

# **Ponencias**

**II Simposio sobre Adicciones  
y Violencia**

## *NECESIDADES DE AUTOESTIMA EN EXCLUIDOS PRIVADOS DE LIBERTAD\**

MARÍA DEL PINO MORALES\*\*

El proceso de inadaptación es un proceso de despersonalización que llega a su culminación en la cárcel, donde el recluso alcanza los más bajos niveles de autoestima de su aventura biográfica. En consecuencia, un programa de autoestima y crecimiento personal es esencial en el contexto penitenciario, tendiente al menos a reducir el daño que la institución penitenciaria causa en el individuo, desde la base del respeto al otro y el objetivo de que aprenda a respetarse a sí mismo. Condición indispensable para conseguir un proyecto de futuro.

El objetivo de esta ponencia no es otro que el de reflexionar acerca de algunas de las posibilidades de intervención en el ámbito penitenciario, pero de una intervención comprometida, centrada en la persona, en el reconocimiento de su valor como ser humano, al margen de su comportamiento y con el objetivo de su incorporación a una vida socialmente normalizada y de que llegue a aceptarse a sí mismo y a respetarse.

Entre otras muchas posibilidades, hace ya años opté por realizar un taller de autoestima en una prisión de la Isla de Gran Canaria, en las Islas Canarias, un pequeño espacio en medio del Atlántico, donde también existen personas en las cárceles que, inevitablemente, proceden de una historia de vida de pobreza, como en cualquier otro lugar del mundo, personas que posiblemente nunca tuvieron una oportunidad, pero que la merecen por el mero hecho de ser seres humanos.

Mi trabajo se realiza en un contexto muy diferente, en un centro educativo de la ciudad de Las Palmas, pero donde también encuentro alumnos que, si no se les ayuda, pueden terminar en la cárcel. Mi relación de ayuda para con ellos me llevó a plantearme dedicar una parte de mi tiempo a aquellos a los que nunca nadie llegó a tiempo de ayudarles. Por eso, no recibo ninguna remuneración por mi trabajo en la cárcel, y eso ni engrandece ni empequeñece mi trabajo, simplemente lo hace diferente. Estoy en la cárcel porque quiero estar.

### AUTOESTIMA Y CONCEPTOS AFINES

Se podría considerar la autoestima como “el conjunto de actitudes de la persona hacia sí misma”: actitudes como la percepción, pensamiento, evaluación, sentimiento, acción, etc.

Todos desarrollamos una autoestima, pero ésta puede ser positiva o negativa. Lo importante es desarrollarla de la manera más realista posible, y que nos permita descubrir nuestros recursos personales, para apreciarlos y nuestras deficiencias, para superarlas. Si la persona no se valora

---

\* Conferencia presentada en el II Simposio sobre Adicciones y Violencia organizado por el Centro de Estudios e Investigaciones sobre Adicciones y Violencia de la Universidad Católica de Colombia.

\*\* Escuela Superior Penitenciaria, Islas Canarias, España.

y aprecia las cualidades que posee, si no acepta sus limitaciones, será presa fácil de la inseguridad y la desconfianza. En ese caso, será difícil afrontar los problemas y casi imposible emprender proyectos. Lo contrario de la autoestima no es la heteroestima sino la desestima, que conduce a la depresión, mientras que una autoestima adecuada es un elemento esencial del bienestar del individuo, consigo mismo y con el mundo.

En este sentido, un elemento primordial de toda intervención ha de ser la valoración personal porque, como decía Antonio Machado: *“Por poco que valga un hombre, nunca pierde su valor más grande: el valor de ser hombre”*. Es decir, el ser humano es valioso en sí mismo y no porque sirva para otra cosa. Su valor no procede de satisfacer necesidades o deseos, sino que su valor reside en sí mismo. Este ha de ser el axioma que presida la actitud de toda intervención educativa, en la cárcel o fuera de ella: valorar al ser humano y ayudarlo a que él también se valore: En algo tan simple y tan vital se basa este programa de autoestima.

