página 11). “Aquí todo es a través de memos, el memorándum es un permiso para tener así sea un radio chiquito, una bocinita del tamaño de tu grabadora, debo tener un memo, quiero tener una

plancha, debo de tener un memo, te tienen muy controlado y es una manera de obligarte a que estés enfocado en todos tus cursos, si no, te cambian a otro dormitorio, no tienes derecho a muchas cosas, y pues imagínate, si aquí no hay nada de por sí, y lo poquito que hay como que te lo quitan... entonces, está mal no, hablando por derechos humanos, por el hecho de ser persona pues no va, también yo lo veo como un abuso de autoridad, pero eso también te motiva a superarte, entonces pues yo tengo mi radio, me motiva eso” (párrafo 36, página 17).

“Yo en la calle era de practicar deportes, salía del CETIS y era de irme a jugar basket, futbol... aquí al llegar y ver los problemas y como acababan en otro tipo de situaciones, dije: “Yo aquí no juego”, entonces preferí hacer ejercicio, me abstengo de participar, no entienden que es para distraerte, no para hacer enemigos” (párrafo 32, página 11).

Jorge N menciona que siente que son violados sus derechos humanos al no poder tener revistas y artículos que le faciliten su estancia, como una plancha, un radio o una bocina, ya que todo debe ser aprobado, siente que eso los tiene muy controlados, como una manera de obligarlos a que estén enfocados en lo que la institución les impone y no en lo que ellos quieran elegir, y aunque lo considera como un abuso de autoridad, también dice que lo motiva a seguir esas reglas para poder tener su radio. Por otro lado, menciona que tuvo que aislarse de los deportes que le gustaba practicar antes de ser recluido, ya que, en este lugar, jugar en equipos acaba en situaciones violentas, razón por la cual prefirió abstenerse de practicarlos y hacer ejercicio él solo, llevándolo al aislamiento.

Ismael N: “Pues un poquito cansado, cansado porque pues no es lo mismo estar en casa solo y con la familia verdad, porque la familia lo soporta a uno, y aquí no, tengo diferentes amistades, hay muchos amigos que se molestan tanto como vive uno, como la forma de cómo les habla uno y todo eso, son muy delicados, y pues es esa situación que, que vive uno mal, si, es eso” (párrafo 70, página 45).

Ismael N menciona como ha sido difícil para él el haber sido separado de los grupos primarios a los que pertenecía, así como el impacto que le provoca convivir con relaciones forzadas y la falta de privacidad.

Adrián N “Me agarraron aquí en la CDMX, entonces caigo al reclusorio, y pues la verdad, es diferente un reclusorio federal a un reclusorio de estos, ¿por qué?, porque allá se rige más con las normas de que, más respeto y todo, si me entiendes, a como aquí, que es la ley del más fuerte, si me entiendes, es como muchos dicen, cambian su manera de ser para poderse, para poder congeniar con las personas, hay muchas personas que llegan aquí y no se drogan, pero cuando llegan a este lugar se empiezan a drogar para poder convivir con los demás, empiezan a jugar a la otra persona, si me entiendes, entonces hay veces que con tal de ser recibido con esas personas pues lo haces, pero no te pones a pensar en el daño que estás haciendo también” (párrafo 54, página 32).

Adrián N reconoce que el concepto de despersonalización se hace visible en algunas personas para poder pertenecer a grupos que los protejan y puedan convivir con los demás, reconociendo que eso puede causar efectos psicológicos irreversibles.

Oscar N “Estaba prácticamente en la cárcel, sólo, con un montón de problemas, pensé en ese momento, dije bueno pues si se acaba mi vida mejor no, tal vez trate de buscar algún pleito donde perdiera la vida, tal vez busque también una falsa salida, no sabía, desesperadamente ya 36 años de sentencia, con 32 años de vida, no 34 años, ajá y dije ¿dónde, ¿cuándo voy a salir?, no, ya voy a salir siendo un anciano, ya no tiene caso...” (párrafo 44, página 25).

Se puede observar que **Oscar N** muestra una actitud de afrontamiento negativo ante el futuro y la pérdida del sentido de vida.

En todos los participantes se puede identificar que permanecer en aislamiento durante largos periodos, puede causar trastornos psicológicos a causa del impacto emocional como consecuencia de la frustración y la agresividad en las relaciones personales forzadas, de la separación de los grupos primarios a los que pertenecían, así como la vigilancia permanente, la falta de intimidad y el aislamiento.

5.3 Redes de apoyo dentro y fuera de la institución

El contar con una red de relaciones sociales sanas puede representar la creación de un autoconcepto positivo, proporcionando sentimientos de estabilidad y pertenencia que motivan al cuidado personal y que pueden ser benéficos para reducir la percepción negativa que se crea a causa del aislamiento social del grupo primario al que pertenecen las personas privadas de su libertad. El apoyo social que reciben puede determinar la salud y bienestar de los individuos, ya que se crea una ruta que les permite identificar y valorar la ayuda de sus redes familiares o sociales que les permita generar bienestar psicológico. En los siguientes fragmentos podemos identificar cómo perciben el apoyo social los participantes.

Jorge N “Cuando yo llegué aquí, pues tuvimos una discusión (con su papá), y esa discusión fue la final y pues nos mandamos a volar, tiene 18 años que no lo veo, y pues a lo mejor se oye mal, se oye feo, pero si es algo como de lo que no me importa, no... me tiene sin cuidado, aprendí a vivir sin él, ahora sí que en los momentos más difíciles aprendí a andar solo, a sobrellevarla. Me tocó vivir una época muy pesada, porque cuando yo llegue, la cárcel era cárcel, entonces hubo personas que me tendieron la mano, y pues les agradezco, el primero, pues en paz descansa, ya falleció, y le agradezco porque él fue mi padre aquí en la cárcel, de él aprendí muchas cosas por las cuales, pues a parte de la educación que yo tuve en la casa, de educación escolar, aquí me vine a tomar otra educación, alguna educación que pues en la calle no hay, un código, muchas reglas, muchas cosas que, hasta en la manera en que te paras o haces un ademán, ya es un... relájate o ¿estás cantando un tiro?, o cosas así”, (párrafo 30,

