1-CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS GENERALES DE LA POBLACIÓN PENITENCIARIA

Baja tolerancia a la frustración: se nos frustra cuando se nos dificulta la consecución de nuestros objetivos. La población penitenciaria presenta una baja capacidad PATRA tolerar o aceptar la frustración. Esta característica es un potente predictor de conducta delictiva y de reincidencia en el marco penitenciario.

Incapacidad para demorar el refuerzo: demorar el refuerzo implica mantenerse en el tiempo, normalmente, realizando alguna actividad, para obtener una recompensa, que será el objetivo que nos hayamos marcado. La incapacidad para demorar el refuerzo sería el "quiero esto y lo quiero ya", característico de la población penitenciaria. Normalmente nos encontramos con gente que quiere algo y delinque para conseguirlo, que cobra al día o a la semana, muchas veces incapaces de mantener un empleo (por ejemplo: para conseguir lo que quiero robo o trafico y consigo mucho dinero en muy poco tiempo).

Alta impulsividad: entendemos la impulsividad como la incapacidad para la reflexión previa al acto. Encontramos en la población penitenciaria la presencia general de grandes dificultades a la hora de inhibir la respuesta, es decir, encontramos unos altos niveles de impulsividad. Están asociadas a la impulsividad un alto temperamento impulsivo, un bajo control y una alta desinhibición.

Locus de control externo: una persona con locus de control externo considera que lo que le pasa no depende de él y de su conducta sino de factores externos, de la suerte (pensamiento mágico), por lo tanto tampoco se considerará capaz de controlar su ambiente.

CAPACIDAD DEL SISTEMA PROGRESIVO PENITENCIARIO DE MODIFICAR ESTAS CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS

Aumenta la tolerancia a la frustración: ya que en muchas ocasiones el sujeto ve frustradas sus inquietudes o sus expectativas (por ejemplo: los permisos denegados, no poder hacer lo que quieren cuando quieren, sentimiento de poca capacidad para controlar su entorno).

Aumenta la capacidad para demorar el refuerzo: para conseguir los beneficios penitenciarios (progresión de grado, permisos, etc) además de mantener una buena conducta y seguir las pautas marcadas en el Programa Individualizado de Tratamiento, hay que esperar un periodo de tiempo determinado lo que favorece que aumente la capacidad para demorar el refuerzo.

Disminuye la impulsividad: en la prisión se castigan los comportamientos impulsivos mediante sanciones, pérdida de beneficios, etc. lo
Que favorece a que se reduzca el número de conductas impulsivas .

Locus de control externo →Locus de control interno: se debería facilitar el paso de locus de control externo a un locus de control interno, ya que en teoría el sujeto aprende que lo que ocurre depende de él mismo y de su conducta, pero la realidad es distinta y lo que nos encontramos es que cuando el sujeto consigue cosas positivas entiende que ha sido gracias a su esfuerzo, "que se lo ha ganado", y cuando no consiguen lo que quieren refieren que nada depende de ellos, que dependen de la gente que compone la Junta de Tratamiento, etc.

MÁS CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS DE LA POBLACIÓN PENITENCIARIA.

Toxicomanía: los últimos datos que posemos nos indican que el 42% de la población penitenciaria presenta problemas de adicción a sustancias. Encontramos cambios importantes en este ámbito ya que estamos pasando de tener un gran número de internos con dependencia a la heroína a tener un gran número de internos con dependencia a la cocaína, por lo que tenemos que ir adaptando a forma de intervención psicológica con la población drogodependiente. Así mismo encontramos diferencias importantes en la conducta penitenciaria bajo los efectos de la sustancia. Los consumos de cocaína en prisión aumentan la agresividad y la violencia.