Desde mi planteamiento las características de la autoestima, sobre las que debemos incidir son las siguientes:

- Aprecio, que consiste en buscar todo lo positivo que hay en la persona cualidades, habilidades, logros, proyectos, etc.
- Aceptación, es decir, tolerancia ante las debilidades, errores, fracasos, etc.
- Afecto, entendido como actitud comprensiva y afectuosa hacia uno mismo.
- Atención, teniendo cuidado de las necesidades reales de uno mismo, tanto físicas como psíquicas.

Estas características presuponen darse cuenta del propio mundo interior, escuchándose a sí mismo y viviendo conscientemente. Esto nos lleva a un conocimiento de UNO MISMO EN RELACIÓN CON LOS DEMÁS. No se trata de caer en el narcisismo, ya que la persona que se autoestima vive ABIERTA y ATENTA al OTRO. Es decir, la autoestima, serena y consciente, conduce a la solidaridad.

Implica sentirse CON EL OTRO Y DESDE EL OTRO, buscando la justicia y la igualdad, con sentido de gratuidad y generosidad. Frente a la cultura del individualismo y el gregarismo pasivo, es importante alentar una cultura de personalismo activo y una participación responsable y solidaria, porque únicamente desde la autonomía y la solidaridad será posible construir un mundo más justo. La solidaridad hay que construirla día a día, en nuestro ámbito más cercano, en nuestro quehacer cotidiano, cuando no pretendemos acallar nuestra conciencia sino que nos comprometemos con el que tiene menos suerte, esté donde esté y sea quien sea: un preso de una cárcel, o un niño de la calle de Colombia, de España o del Senegal: Por eso estoy hoy aquí, porque: *“Soy una persona: nada de lo humano me es ajeno”*. De otra manera serían las cosas si todos, también los psicólogos, pensarán y actuarán así.

## LA CÁRCEL Y SU INFLUENCIA EN LA DESESTIMA PERSONAL DEL PRESO

### *El proceso de inadaptación social*

Las personas con las que trabajamos pertenecen, invariablemente a una situación social de pobreza, tal vez no desde los parámetros de pobreza válidos en muchos países de

América Latina, pero sí desde los de la vieja e insolidaria Europa y la pobreza ha de ser considerada en el contexto en el que vive el individuo. Sin duda, la pobreza no genera felicidad sino frustración, sobre todo en un mundo que es un permanente escaparate de riqueza, donde la presión hacia el consumo es realmente la base de la economía.

Nuestros muchachos que, entre otras muchas carencias socializadoras, no han aprendido a desarrollar la resistencia a la frustración y son sumamente primarios, se van a encontrar muy precozmente sumidos en esa permanente contradicción de presión hacia poseer y la imposibilidad de conseguir (VALVERDE, 1988).

Cada vez más insistentemente, conforme van creciendo y abarcando nuevos campos de experiencia, esa contradicción se va extendiendo y abarcando a prácticamente todos los ámbitos de su existencia. En consecuencia, lenta pero inexorablemente, se va abriendo en ellos un profundo sentimiento de exclusión, de no pertenencia al grupo de los que dominan, de los que deciden y, sobre todo, de los que poseen. Este íntimo sentimiento de exclusión, que no son capaces de procesar conscientemente se va haciendo cada vez más profundo y va contaminando su personalidad, llenándoles de apatía, desánimo y frustración, características personales que les van a acompañar toda la vida, haciéndose mucho más consistentes cuando llegan a la cárcel y que son dificultades muy importantes en el proceso de intervención que pretendemos llevar a cabo.

Todas esas características personales se concentran especialmente en una profunda despersonalización. Nadie ni nada les valora y, en consecuencia, no aprenden a valorarse a sí mismos, y así no se puede vivir, sobre todo, cuando todo lo que les viene después no va a hacer sino aumentar su desestima: Así, en el corto proceso escolar, no sólo no aprenden nada, sino que les sirve para aumentar su frustración. Lo mismo ocurre en su, casi siempre corta, experiencia laboral, si es que llegan a tenerla. Si se van pronto de la escuela y sin haber aprendido nada, llegan demasiado pronto al mundo del trabajo y sin saber nada. En consecuencia, trabajarán en empleos sin especialización, o en aquellos que consiguen para salir del paso, sin sentirse a gusto, porque no es lo que ellos desean y con un sueldo de supervivencia, sin ningún tipo de estabilidad, casi siempre en la economía sumergida. En consecuencia, los dos grandes elementos de madurez y estabilidad emocional de nuestro sistema social, le han sido seccionados:

- Se les niega el acceso a la cultura, que es como negarles el acceso al pensamiento, a la reflexión y la crítica.