página 7). “Cuando llegue al oriente le sufrí 2 años, si hubo muchas cosas que me quede con ganas” (párrafo 40, página 21) “Cuando llegué, pues como te digo mi familia es de Morelos, , no vino, fueron contadas las veces que vino, me apoyaron con dinero en lo poco de sus posibilidades, prácticamente todo lo que traigo puesto, todos los lujitos me los di en el oriente, porque pues allá sí tenía quien me llevara comida, cositas de la calle, lujos, porque pues yo le veo lujos, no una necesidad, pero bueno” (párrafo 35, página 14). “Aquí conocí a la que fue también la mamá de mis hijas en la sala 6, ella era visita, venía a ver un amigo de su trabajo y pues con ella tengo 2 hijas, la chiquita cumplió apenas 11 años, y la grande va a cumplir 13, entonces pues yo con su mamá en el 2007 la conocí, empezamos a andar, y por ahí en el 2019 fue que empezó la relación en decadencia, muchos problemas económicos aquí por muchas situaciones, el cambio del sistema dentro de la cárcel hay veces que si perjudica a la gente, te cambia, la gente con la que trabajaba se fue yendo, pues me fui quedando cada vez con menos hasta que prácticamente me quede sólo en el aspecto laboral, la gente con la que te apoyabas todo eso, me costó levantarme, pero ya muchos problemas y acá, se acabó la relación... contaba con su visita cada 15 días, si quieres una vez al mes, a veces no, pero al final de cuentas sólo, pues así como que también es un factor importante por el cual a mí no se me hizo pesados los años no (11 años de relación y formar una familia)” (párrafo 35, página 15). “Quiero meter documentación para un beneficio, yo por ley ya alcanzó el 50, ya pasé el 50, alcanzó el 60, y me preocupa eso, encontrar un licenciado que me haga el favor de mover mi expediente” (párrafo 36, página 16).

Jorge N reconoce que desde hace 18 años que llegó a la institución no ve a su papá, y que, aunque se escuche mal, aprendió a vivir sin él, a andar solo en los momentos difíciles, y que a pesar de que cuando llegó, la cárcel era más dura, si hubo personas que le tendieron la mano, que incluso una de esas personas fue como su padre, ya que le enseñó los códigos y reglas que se rigen en la cárcel para sobrevivir. Por otro lado, menciona que pocas veces tuvo el apoyo de su familia, ya que viven en Morelos y era complicado que pudieran venir,

provocando que fuera él mismo quien se hiciera responsable de todas sus necesidades. Además, menciona que al estar en reclusión conoció a la que fue su esposa durante 11 años y con la que tuvo 2 hijas, pero que a causa de que se fueron las personas con quien tenía una red de apoyo para trabajar y generar dinero, comenzaron los problemas con su esposa a causa de la mala economía, pero además identifica que el haber tenido una relación con su esposa y haber formado una familia, también es un factor importante por el cual no se le han hecho pesados los años. Actualmente una de sus preocupaciones es encontrar un licenciado que lo ayude a mover su expediente para conseguir un beneficio que le reduzca la sentencia.

Oscar N “Tengo 8 años sin vicio, (felicidades), ajá, este lo puedo decir, antes como que más que pena, me causaba todavía ansiedad, era un disparador para mí, pensar, muchas veces todavía se quiere disparar esa emoción en mí de querer consumir por ver a los compañeros, recuerdo de donde viene, o lo que me pasó, ajá, al punto de perder a toda mi familia” (párrafo 42, página 23).

“Entonces le dije, no, sabes que, ya, este, ven espontáneamente no, si, cada 15 días, daté tu tiempo, disfruta de tu vida, tu tiempo, y ya este, vio, lloramos un poco, nos perdonamos, hicimos varias cosas que nunca habíamos hecho, nos abrazamos y todas esas cosas. Vino una de mis hermanas también, vinieron mis hermanos, un día de mi cumpleaños vinieron todos mis hermanos, ya porque ella les contó el cambio que había en mi vida, y todas esas cosas me causó alegría, pero a la vez también me hizo reflexionar muchas cosas, y eso también me ha ayudado a mantener esta manera porque veo que eso también les agrada, y veo que también están esperando más de mí, entonces este pues al hacer todo esto, pues, ya los he defraudado muchas veces, entonces no pienso volver a hacerlo” (párrafo 42, página 24).

Y aunque actualmente **Oscar N** lleva 8 años sin consumo de drogas, reconoce que a veces aún siente el impulso de volver a drogarse, pero que al recordar de dónde viene, o lo que le pasó, incluso de perder a toda su familia, se detiene, ya que se refuerza positivamente al ser

reconocido por su madre y resto de su familia por su cambio, y cómo este reconocimiento lo motivan a seguir alejándose de las drogas porque no quiere decepcionar a su familia, ya que nuevamente creen en él.

Adrián N “Ósea yo hablo muy brusco, muy fuerte o no sé, pero cuando no tengo confianza, no tengo confianza, no te platico nada, y más cuando yo sé que, y me sirve a mí, si me entiendes, desahogarme, el ver y también los puntos de vista que ustedes nos dan también no, porque también necesitas el apoyo de una persona quien te pueda, a parte de tu familia, quien te pueda impulsar, otra persona, porque si yo ahorita voy y le hablé por teléfono a mi papá, ya sé lo que me va a decir, ya sé lo que me va a decir mi esposa, ya sé lo que me va a decir mi hermana, pero no lo mismo que nos pueden compartir ustedes” (párrafo 56, página 40).

Adrián N reconoce que el apoyo social es importante para poder desahogarse y retroalimentarse de puntos de vista diferentes a los de su círculo social, ya que lo llevan a reflexionar sobre aquellos temas que le causan interés o preocupación.

Se puede observar que todos los participantes reconocen que el apoyo social que reciben tanto de familiares, compañeros o personal que labora en la institución, les ha servido para poder sentirse acompañados, reflexionar, aprender y mantenerse firmes al cambio positivo que ha habido en sus vidas.

Por otro lado, el aislamiento prolongado no solo causa efectos psicosociales negativos, sino que, además, muchas veces se identifica el consumo de sustancias ilícitas. En este contexto, Valverde (1997), identifica la droga como un elemento esencial para entender y conocer el funcionamiento de las prisiones, además reconoce el abuso de sustancias como el mecanismo de defensa por excelencia contra la ansiedad, y cómo el consumo continúa funcionando como vía de escape, trayendo como consecuencia un incremento en la adicción. Con el comentario de **Oscar N**, se observa que él logra identificar que una persona adicta utiliza cualquier recurso para satisfacer la necesidad de drogarse antes que cualquier otra.