Egocentrismo: definimos el egocentrismo como la impermeabilidad a las influencias externas. Encontramos en general un patrón de personalidad que caracteriza a la población penitenciaria: el egocentrismo. Este rasgo dificulta al sujeto en su relación, ya que presenta una marcada tendencia a sentirse el centro en cualquier relación , lo que impide que perciba cualquier tipo de influencia proveniente del exterior. A su vez la elevada tensión del ambiente, con frecuencia dará lugar a que la persona tienda a proteger su propio yo, lo que le lleva a una exageración del egocentrismo. Todo se ve en función del propio interés lo que dificulta el que la persona pueda establecer relaciones solidarias con sus propio compañeros.

Tensión: aparece un sentimiento de tensión constante debido a la hostilidad del propio ambiente y a la percepción de impredecibilidad y falta de control del medio externo al sujeto. La población penitenciaria refiere: "*tienes que aguantar mucho*", "*resignación, no encuentras justicia, hay cosas que no están bien*". Esta tensión constante facilita la aparición de trastornos psicosomáticos.

Miedo: la confilictividad del ambiente, unida a la sensación de tensión de la que hablábamos favorecen que el sujeto refiera constantemente la sensación de miedo. Miedo referido a dos ámbitos bien diferenciados:

→A la institución: "*a que me pongan un parte por la cara*". Sensación de no control del ambiente.

→Al grupo de iguales: "*porque me agredan*", "*porque me busquen para que me quiten los beneficios que he conseguido*".

Agresividad: esa tensión mantenida, esa sensación de miedo y de falta de control sobre el ambiente, favorecen que aumenten y que sean habituales las muestras de agresividad tanto verbal como física y dirigida indistintamente hacia los otros como hacia el propio sujeto. "*te aumentan muchísimo el número de pensamientos violentos por ver las injusticias*".

Desconfianza: en muchas ocasiones el interno no confía ni en sí mismo, la desconfianza se respira en el ambiente. El utilitarismo es la nota predominante. "*aquí todo es falsedad*".

Expectativas mal ajustadas: tanto en la población preventiva, ya que no saben que es lo que va a pasar con ellos, ni la pena que se les va a imponer, si llegaran a ser penados o saldrán absueltos, si el juez les va a otorgar la libertad provisional, etc. Como en la población penada ya que durante todo el tiempo en el que están cumpliendo su condena tienden a hacer castillos en el aire referidos a la situación que se van a encontrar cuando obtengan la libertad.

2- AFECTIVIDAD EN LA POBLACIÓN PENITENCIARIA.

Labilidad emocional: la labilidad emocional es una característica muy habitual en la población penitenciaria. Pasan rápidamente de una emoción a otra, siendo generalmente estas emociones extremas y opuestas. Trabajar con gente lábil emocional requiere un esfuerzo importante y un abordaje específico. Es importante ser modelo de un patrón emocional más estable, trasmitir tranquilidad y confianza, no ayudar a exacerbar ese extremo emocional, intentar aportar una visión más normalizada y sobre todo realista.

Culpa: normalmente encontramos que la persona privada de libertad experimenta importantes sentimientos de culpa, que les hace sentirse muy mal. Es importante trabajar la culpa centrándonos en las conductas y no en las características personales, ya que la culpa centrada en conductas facilita que se movilicen los recursos, esto ayudará a que el sujeto pueda intentar un cambio conductual y de reparación del daño.

Impotencia: lo poca tolerancia a la frustración facilita la aparición de la impotencia. El sentir que no controlas tu ambiente y que las cosas que ocurren no dependen de ti facilitan también la sensación de impotencia. Aparece de este modo un fenómeno que los psicólogos llamamos indefensión aprendida (Selligman), en el cual el sujeto percibe que no controla de ningún modo su ambiente y aparecen signos tales como la apatía, la desesperanza y finalmente el fenómeno más habitual de la prisión: la depresión.
Las personas privadas de libertad nos hablan constantemente de impotencia, de rabia. Estos sentimientos facilitan que aparezcan conductas como llorar, aumenta la agresividad del sujeto y a su vez facilitan la aparición de conductas extrañas, raras o inexplicables como por ejemplo las autolesiones.