- Y se les niega el trabajo, que es como negarles sus propias señas de identidad, ya que nos definimos por nuestro trabajo, incluso más que por nuestro género.

El resultado de todo esto no puede ser otro que la despersonalización, la desestima, la ausencia de intimidad, incluso con ellos mismos, lo que se manifiesta en una necesidad imperiosa de buscar fuera la valorización que necesitan, con el aplauso e incluso con el miedo y el riesgo. (*"Si no puedo despertar amor, al menos puedo causar miedo"*).

Por alguna parte tienen que salir adelante, porque ellos, como todos, necesitan un mínimo nivel de autoestima para sobrevivir y lo intentan de la única manera que está a su alcance: metiéndose en un torbellino de acción, que les lleva a conductas cada vez más desadaptadas que les conducirán, mas temprano que tarde, a la cárcel, por medio de una acción institu-

cional, que no les atiende cuando tienen problemas sino cuando son un problema; no cuando son dañados en su sociabilidad, sino cuando hacen daño al sistema social.

### *La cárcel como último elemento destructor de la estima personal*

La historia de vida de estos muchachos les ha preparado para la cárcel, como a nosotros la nuestra nos ha preparado para la universidad. Van a adaptarse a ella para poder sobrevivir, pero la cárcel va a profundizar esas características personales.

No dispongo de tiempo para referirme exhaustivamente a las consecuencias de la prisión, para lo que remito a la obra de Jesús Valverde "La cárcel y sus consecuencias". Yo me voy a limitar a resumir a las que para mi trabajo, considero más relevantes:

En primer lugar, la pasividad. El preso aprende en la cárcel a estar pasivo, todo le viene dado, lo bueno (si es que le llega algo bueno) y lo malo, le dicen lo que tiene que hacer, cuándo hacerlo y si puede hacer algo o simplemente quedarse todo el día tirado en el patio.

En consecuencia, en segundo lugar, si antes no era capaz de controlar su vida, mucho menos lo hará en la cárcel; nada depende de él, que se encontrará sometido a la institución penitenciaria, y a los que dominan en las cárceles.

En tercer lugar, si no controla su vida, sin duda tampoco controla su futuro. Este lo ven muy lejano, ya que sólo se limitan a vivir el presente, procurando pasarlo lo mejor posible, entendiendo esta mejoría, a tener que soportar una continua despersonalización y humillación en todo el ámbito que le rodea. En consecuencia, se deja llevar por el fatalismo ("*Lo que tenga que pasar, pasará y yo no puedo evitarlo*").

El resultado de todo esto no puede ser otro que la profundización en la despersonalización, la ausencia de estima personal y la soledad. A lo que únicamente la droga puede aportar algo de bienestar, pero durante muy poco tiempo, porque la necesidad de conseguirla tendrá precisamente como consecuencia aumentar mucho más el sometimiento a los que controlan la droga en la cárcel y, por tanto, aumentar igualmente la frustración, la despersonalización y la necesidad de droga.

Muy resumidamente, ante esa realidad me encuentro en mi trabajo. Y a eso he de responder.

## PROGRAMA DE AUTOESTIMA Y CRECIMIENTO PERSONAL DESARROLLADO EN LA CÁRCEL "EL SALTO DEL NEGRO" DE LAS PALMAS DE GRAN CANARIA-ESPAÑA

### *Importancia de la autoestima para la vida del preso*

He venido planteando que el proceso de inadaptación social es, sobre todo, un proceso de despersonalización. Todo le despersonaliza, le hace consciente de su escaso o nulo valor como persona. Por eso, su historia de vida es una historia de fracasos y no puede por menos que desarrollar una experiencia y una expectativa de perdedor. La entrada en la

cárcel supone el colofón de ese sentimiento de fracaso y autodesvalorización. En consecuencia, si el proceso de inadaptación es un proceso de despersonalización, de desvaloración, el proceso de intervención debe ser un proceso de personalización, de valoración personal.