Oscar N: “Yo por decirlo desde los 12 años empecé a fumar, cigarro, marihuana, alcohol, pastillas y así me seguí, tuve una trayectoria de 27 años de drogadicción, se dicen fáciles, pero los que saben y conocen de drogadicción, saben que una persona drogadicta lo hace diario, diario, diario, y a cada rato, entonces yo era también de las personas que tenía dinero en mi mano y a pesar de que tenía hambre y tenía necesidades que cubrir, yo lo primero que hacía era drogarme, ajá, no veía otra, y si alguien me daba una ayuda, la recibía y buscaba también como utilizarla para la droga” (párrafo 45, página 26).

5.4 La Reinserción Social

La pena privativa de libertad como medida de rehabilitación, en muchos de los casos no cumple con el fin de reintegrar a la sociedad, ya que no existe la garantía a que las conductas delictivas no vuelvan a repetirse. En este contexto, Quiñones (2013), en su obra “Los retos del proceso de reinserción social en el estado mexicano”, menciona que la reinserción social es un derecho que tienen las personas en reclusión para que retomen la vida en libertad, y que para que esto suceda, es necesario que el sistema les ofrezca seguridad jurídica, y una vida digna a través de un tratamiento integral que incluya educación, deporte, salud, capacitación laboral, recreación, entre otros aspectos, que les garantice una verdadera reinserción a la sociedad como individuos con habilidades y herramientas para afrontar correctamente los retos a los que se enfrenten, con la finalidad de prevenir el delito.

Referente al tema de la reinserción social se rescataron los siguientes fragmentos de las experiencias de vida de los participantes

Edgar N: “Aquí también trabajé, fui empleado y fui patrón, pero me di cuenta que ese lugar no era para eso, este lugar no era para hacer dinero” (párrafo 23, página 5). No era lo correcto volver a repetirlo, había que atender otras cosas, ahora ya voy a la calle, me faltan 8 meses y sé que tengo que volver a lo que dejé pendiente” (párrafo 24, página 5).

“El deporte me ha dado muchísimo, siento que el deporte ha sido parte importante del hecho de estar bien en este lugar, gracias al deporte he conocido mucha gente, gracias al deporte he aprendido mucho de mí mismo. Yo creo que para mí el deporte es” (se ve contento, pero no aterriza la palabra que lo definiría, lo interrumpo y le digo “tu salvavidas” y muy contento sonrío y asiente la cabeza varias veces. (párrafo 19, página 4). “Durante el tiempo que estuve en el reclusorio oriente mi vida era eso, entrenar, entrenar, comer, descansar, y al día siguiente lo mismo, si dejo el entrenamiento me comienza a faltar algo, aquí se añadieron cursos, se nos inculca a cooperar con la limpieza, a tener hábitos, en un preventivo no los hay, se nos inculcan buenas cosas, hay muy buenas licenciadas, psicólogas, eso creo que es bueno porque es importante acudir en los momentos difíciles a que alguien nos escuche, una persona que tenga el conocimiento para poder ayudarte, siempre he trabajado en fortalecer no solamente el físico, sino también tengo que fortalecer mi intelecto, mi mente. Siento que es el equilibrio para estar bien” (párrafo 21, página 4).

“El cambio principalmente depende de uno mismo, pero a veces no tenemos la capacidad de dar ese paso, necesitamos este tipo de lugares para que aquí tengamos eso que nos obliga de alguna forma a ese cambio que por nosotros mismos no podemos tener” (párrafo 27, página 6).

Edgar N menciona que, aunque existen varias formas de generar dinero en reclusión, él identificó que este lugar no era para hacer dinero, que más bien era para reflexionar y trabajar en asuntos que considera más significativos como el intelecto, la mente y la parte física, reconociendo que el deporte le dio la oportunidad de conocerse a sí mismo y como un salvavidas para sobrellevar los años de encierro y sentirse bien en este lugar. Además, reconoce que los cursos de psicología impartidos por el centro le han servido para aprender y fortalecerse para afrontar momentos difíciles.

Jorge N: “Aquí vine a estudiar idiomas, estudié 6,7 idiomas, y a pesar de que no los hablo al 100, pues me defiendo y al menos sé algunas palabras, estudie la administración de empresas, contabilidad” (párrafo 31, página 8).

“Es de todo un poco, ha habido veces que los meses se me pasan literalmente largos y hay veces que como ahorita, rápido...pues imagínate, en el grande, pues hay muchos cursos, muchos lados donde te puedas meter todo el santo día, me la vivía en el centro escolar, en mi trabajo, tenía 2 trabajos, mi trabajo donde generaba una moneda y mi trabajo como comisionado que era con las licenciadas, literalmente ocupado desde temprano, estuve 6 años de asesor, di cursos de ruso, de alemán, computación, de mitos y leyendas, lo que estudias vas aprendiendo y llega un momento en el que, oye puedo dar un curso de esto...”(párrafo 35, página 14).

“A los 3 meses de haber llegado empecé a tener un trabajo y dinero, pues mi mente se enfocó en otras cosas, siempre me he enfocado en trabajar, practicar deportes. Entrené Taekwondo, capoeira, Muay Thai, vine a aprender a pelear eh, con artes marciales, son cositas que me ayudaron porque la gente no se metía conmigo, hasta el día de hoy pues me ha servido no, el hecho de hacer ejercicio, pues también lo ven, lo que haces, ven tu físico, pues como que también le miden al meterse contigo, a mi punto de ver, una manera de hacer que la gente no se meta contigo” (párrafo 33, página 13).

“Aquí desgraciadamente es una porquería este lugar, te dicen que es una reinserción y te dicen no, tú vienes a trabajar y tienes que interactuar conmigo si y estudiar y ver y ayudarles, pero a nosotros no dicen es que no es tu amiga, no tienes por qué ver en la licenciada una amiga, entonces dónde está la reinserción si dicen que como reincersor deben de tener confianza las personas con los demás, cómo quieres que interactúe y que yo tenga una confianza y que socialice, si las únicas personas externas es el personal que viene a laborar a este lugar, ustedes y custodias, si uno le

habla a custodia, mal, bueno a custodios, mal, si le hablas a una custodia, ¡uf, peor tantito!, y si le hablas a una licenciada, no, no, no, no, no es tú amiga, es que tú ya vas con otros fines, ósea porque hasta eso, tienen una mentalidad mucho muy retrograda por no decir otra palabra, pero está pésimamente mal eso, no tienen organización, todos los cursos te los avientan en la mañana y en la tarde ya no tienes nada, entonces hay unos licenciados que se preocupan por ello y nos dejan balones para jugar, nos dejan que la raqueta por el pin-pon, o nos dejan los costales para los que entrenan box, y nos los quita, los costales, que porque es como... apoyar la agresividad entre nosotros, entonces digo, bueno, entonces ¿cuál es la lógica?, te dicen, tienes que hacer por reglamento gimnasio o barra, te dan a escoger, pero a nosotros no nos dejan pasar a la barra, que por eso tenemos el gimnasio, y viceversa, los del otro lado no los dejan pasar, pero también nos quitan las pesas y las quieren que las guarden y que uno vaya por ellas, que porque ... ¡no se vayan a perder!, digo, quién se va a llevar en la bolsa de su pantalón un disco de 20 kilos, o en donde vas a entosar un tubo de metro y medio donde van las pesas, y quieren que se quite, y que se guarde, y es una manera de hostigarnos” (párrafo 40, página 21).