Es importante mencionar que las conductas autolíticas en la mayoría de las ocasiones se usan de forma manipulativa o para hacer presión frente a la institución.
Otros síntomas que encontraremos que nos hablarán de que el sujeto está deprimido son los siguientes:

-tristeza: "*aquí se multiplica lo que sientes, sobre todo la tristeza*".
-desesperanza: ver el futuro, el presente y a uno mismo sin ningún tipo de posibilidad, sin esperanza alguna.
-anhedonia: no encontrar placer en ninguna cosa. El que nada te apetezca, ni nada te interese.
-Enlentecimiento motor: movimientos muy lentos.
-Bradipsiquia: enlentecimiento del pensamiento.
-Irritabilidad.
Aislamiento.
-Insomnia/hipersimnia: no dormir casi nada o dormir en exceso.
-Anorexia/bulimia: no comer nada o comer en exceso.

Es importante detectar estos síntomas ya que si el sujeto padece un trastorno del estado de ánimo de tipo depresivo es muy alta la probabilidad de que realice intentos autolíticos, por lo que habría que incluirle en Programa de Prevención de Suicidios.

3-HABILIDADES PARA LA INTERACCIÓN CON LA POBLACIÓN PENITENCIARIA

3.1 Lo que nos piden los internos

-Ayuda
-Comprensión
-Cariño
-Empatía
-Humanidad
-Respeto
-Que trasmitamos seguridad
-Que no tengamos miedo
-Que no les juzguemos

3.2 Lo que recomendamos nosotros

-Motivación: trabajar con este tipo de población es duro, "quema" mucho, en muchos casos es muy desmotivante, por lo que desde nuestro punto de vista es fundamental que exista un alto grado de motivación.

-Ser profesionales en todo momento: esto implica no olvidar nunca cual es nuestro objetivo, pero accediendo al sujeto con humanidad. No dejarnos llevar por las emociones, no entrar en las manipulaciones. Humanidad pero manteniéndonos en nuestro sitio, poniendo distancia.

-Escucha activa: que el otro se sienta escuchado (mirada directa, movimientos de cabeza, interjecciones, resúmenes aclaratorios, etc). Darle muestras al otro de que le estoy escuchando. El sujeto no va a tener en muchas ocasiones nadie con quien expresar cosas que le preocupan o le angustian, es decir, sus emociones más intimas. El que lo haga con nosotros implica un respeto importante por nuestra pare y por lo tanto el sujeto se tiene que sentir escuchado.

-Objetividad: no entrar en la manipulación. Como ya hemos comentado nos vamos a encontrar con una población con un marcado egocentrismo, manipuladora y utilitarista. Por eso, aunque la desconfianza sea la norma, no debe serlo para nosotros, pero si que es importante que intentemos mantener en todo momento el mayor grado de objetividad posible, para que no sea fácil el que nos manipulen.

-Marcar límites: este aspecto es fundamental ya que va a ser lo que nos ayude a mantener la objetividad y facilitará a su vez el hecho de transmitir al sujeto la imagen de seguridad necesaria para poder llegar a tener un buen rapport con esta población. Es importante tener claro que la imagen que debemos dar, al menos al principio, es una imagen de seguridad, de no tener miedo y probablemente con un poco de distancia.

-Evitar tendencias omnipotentes de ayuda: esto nos va a ocurrir en muchas ocasiones, el pensar que somos la causa última de lo que les ocurre, el pensar que nos necesitan. Nadie nos necesita y en ningún caso somos imprescindibles. Si esto no lo tenemos claro sufriremos nosotros, en otros casos sufrirán ellos y en otros nos podremos embarcar en situaciones conflictivas.

-Autocuidados: lo anteriormente mencionado tiene que ver con los autocuidados. Nos ayudará a cuidar nuestra psique y nuestra integridad. Pero también tendremos que cuidarnos a nivel físico.