### *La cárcel*

Ambiente físico. Se trata de una cárcel antigua, con 10 módulos para varones y uno para mujeres. Con unas condiciones propias de cualquier cárcel, mínimas e imprescindibles instalaciones para la supervivencia de los presos.

Población reclusa. Por lo general, presos jóvenes, la mayoría de los cuales han sido encarcelados por delitos en relación con las drogas, como en cualquier otra prisión de España.

Por las características especiales de las Islas Canarias, entre los reclusos hay muchos emigrantes de otras etnias, sobre todo procedentes de África y de América Latina. Por su situación de ser emigrantes, no tienen recursos suficientes para salir adelante, esto les hace recurrir la mayoría de las veces a tomar cualquier camino que les ayude a salir adelante, aunque éste no ha sido el adecuado, por ello cuando menos se espera van a parar a la cárcel.

Tal es su situación de indiferencia, que piensan que al menos en la cárcel tienen comida y cama gratis, éste pensamiento que al principio les parece incluso razonable, según va pasando el tiempo, y van siendo realistas con lo que están viviendo es cuando comienzan a dilucidar su problema.

Personal. Psicólogos, asistentes sociales, maestros, y funcionarios, monitores de talleres, voluntarios...

Tratamientos existentes desde la institución. Programas de desintoxicación.

Programas de voluntariado. Taller de música y pintura y Taller de Autoestima.

Pastoral penitenciaria. En cuanto a esta pastoral cristiana, llevan también una tarea voluntaria. Unos programas de ayuda a los presos. Son muy bien acogidos por ellos. Y a la vez son muy respetados por parte del personal de la cárcel.

### *El programa*

- Razones para llevar a cabo el taller.

La razón por la que decidí realizar este taller en la cárcel es porque considero que la autoestima es un valor fundamental para la existencia del ser humano. Esto lo he ido descubriendo a lo largo de mi experiencia trabajando con jóvenes. Es cierto que estos jóvenes a los que yo me dirigía en un principio, no presentaban el problema de estar encerrados entre rejas. Sin embargo, estos muchachos que viven con unas condiciones favorecedoras en todos los sentidos, tienen sus familias, estudios, diversiones, caprichos... poseen aparentemente de todo, con frecuencia les falta lo fundamental, cariño, afectividad, comprensión y estima personal. Así que desarrollé durante varios años un programa de autoestima y crecimiento personal dirigido a ellos. Esta experiencia me sirvió de empuje para llevar a cabo estos contenidos a otros jóvenes que viven en circunstancias degradantes

en la cárcel, y con los más jóvenes, que son los que carecen más de recursos, a los que menos en cuenta se les tienen, porque son rebeldes, crean problemas pero los que, por llevar menos tiempo de prisión, aún no han logrado rodearse de un duro caparazón autoprotector que, si bien les permite sobrevivir en la cárcel, no les permite abrirse al mundo y a sí mismo.

- Objetivos

*Facilitar el descubrimiento de su mundo interno:*

El preso, por su historia de vida, como hemos estado viendo, carece a menudo de capacidad de intimidad. Vive hacia fuera, e incluso la reflexión le produce ansiedad. Huye del pensamiento como una manera más de huir de sí mismo. En consecuencia, necesita **DESCUBRIRSE** a sí mismo como persona que es capaz de amar, de sufrir, de pensar. Este es un elemento esencial de la personalización: asumir su propio yo, tenerse a sí mismo.

*Descubrir y fomentar valores que lleva intrínsecos:*

No se trata de partir de cero, que sería igual que decirle que nada de lo que tiene o de lo que es, sirve, sino de ayudarlo a descubrir sus propios valores y partir de ellos. Nadie es completamente malvado, ni completamente “nada”. “En todo ser humano hay muchas cosas que aprovechar. Solo hace falta descubrirlas, porque a menudo están meticulosamente tapadas”.