Jorge N menciona que la cárcel le brindó la oportunidad de estudiar varios idiomas, así como administración de empresa y contabilidad, además, orgullosamente comenta que también ha tenido la oportunidad de compartir con sus compañeros lo que ha aprendido y ha sido asesor de ruso y alemán, también menciona que ha dado cursos de computación, y de mitos y leyendas. **Jorge N** considera que además de la parte educativa, también ha aprovechado el tiempo en este lugar para trabajar y practicar deportes como Taekwondo, Capoeira y Muay Thai; y que todas esas actividades le han generado respeto entre la comunidad.

Un aspecto muy importante que se logró identificar en **Jorge N** es que él considera que el trato que a veces reciben por parte de las autoridades en la prohibición de poder socializar con las únicas personas que son del exterior como el personal que labora en el centro, no

permite que se logre la reinserción, aunado a la marcada falta de confianza por parte de las autoridades para poder desplazarse a las actividades, así como el uso de materiales.

Adrián N: “Lo que más me da alegría es que sé que si puedo hacer otra cosa a parte de lo que hago”, pero todo está en pie, ósea no corro, dicen que hay que aprender a gatear, después a caminar y después a correr no, así es esto, apenas ahí vamos” (párrafo 62, página 42).

Adrián N por su parte menciona que, aunque él consideraba que la única forma de generar dinero era delinquiendo, aquí pudo descubrir a través del trabajo, existen otras formas en que se puede generar un ingreso sin tener que violar la ley, ni exponer su integridad, física y emocional, y que, de llevarlo a cabo, si se cumpliera el fin que la institución persigue que es la reinserción.

Como podemos observar las personas privadas de la libertad participan en acciones orientadas a favorecer la reinserción social, como el campo laboral, la educación y el deporte, y aunque algunos de ellos mencionan que se violan sus derechos humanos, ya que sienten que se les sigue tratando como delincuentes, sin un trato humano y justo, limitándose a realizar actividades atravesadas por la desconfianza por parte de las autoridades hacia sus actos con el personal que labora en el centro, así como el material que utilizan para deporte y recreación, quejándose de que el fin que busca la institución, que es la reinserción., al imponerles reglas tan estrictas, sin calidad humana, solo se limita a que no se logre la re humanización y el apoyo social mutuo con personas que no están involucradas en el delito, como es el caso de las personas que laboran en el centro, lo cual ellos perciben como una barrera que les permita poner a la práctica todas la herramientas y habilidades que han adquirido a través de los ejes que giran en el tema de la reinserción social, como la educación, el deporte y la capacitación laboral, que les permita poder afrontar de una manera más positiva las situaciones a las que se verán expuestos en el caso de que se vuelvan a integrar a la sociedad.

5.5 Sueños, esperanzas y la proyección hacia su futuro

La psicología positiva ha demostrado que existen fortalezas humanas que actúan como amortiguadoras para afrontar de una manera más eficaz ciertos acontecimientos adversos que se nos presentan en la vida, afirmando que los individuos poseemos determinadas características positivas y fortalezas humanas como la esperanza y el optimismo, que nos permiten la construcción de competencias para hacer que la vida de las personas sea más productiva y plena (Vera, 2006). Al desarrollar correctamente este tipo de competencias, se provoca un impacto positivo en la salud de las personas y por ende en el bienestar psicológico, provocando un correcto desarrollo del concepto de la higiene mental, como un medio para mantenerse en equilibrio con su medio sociocultural. Es por esta razón que nos pareció importante abordar el tema de la esperanza, los sueños y la proyección hacia el futuro, y que apoyados en la narrativa de sus propias expectativas hacia el futuro, se produjera un procesos de reflexión, que les permitiera desarrollar conscientemente un plan alternativo para tomar las medidas necesarias que evite la producción de conductas erróneas, y que los conduzca a la automotivación para poder alcanzar los objetivos que se planteen ya sea dentro o fuera de reclusión, para mejorar su calidad de vida.

A continuación se puede apreciar como los sueños y la esperanza los proyecta hacia el futuro y crean narrativas llenas motivación por realizar las cosas mejor, corregir errores, con la ilusión de encontrar pareja, de ver a su familia, de poner un negocio, de seguir trabajando en ellos mismos para permanecer y seguir en el equilibrio, cuidar de ellos mismos, seguir haciendo deporte, de vivir el presente, retomar su trabajo, de comenzar una nueva vida, e incluso de compartir su experiencia para prevenir a las personas que estén en riesgo.

Edgar N: “Volver a incorporarme a lo que deje pendiente, pero tengo que aprender a darle su tiempo, y su espacio a cada cosa ¿no?, no desatenderme yo como persona, pienso seguir entrenando, pienso trabajar, pienso darle sus espacios a mi familia, a mis amigos, a mi pareja... (párrafo 24, página 5).

“Mis ganas están realmente, pues ya no en sueños, ya no en esos proyectos, más bien es trabajar y vivir el presente, todos los días darme cuenta de la realidad, y trabajar sobre de eso, encontrar ese equilibrio entre lo que acabo de mencionar no, ¿Darle su momento a todo no? Tengo un abuelo de 95 años, tengo sobrinos que no conozco, entonces tengo que ver la forma de partirme en varios pedazos y atender todo” (párrafo 25, página 5).

Jorge N: “Yo prefiero irme a Morelos, irme a rentar un cuarto de hotel, irme con uno de mis amigos que hasta ahorita van 4 que me han brindado su casa, y agradezco, y yo creo que es lo mejor, y la casa donde estoy pues la vendería, eso es algo que ya tengo en mente, y pues mi idea es poner una tienda como lo hace mi familia” (párrafo 40, página 20).