*Ayudarles a que se acepten desde sus propias limitaciones.*

Uno es como es, pero eso no es algo inamovible, sino el punto de partida a partir del cual es posible crecer.

En consecuencia, el cuarto objetivo ha de ser *ayudarles a que se proyecten hacia el futuro*, superando sus limitaciones, yendo más allá de la cárcel, dotándoles de un futuro, en primer lugar dentro de sí mismos, sin el cual no es posible vivir con dignidad y superando esa ausencia de futuro que implica la cárcel (“*Tú puedes*”).

En resumen, que asuman *que son los protagonistas*, de su propia vida, primero en el taller de autoestima y después en la vida.

- Aportaciones del taller.

El concepto de autoestima es algo desconocido para el preso en función de su historia de vida y de su escaso o nulo desarrollo cultural. En ninguna actividad se habla de ellos mismos, de lo importantes que son, de todo lo que tienen que vivir como personas y es importante que aprendan a descubrir su propio valor. En consecuencia, es un tema novedoso para ellos. Les explico que se trata de que dediquen un tiempo de su vida a tenerse en cuenta, que ellos deben ser los únicos dueños de su vida, que pueden crecer y adquirir madurez si se empeñan en ello, que el tiempo que están encerrados puede ser únicamente una parte de su vida, no la vida entera, que tienen cosas importantes que vivir.

Por otra parte, el programa pretende ayudarles a comunicarse, a hablar entre ellos superando el lenguaje obsesivo sobre exclusión, delitos, cárcel, delitos, cárcel... Les ayuda a conocerse y, tal vez, incluso a comenzar a quererse a sí mismos, a pensar en que son algo más que presos, que merecen otras oportunidades para descubrirse como seres humanos que han cometido errores, pero siempre hay tiempo para subsanarlos. Conocerse implica que tenemos que ser nosotros mismos, no podemos ir por la vida dependiendo de los demás, dejándonos llevar y haciendo lo que todo el mundo hace, porque eso además de no tener personalidad nos trae graves complicaciones. Sobre todo a ellos que se ven inmersos en conflictos que ni ellos mismos han querido participar.

Les saca de la monotonía, lo que no es poco importante, sobre todo para personas que tienen todo el tiempo del mundo para no hacer nada (de esta forma le roban tiempo a la cárcel). Como me dicen los chicos, en la cárcel se piensa mucho, pero lo que piensan siempre está relacionado con lo mismo (cárcel, droga castigos...). Esta monotonía hace que tenga siempre malas ideas y no confíe en nadie. En la cárcel cambia todo lo que dejó fuera. Dentro de ella no se enseña un oficio ni cómo ser mejor: *“Todo cambia, menos tú. Tenemos una guerra psicológica. Y lo peor es que cuando salga de aquí estaré totalmente desorientado y no tendré ni siquiera adonde ir”*.

Aprenden a compartir sus pensamientos con los demás y a comprender, a menudo con sorpresa, que lo que dicen es coherente, que tiene sentido y que sirve a otros.

El taller de autoestima les ayuda a no derrumbarse, a pensar en positivo. Esta positividad la intentamos lograr desde el mismo lenguaje, frente a palabras negativas (rencor, desigualdad, malos tratos, rabia, falta de afectividad...) procuramos trabajar palabras positivas (familia, pareja, responsabilidad, esperanza, cultura, ilusión...).

#### - Problemas del taller.

Al principio lo toman a broma, por desconocimiento y por miedo a la introspección, a la que no están acostumbrados y les produce desasosiego. No están acostumbrados a preocuparse por sí mismos ni por los demás, ya que en la cárcel se vive en una soledad hacinada:

- No saben valorarse ni respetarse.
- No se comunican desde los sentimientos, y ni siquiera disponen de un lenguaje que permita la comunicación, por eso es importante aceptar su forma de hablar, sin críticas, he intentado corregirles imperceptiblemente, porque no siempre va a ser suficiente el lenguaje carcelario.
- No tienen capacidad de reflexión, ni enlazan una sesión con la anterior, por lo que continuamente hay que volver sobre lo ya expuesto en sesiones anteriores.
- Las continuas interrupciones son otro inconveniente; permanentemente entran y salen por su falta de entrenamiento en permanecer constantes en una tarea, hasta que poco a poco ellos mismos se van seleccionando, y quedan los que tienen interés por encima de pasar el rato. Es importante la autoselección, porque no debo de ser yo quien prohíba a nadie la permanencia en el grupo.
- Un problema especial en la propia cárcel. Por ejemplo, la permanencia es un serio inconveniente, traslados, aislamientos. etc.