Oscar N: “Pues si, como le digo, hay gente que me está esperando allá afuera debido a esas experiencias que he tenido, se las he compartido muchas veces para que ellos tengan ánimo de cambiar y todo... bueno son experiencias de la vida que damos, unas pláticas para personas que tengan problemas de drogadicción, gente joven que está a punto de caer, o que puede pasar por esas etapas, o que va saliendo de ahí” (párrafo, 52, página 30), “Por ejemplo, yo he tenido una experiencia así sin exagerar de unas 50 personas que ya les he compartido, que ya han salido, y pues sí, me causa un poquito de dolor, pero por ejemplo, de las 50, 35 personas que han regresado a lo mismo, pero las otras 15 están caminando” (párrafo 52, página 30).

Adrián N: “Pues fijate, yo aparte de que toda mi cabecita que ahorita ya te platicué todas mis tonterías que tengo dentro de mi cabeza, de mi cerebro, yo ya te lo dije, “un restaurante, un restaurante” (¿Qué comida en especial o de todo?), de todo, de todo, de todo. Tengo... yo se los dije aquí el otra vez, “tengo un bendito sueño de irme a concursar a Master Chef”, neta, cocino muy bien, lo que tú me pongas yo lo cocino, lo que sea, lo que sea, entonces es algo que se me da mucho, ósea cocinar

improvisadamente, ósea tú me pones cosas y así algo imprevisto, si me entiendes, un restaurante que digas va, cosas que muchos dicen, aquí yo luego he hecho comidas y luego les invito a mis compañeros allá abajo, bueno, a algunos no, en excepción, y me dicen ¡ay no manches, ¿qué le echaste?!, pues tú comételo y ya después me preguntas, si me entiendes, me dicen es que está bien rico, ósea combinar muchas cosas, los ingredientes y todo eso (¿siempre te gusto cocinar o aquí lo desarrollaste), no, desde la calle, si desde la calle me encanta cocinar, eso sí, les cocinaba a mi esposa, a mis hijos, sí me encanta cocinar... primero Dios, eso sí lo tengo mucho en mi mente, quiero poner un restaurante” (párrafo 58, página 41).

“Pues ¿qué expectativas?, pues cambiar muchas cosas de mí, no, ósea que no he podido corregir en muchos años de mi vida” (párrafo 59, página 41).

“estar más con mi familia, porque ahorita son los que más me necesitan, más ahorita en esta etapa que yo te platico de mis hijos, su niñez”, corregir, a lo mejor no voy a poder corregir muchas cosas, pero pues si encaminarlos en lo que más pueda no” (párrafo 60, página 41).

“Lo que más me da alegría es que sé que si puedo hacer otra cosa a parte de lo que hago”, pero todo está en pie, ósea no corro, dicen que hay que aprender a gatear, después a caminar y después a correr no, así es esto, apenas ahí vamos” (párrafo 62, página 42).

Ismael N: “Pues mis sueños y mi expectativa, salir, con la libertad, y ponerme a trabajar igual como estaba, comprar mis florecitas en la Central de Abastos, y dedicarme a vender mis florecitas en la esquina, ahí me dedicaba yo a vender en la esquina...” (párrafo 76, página 46).

6. Conclusiones

Desde el punto de vista de Zaragoza (2012) en cuanto a la reinserción social, menciona que “lo que se desea es, únicamente, que el individuo no vuelva a delinquir; que se evite la reincidencia, que madure emocionalmente y evite sus tendencias destructivas externas e internas, así mismo se quiere que, con la readaptación social, esté en capacidad de agotar productivamente su potencial básico y que, al ser feliz y responsable, deje de dañar a la comunidad en donde vive”.

Lamentablemente se debe aceptar que aún falta mucho para que podamos tener un sistema penitenciario que cumpla con la finalidad de la reinserción en el caso de que se cumpla la pena para volver a la sociedad, ya que desafortunadamente la corrupción y la falta de calidad humana hacia los sujetos institucionalizados será parte del panorama penitenciario debido a la naturaleza del encarcelamiento, sin embargo consideramos que se debe poner sobre la mesa si las estrategias que se utilizan actualmente son las correctas o si ya es el momento de generar un cambio y se deba de tomar en cuenta las propias subjetividades de los individuos para poder cumplir no solo con las necesidades que protejan los derechos humanos dentro del confinamiento, sino que se pueda evitar que lamentablemente el mismo sistema los lleve a nuevas formas de corrupción, delito, adicciones y efectos psicológicos irreversibles, que en definitiva no logran en muchos de los casos una correcta reinserción. Es por esta razón, que se propone el método de investigación acción, como una forma de solución para que los propios sujetos identifiquen las necesidades y se puedan llevar a cabo intervenciones capaces de lograr el cambio junto y para la misma comunidad, con la finalidad de producir una verdadera efectividad en los tratamientos.

Definitivamente el método de investigación acción es una excelente herramienta para poder identificar y atender las necesidades desde la propia mirada de la comunidad o institución, ya que una de las principales características de las organizaciones totales, como es el caso del sistema penitenciario, es un ambiente que genera la supresión de las subjetividades

de los individuos y este método permitió identificar una necesidad emergente y básica de los seres humanos, como lo es la comunicación enfocada en el desahogo.

En el análisis de este proyecto se puede observar que de alguna manera si se cumplieron los objetivos sobre la posibilidad de disminuir el impacto de la despersonalización como consecuencia de la prisionalización, ya que con el uso de la narrativa se pudo generar un espacio seguro donde todos los participantes pudieron expresar todas aquellas experiencias de vida que han sido parte de su historia, con lo cual se logró reconstruir el autoconcepto sobre su propia personalidad antes de ser recluidos, definiéndose como seres humanos con buena voluntad y sueños, y que por circunstancias adversas o malas decisiones se fueron involucrando en el delito y las adicciones. Otro punto importante es que al narrar cómo ha sido su vida en cautiverio, pudieron reconocer sobre los efectos psicosociales a los que se han visto expuestos, y cómo es que les ha afectado gravemente, provocando una despersonalización, que impacta su calidad de vida, sin embargo, la terapia narrativa como dispositivo de intervención, les permitió realizar una profunda reflexión que los llevó a procesos para poder deconstruir su historia para poder dar soluciones alternativas a todo aquello que les preocupa, e incluso, para que pudieran reconocer y utilizar todas aquellas virtudes y habilidades que han desarrollado, para poder tomar el control de su propia vida, llevándolos a generar cambios positivos para reducir, manejar y en el mejor de los casos eliminar los efectos psicológicos que han adquirido al estar en este tipo de instituciones, para que sepan afrontar positiva y correctamente las nuevas situaciones a las que se verán enfrentados, y con la esperanza de que se cumpla el propósito de la institución que es la reinserción, con la intención de que el delito no se vuelva a cometer, para que así puedan mejorar su calidad de vida, ya sea dentro o fuera de reclusión.

Sin embargo, es importante mencionar que el tiempo que se dedicó al proyecto no permite un mayor impacto en la comunidad, ya que existieron muchas limitantes en cuanto al tiempo que se requiere para las actividades, ya que existen otros cursos en los mismos horarios a los cuales tienen que asistir por conveniencia al expediente, y que por falta de una buena

organización en el cronograma de actividades de la institución, se generaba la inconsistencia en la constancia de la participación, y que además en muchas ocasiones, se vio afectada por el consumo de sustancias, la irritabilidad o el cansancio de quienes laboran por la noche.

Consideramos que aunque el proyecto resultó en este punto exitoso en el momento de la ejecución, ya que los participantes hablan sobre un sentimiento de bienestar al narrar y escuchar su propia historia, ya que para ellos es importante el poder expresar y desahogar sus emociones y pensamientos, y aunque solo es el nacimiento de una buena propuesta, se sugiere que se puede replicar, para ir madurando con el tiempo, y que además permita observar otros efectos, así como la valoración de si existe algún beneficio a través del tiempo.

7. Referencias

- Álvarez-Gayou, J. L. (2003). *Cómo Hacer Investigación Cualitativa. Fundamentos y Metodología*. Editorial Paidós Educador. Primera Edición. p-90
- Arroyo, J. (2011). Estrategias asistenciales de los problemas de salud mental. *Revista Española de Sanidad Penitenciaria*, 13, 100-111. https://scielo.isciii.es/pdf/sanipe/v13n3/05_revision.pdf
- Bebbington, P., Jakobowitz, S., McKenzie, N., Killaspy, H., Iveson, R., Duffield, G. & Kerr, M. (2017). Assessing needs for psychiatric treatment in prisoners. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 52, 221-229. <https://link.springer.com/article/10.1007/s00127-016-1311-7>
- Berger, P., y Luckmann, T. (1986). *La construcción social de la realidad*. Amarrortu.
- Bleger, J. (1999). *Psicohigiene y psicología institucional*. Paidós.
- Castaño A. (2020). Érase una vez... Una introducción al pensamiento posmoderno y a la terapia narrativa. *Ciencia y Academia*, 1. 48-70. [Érase una vez... Una introducción al pensamiento posmoderno y a la terapia narrativa | Ciencia y Academia \(ucatolicaluisamigo.edu.co\)](https://www.ucatolicaluisamigo.edu.co)
- Clegg, R. y Bailey, J. (Eds). (2008) *International Encyclopaedia of Organization Studies*. Thousand Oaks.
- Comisión Nacional de los Derechos Humanos [CNDH]. (2015). Uso excesivo de la pena de prisión y hacinamiento penitenciario. https://www.ohchr.org/sites/default/files/Documents/Issues/RuleOfLaw/OverIncarceration/CNDH_Mexico.pdf

- Comisión Nacional de Derechos Humanos [CNDH]. (2019). Un modelo de reinserción social. Criterios para un sistema orientado al respeto de los Derechos Humanos. [CNDH | Comisión Nacional de los Derechos Humanos - México](#)
- D'Alfonso, K. y González, A. (2015). Malestar de época: tensiones en la construcción del lazo social. En Inés Seoane Toimil y Susana Lonigro (Comps.), *Lazo social y procesos de subjetivación. Reflexiones desde la época* (pp. 29-41). EDULP
- Del Canto, E. y Silva, A. (2013). Metodología Cuantitativa: Abordaje Desde La Complementariedad En Ciencias Sociales. En *Revista de Ciencias Sociales (Cr)*, 3 (141), pp. 25-34. Recuperado de: [Redalyc.metodologia cuantitativa: abordaje desde la complementariedad en ciencias sociales](#)
- Echeverría, J. (2010), "La prisionalización, sus efectos psicológicos y su evaluación". *Revista Pensando Psicología*, vol. 6, núm. 11, 157-166. [Echeverri-2010-La prisionalizacion sus efectos psicologicos y su evaluacion-libre.pdf \(d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net\)](#)
- Español, W. y Moreno, B. (2016). La educación en cárceles, una experiencia desde un establecimiento de reclusión. *Revista Hojas y Hablas*, (11), 7-19. [http://revistas.unimonserrate.edu.co:8080/hojasyhablas/article/view/4](#)
- Escaff, E., Estévez, M. I., Feliú, M. P. y Torrealba, C. (2013). Consecuencias psicosociales de la privación de libertad en imputados inocentes. *Revista Criminalidad*, 55(3), 291-308. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S179431082013000300007&script=sci](#)
- González, L., Adib, R., Leal, A., Hernández, N., y Sala, P. (2019). La psicología penitenciaria: modos de comprender la intervención psicológica por parte de los internos. *Sincronía*, (75), 386-404. [https://www.redalyc.org/journal/5138/513857794019/html/](#)
- Goffman, E. (2001). *Internados, ensayos sobre la situación social de los enfermos mentales*. Amorrortu.
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, M. L. (2010). Los enfoques cuantitativo y cualitativo en la investigación científica. *Metodología de la investigación* 31-50. Mc Graw-Hill.
- Hubert, M. y Bravo, M., (2018). Reinserción social y servicios post penales: más allá del cambio de vocabulario, en Sistema de Justicia de Ejecución Penal, reinserción social y derechos humanos. *Revista Dfensor*, 18-23. [https://cdhcm.org.mx/wp-content/uploads/2019/03/Dfensor_SJEP_reinsercion.pdf](#).
- Jovchelovitch, S. y Bauer, M. (2000). Narrative interviewing. *LSE Research Online*, 57-74. [http://eprints.lse.ac.uk/2633](#)
- Linero, A. (2022). La despersonalización del yo en las cárceles colombianas. *Justicia*, 27(42), 201–214. [https://doi.org/10.17081/just.27.42.4623](#)
- Martínez, C. (2012). El muestreo en investigación cualitativa. Principios básicos y algunas controversias. *Ciência & Saúde Coletiva*, 17 (3). [_SciELO - Salud Pública - El muestreo en investigación cualitativa: principios básicos y algunas controversias El muestreo en investigación cualitativa: principios básicos y algunas controversias \(scielosp.org\)](#)
- Martínez, G. y Montenegro, M. (2014). La producción de narrativas como herramienta de investigación y acción sobre el dispositivo de sexo/género: Construyendo nuevos relatos. *Quaderns de Psicologia* (16) 1, 111-125. [La producción de narrativas como](#)