- Contenidos
  - Definición de ser persona
  - Yo en la vida. ¿qué tengo? ¿qué tenía? ¿qué puedo tener?
  - La persona “nace” o se “hace”
  - La pérdida de fantasía
  - El movimiento interior:
  - Responsabilizarte de tu propia historia
  - La comunicación. Los tipos de comunicación.
  - Mi propia imagen
  - Mi comunicación más íntima
  - Creer en mí
  - Mi libertad interior
  - De donde vengo y hacia donde voy
  - Qué me mueve a vivir. Aprender a mirar dentro de ti.
  - Vivir como persona.
  - El futuro se llama cultura.
  
- Metodología
  - Exposición
  - Diálogo
  - Dinámica de grupo.
  - Técnicas de grupo
  - Relajación e interiorización
  - Puesta en común.

Siempre comenzamos preguntándonos qué novedades ha habido a lo largo de la semana: quiénes se han ido, a quiénes han cambiado de módulo, qué problemas han surgido, etc. Luego se aplica alguna dinámica, por ejemplo, la del “reportero”.

El ejercicio más simple consiste en comunicar los nombres, lugar de procedencia, edad, hobbies que desearían tener, etc. Todo esto para que se reconozcan como personas y, por tanto, importantes, que no solo tienen un apodo y un barrio marginal, sino que son algo más, que conozcan que poseen unos valores que tienen que descubrir, aunque siempre se les haya considerado una simple lacra social. Para ello es importante la cercanía, la comprensión y la tolerancia.

A la vez me voy haciendo presente en sus vidas, y podemos llegar a una confianza mutua, lo que les ayuda a comunicar lo que desean; crear un espacio donde sepan que se les va a escuchar, se les va a valorar. Así se van sintiendo más tranquilos, más abiertos, más confiados.

Otro momento se dedica a los ejercicios de relajación, visualización, contacto, y a través de ellos pretendo acompañarles en su integración, comunicación, identificación, afirmación. Empleamos también cuestionarios que nos sirvan de detonante para superar el miedo a hablar.

Siempre partimos de la motivación, donde les ayudo a descubrir los peligros que tiene estar encarcelados, peligros de los que la mayoría de ellos no son conscientes, porque nunca se los han planteado. Se limitan a vivir al día. El aquí y el ahora, así creen no complicarse la vida. Estos peligros entre muchos otros son: aislamiento, dificultad de concentración, abandono no sólo físico sino mental, ausencia de aprecio de sí mismos, pérdida de tiempo (futuro)...

#### - Evaluación

La evaluación es continua, ya que cada día se va planteando si el trabajo que estamos llevando a cabo es efectivo y si cada uno de ellos está dispuesto a continuar, en qué dirección quieren crecer y si están dispuestos o creen posible cambiar de rumbo. A la vez se trabaja desde una heteroevaluación, ya que entre ellos son bastante críticos sobre su comportamiento y actitudes. Por otro lado, esto es un aspecto complicado, ya que es difícil que acepten la crítica de los compañeros, lo que, sin embargo, es imprescindible para la relación interpersonal normalizada.

La evaluación nos lleva a sacar conclusiones sobre el trabajo de grupo y el trabajo personal, así como a revisarnos sobre nuestro propio crecimiento personal y autoestima.