[herramienta de investigación y acción sobre el dispositivo de sexo/género: Construyendo nuevos relatos - Dialnet \(unirioja.es\)](#)

Melera, G. (2012). Tipos de instituciones. Tipos de Instituciones. [melera-tipos de instituciones.pdf \(uba.ar\)](#)

Montero, M. (1984). La psicología comunitaria: orígenes, principios y fundamentos teóricos. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 16 (3), pp. 387-400. [Redalyc.La psicología comunitaria: orígenes, principios y fundamentos teóricos](#)

Morales, P. (2012). Estadística aplicada a las Ciencias Sociales (Universidad Pontificia Comillas). Recuperado de: <http://www.upcomillas.es/personal/peter/investigacion/Tama%F1omuestra.pdf>

Nistal, T. (2008). IAP, Mapas y Redes Sociales: desde la investigación a la intervención social. *Revista de Trabajo Social PORTULARIA*, 1-32. [Reflexiones sobre las estrategias de investigación acción participativa \(sld.cu\)](#)

Ordóñez, L. (2006). Mujeres encarceladas: proceso de encarcelamiento en la penitenciaría femenina de Brasilia. *Universitas humanística*, (61), 183-199. www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-48072006000100008&script=sci_abstract&tlng=en

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2022, 17 de junio). Salud mental: fortalecer nuestra respuesta. Salud mental: fortalecer nuestra respuesta (who.int)

Payne, M. (2002) *Terapia Narrativa. Una introducción para profesionales*. Paidós

Pelekais, C. (2000). Métodos cuantitativos y cualitativos. *Telos*, 2 (2), 347-352. [Métodos cuantitativos y cualitativos: diferencias y tendencias | Telos: Revista de Estudios Interdisciplinarios en Ciencias Sociales \(urbe.edu\)](#)

Quiñones, R. (2013). *Los retos del proceso de reinserción social en el estado mexicano*. Bonfil.

Rizo, J. y Ramos, J. (2022). Introducción al método de investigación-acción. En prensa.

Rodríguez, A., Luque, R., Navas, A. (2014). Usos y beneficios de la historia oral. *Reidocrea*, 3 (24). 193-200. <https://digibug.ugr.es/handle/10481/32326>

Reyes-Iraola, A. (2014). El uso de la escritura terapéutica en un contexto institucional. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 52 (5), 502-509. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=457745484010>

Sánchez, V. (1991). Psicología comunitaria: Origen, concepto y características. *Papeles del psicólogo*, 50(1-6), 1-6. [ALIPIO-libre.pdf \(d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net\)](#)

Scarfó, F. (2006) Los fines de la educación básica en las cárceles en la Provincia de Buenos Aires [*Tesis de grado, Universidad Nacional de La Plata*]. Memoria Académica. <https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/tesis/te.400/te.400.pdf>

Subsecretaría de Sistema Penitenciario. (2022). Población Penitenciaria al 24 de junio de 2022: 25 mil 810 personas privadas de la libertad. <https://penitenciario.cdmx.gob.mx/poblacion-penitenciaria>

Subsecretaría de Sistema Penitenciario. (s.f.). Reclusorio Preventivo Varonil Oriente. <https://penitenciario.cdmx.gob.mx/centros-de-reclusion/reclusorio-preventivo-varonil-oriente>

- Tovar, M. (1995). La Investigación Acción: una metodológica alternativa para la intervención comunitaria. *Revista Cubana de Psicología* 12 (1-2). <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rcp/v12n1-2/05.pdf>
- Valverde, J. (1997). La cárcel y sus consecuencias. La intervención sobre la conducta desadaptada. Popular.
- Vázquez, J. (2005). Investigación-acción en derechos humanos: su representación social en el Movimiento Urbano Popular. *Polis*, 1 (2). [Investigación-acción en derechos humanos: su representación social en el Movimiento Urbano Popular \(scielo.org.mx\)](http://scielo.org.mx/Investigación-acción%20en%20derechos%20humanos%20su%20representación%20social%20en%20el%20Movimiento%20Urbano%20Popular)
- Vera Poseck, B. (2006). Psicología positiva: una nueva forma de entender la psicología. *Papeles del Psicólogo*, 27 (1), 3-8. [Redalyc.Psicología positiva: una nueva forma de entender la psicología](http://redalyc.org/psicología%20positiva%20una%20nueva%20forma%20de%20entender%20la%20psicología)
- Zlachevsky-Ojeda, A. (2003). Psicoterapia sistémica centrada en narrativas: una aproximación. *Revista Límite*, 10, 47-64. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2031231>
- Zaragoza, J. (2012). *El nuevo sistema penitenciario mexicano: de la justicia retributiva a la justicia restaurativa*. Tirant Lo Blanch.

Bibliografía complementaria

- Barrón, A. (1996). Apoyo social: Aspectos teóricos y aplicaciones. Siglo XXI de España Editores.
- Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social, (2021). Índice de Rezago Social 2020. Entidades federativas y municipios. México.
- Ferré, J. y Lasheras, G. (2016). Despersonalización. Servicio Psiquiatría y Psicología Hospital Universitario Dexeus. <https://www.psiquiatriapsicologia-dexeus.com/es/unidades.cfm/ID/12803/ESP/-es-despersonalizacion-.htm>
- García, N. y Pacheco, M. (2012). La construcción subjetiva de las consecuencias del encarcelamiento: El punto de vista del recluso. *Acción Psicológica*, 9 (2), 21-34. [Redalyc.La Construcción Subjetiva de las Consecuencias del Encarcelamiento: el Punto de Vista del Recluso](http://redalyc.org/La%20Construcción%20Subjetiva%20de%20las%20Consecuencias%20del%20Encarcelamiento%20el%20Punto%20de%20Vista%20del%20Recluso)
- Herrera, E. y Expósito, J. (2010). Una vida entre rejas: aspectos psicosociales de la encarcelación y diferencias de género. *Psychosocial Intervention*, 19 (3), 235–241. <https://www.redalyc.org/pdf/1798/179817507004.pdf>
- Montero, M. (2006). Hacer para transformar. El método en la Psicología Comunitaria. Paidós.
- Musitu, G., Herrero, J., Cantera, L. y Montenegro, M. (2004). Introducción a la psicología comunitaria. UOC.
- Rodríguez, A., Giménez, L., Netto, C., Bagnato, M. y Marotta, C. (2001). De ofertas y demandas: Una propuesta de intervención en Psicología Comunitaria. *Revista de*

Psicología de la Universidad de Chile, 10 (2), 101-109. [De ofertas y demandas: una propuesta de intervención en psicología comunitaria | Revista de Psicología \(uchile.cl\)](#)

Rodríguez, M. (2019). Efectos de la estancia en prisión. Facultad de Ciencias Humanas y Sociales. Universidad Pontificia. 14-22. https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/30846/TFG_RodriguezLopezMarta.pdf?sequence=1&isAllowed=y

8. Apéndice y Anexos

Calendario de actividades

Actividad	Descripción	Fecha
Actividad 1	<p>Intercambio epistémico: Problematización, diálogo inicial con la comunidad.</p> <p>Planificación: se identificó la necesidad de un espacio donde pudieran hablar libremente sobre todo aquello que les aqueja o les causa interés, en donde se acordó que seríamos el puente para que ellos pudieran expresarse de una forma y tranquilidad y segura.</p>	07/Febrero/2023
Actividad 2	<p>Acción: Actividad de integración: se escuchó y analizó la canción de carta de un león a otro y se dio una clase acerca de los tipos de institución, así como de las normas y reglas que las rigen para un buen funcionamiento, y en el caso de la institución penitenciaria, se abordaron los temas de sujeto institucionalizado y los efectos de la prisionalización como la despersonalización, razón por la cual se ven en la necesidad de buscar un espacio donde puedan desahogarse.</p>	13/Febrero/2023
Actividad 3	<p>Acción: Construcción narrativa: se grabaron las historias de vida de los participantes de acuerdo con las fechas y horarios que los participantes tenían disponibles.</p> <p>En esta etapa también se realizaron todas las transcripciones en Word, de las entrevistas de los participantes.</p>	16- 28/Febrero/2023
Actividad 4	<p>Clase Terapia Narrativa: se les dio una clase sobre cómo se iba a abordar el problema a través de la terapia narrativa como dispositivo de intervención (externalización, deconstrucción, resultados).</p>	07/Marzo/2023

<p>Actividad 5</p>	<p>Externalización: en la fase de externalización se les pidió que a través de la imaginación se dejaran de ver a sí mismos como los protagonistas de su propia historia, haciendo alusión a la canción de carta de un león a otro que ya se había analizado con anterioridad, pidiéndoles que eligieran qué león querían ser, si el león del zoológico, o el león del circo, con la intención de llevarlos a la reflexión de que en ambos contextos se viven problemáticas similares respecto al cautiverio, pero desde perspectivas diferentes, teniendo como premisa que la terapia narrativa menciona que el problema es el problema, para que les permitiera observarse fuera de los problemas para que pudieran auto reflexionar desde el exterior para proponer soluciones alternativas a sus preocupaciones, o reconocer las habilidades que tienen para hacerse cargo de su propia vida.</p>	<p>14/Marzo/2023</p>
<p>Deconstrucción de la historia de vida</p>	<p>Se les entrego un reproductor mp3 con su historia grabada y audífonos, además de la transcripción de su propia historia, y al mismo tiempo que se iban escuchando, también iban dando lectura a la transcripción, previo a esto se les pidió que con un marca textos amarillo, fueran marcando en la transcripción todo aquello que les pareciera más significativo (bueno, malo, algo que reconocer de sí mismos, admirarse, preocupaciones, reconocer errores, pendientes, sueños, proyecciones hacia el futuro, etc.), para que posteriormente pudieran crear soluciones alternativas a través de la reflexión de sus propias experiencias.</p>	<p>15-22/Marzo/2023</p>
<p>Reflexión:</p>	<p>la estrategia fue utilizar personajes de villanos de cuentos, películas, o series elegidos por ellos mismos, reflexionando que como red intercomunitaria, también los personajes tienen una historia llena de aspectos positivos y negativos, una vez que eligieron su personaje, se les pidió que deconstruyeran esas historias en aspectos que consideran relevantes, tal y como lo hicieron con sus propias historias, y que propusieran respuestas alternativas a cada aspecto que consideraban importante que su villano debía trabajar para mejorar, así como el reconocimiento de aspectos positivos que eran dignos de mencionarse.</p> <p>Una vez que se reflexionó sobre los personajes de ficción, se les entregó su transcripción y una hoja con los siguientes cuestionamientos para conocer los resultados de la experiencia.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Por qué marcaste esas partes del texto como las más significativas? 2. ¿Qué le dirías a ese personaje (tú), sobre las partes del texto que remarcó? 3. ¿Qué soluciones alternativas le aconsejarías ante los problemas que le aquejan? 4. ¿Cómo te sentiste al escuchar tu historia? 5. ¿En qué nos ayuda narrar nuestras vivencias y experiencias? 6. ¿Qué te deja esta actividad? 	<p>29/Marzo/2023</p>

Reporte investigación:	de Se integró la información sobre los resultados de la experiencia de los participantes, en base a las preguntas de la fase de reflexión.	29/Marzo/2023
Cierre:	Se realizó una plática donde se habló sobre la experiencia y si se cumplieron los acuerdos de sostenibilidad.	05/Abril/2023

Anexos

La presente información que se debe tratar con **confidencialidad**, (únicamente para fines de revisión).

1. Carta de un león a otro

<https://drive.google.com/drive/folders/12iyzOwQ9ByvVNF10KIbA09E1Qseybzj8?usp=sharing>

2. Transcripción de entrevistas manuscrito

https://docs.google.com/document/d/1UcJkM8z1_oulUzMUU3VtGn_ju7bopjjN/edit?usp=sharing&oid=115104388104579170121&rtpof=true&sd=true

3. Clase terapia narrativa

<https://drive.google.com/drive/folders/1xs7DhqoqCDCQtWEAG2SbnRLeSu5y55UX?usp=sharing>

4. Clase tipos de institución

<https://drive.google.com/drive/folders/1BqoAcOrLaBKAy7L6zmZaeoT-jqdHEMlm?usp=sharing>