#### *Valoración personal*

Los comienzos fueron difíciles, porque, en primer lugar, no había tenido contactos previos con el mundo de la cárcel y traía una idea preconcebida negativa, basada en la justicia del castigo y de la restitución. En segundo lugar, no sabía con qué tipo de personas me iba a encontrar; si realmente eran como afirma el estereotipo social; no sabía tampoco cómo me iban a acoger, siendo alguien que venía de la calle y no pertenecía a la institución. En tercer lugar, el hecho de ser mujer, en un módulo de varones, donde no tienen la posibilidad de contactar frecuentemente el género femenino.

Por último, fue duro porque no sabía como acercarme a personas que no poseen libertad. Por ejemplo, recuerdo que en mi primer encuentro con ellos me pasé todo el tiempo de pie, por si en algún momento tenía que salir corriendo, la puerta del aula la dejé abierta, por el mismo motivo, incluso sentía miedo de que alguno se levantara del asiento pensando que me iba a atacar. Uno del grupo me llevó la contraria y yo le di la razón para no contrariarlo. Antes le había dicho al vigilante si pensaba estar cerca y cuando me comentó que sí eso me dió más seguridad. Esto solo me ocurrió el primer día, porque comprobé que aquellos muchachos únicamente deseaban encontrarse con alguien que no perteneciera a la institución.

Por otra parte, esta experiencia me ha hecho comprender vidas de las que antes apenas sabía nada, y situaciones que yo nunca había siquiera soñado con pasar. Por ejemplo, los momentos de recuento, de los muchos que tienen al cabo del día: no pueden reír o cambiar de lugar en la fila, porque esto les puede llevar a celdas de castigo, o anécdotas como la que me contaba un preso, Alexis, que una noche se sentía muy nervioso y llamó al vigilante de turno para que le llevara a la enfermería y le proporcionara un tranquilizante y lo

que ocurrió fue que le esposaron de pies y manos, boca abajo en una camilla hasta que se le pasara el nerviosismo.

Es cierto que al principio me costó mucho. Yo estaba acostumbrada a trabajar con otro tipo de jóvenes, más normalizados. Con los chicos de la cárcel tuve que aprender a seguir lo programado, pero con mucha más flexibilidad, partiendo siempre de sus necesidades, no siempre fáciles de detectar.

Partir de sus necesidades, consiste muchas veces en escucharlos, no tienen con quien hacerlo sólo con sus compañeros de patio o de celda. Pero siempre sus conversaciones rondan sobre lo mismo. Por eso mi presencia y mi escucha les da pie, para contarme, su situación, como se encuentran y lo mal que lo pasan.

Se me hace muy difícil y doloroso poder compartir con ellos sus desgracias. Son personas muy jóvenes y escuchar de ellos cosas como: *“Me siento tan triste”*. *“Aquí los buenos se hacen malos y los malos peor”*. *“Cuando más sueño con la calle, peor me pongo”*. *“Aquí entras bien y sales enganchado”*. *“Cuanto mejor lo lleves más te arruinan”*...

Me he llegado a implicar, y por eso siempre se me hace corto el tiempo, aunque son ellos mismos los que ponen límites: los que dicen cuándo quieren continuar o acortar la sesión. En resumen, los que demuestran su interés o falta de interés. Si se trata de que sean ellos los protagonistas, han de ser ellos los que asuman y dirijan el taller.

Por último, mi valoración es positiva porque:

- Desconectan de las rejas
- Hablan con los compañeros de algo no habitual (superan la cárcel)
- Aprenden a expresar libremente lo que piensan
- Se interesan por algo de lo que antes no tenían ni idea
- Aprenden a reconocer errores
- Descubren otras posibles salidas
- Les roban horas al juez.

## BIBLIOGRAFÍA

- BONET, J.V. (1994); *Sé amigo de ti mismo*. Bilbao: Salterrae.
- FRITZEN, S.J. (1999); *Relaciones humanas interpersonales*. Santander: Salterrae.
- VALVERDE, J. (1996); *La cárcel y sus consecuencias*. Madrid: Popular. (1ª edición, 1991).
- VALVERDE, J. (1996); *Vivir con la droga: Experiencia de intervención sobre pobreza, droga y Sida*. Madrid: Pirámide.
- VILLAPALOS, A y LÓPEZ QUINTAS, S.J. (1995); *El libro de los valores*. Barcelona: Planeta.