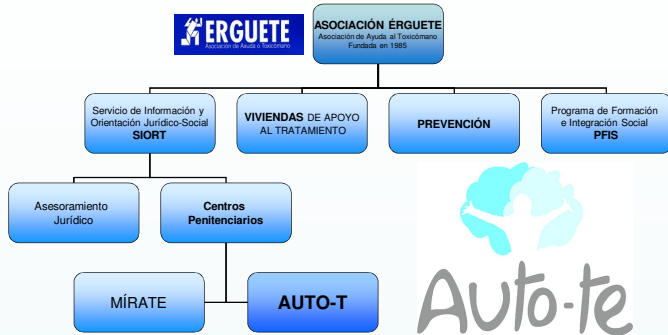


AUTO-T: PROGRAMA DE AUTOCONOCIMIENTO Y AUTOCONTROL PARA CENTROS PENITENCIARIOS

AUTORES: Lloves-Pequeño, M.; Martínez-López, D. - ASOCIACIÓN ÉRGUETE, Vigo-Galicia (España)
Piñón-Blanco, A. - Unidad Asistencial De Drogodependencias del Ayuntamiento de Vigo-CEDRO (Galicia)



Introducción

En la nomenclatura de este Programa nos hemos tomado la licencia de utilizar una redundancia para insistir en que la base de nuestra intervención es el trabajo sobre uno mismo, por eso lo hemos denominado "Auto-T": auto-conócete, auto-contróláte, auto-estímáte... auto-libérate.

El Programa Auto-T nace en la prisión de A Lama en el año 2008, como parte de las actividades que la institución ofrece a los internos incluidos en régimen ordinario de internamiento (segundo grado). Un año más tarde, 2009, en función de los resultados, el centro penitenciario nos plantea la posibilidad de llevar una experiencia piloto similar al módulo de primer grado, donde hasta entonces, por tratarse de un régimen de internamiento de alta seguridad, las actividades eran casi inexistentes.

A día de hoy, el Auto-T se encuentra incluido en el Programa de Régimen Cerrado de la prisión de A Lama; un programa innovador en este ámbito que facilita la realización de actividades en primer grado, entre las que se incluye, con carácter obligatorio, la participación en el Auto-T.

Objetivos

Nuestro objetivo es aprender a conocernos, a adquirir recursos para superar las propias dificultades y a descubrir y ensalzar las habilidades personales, así como su utilización en nuestro propio beneficio. Pero, sobre todo, aprender a disfrutar de nosotros mismos y de los demás, ejercitando el comportamiento en sociedad, hacia la que estas personas se han mostrado hostiles y a la que habrán de regresar en una actitud que facilite su incorporación y aceptación.

Objetivos específicos:

- Conocerse y reconocerse a uno mismo.
- Adquirir recursos para reconocer y superar las propias dificultades.
- Descubrir y ensalzar las habilidades personales, así como su utilización en beneficio propio y de los demás.
- Aprender a disfrutar de uno mismo y de los demás como preparación para la vida en sociedad.



Desarrollo y Contenidos

La actividad se desarrolla básicamente en grupo, pero estableciendo un proceso evolutivo personal para cada interno, en función de sus necesidades, posibilidades y expectativas; combinándose el trabajo grupal con intervenciones específicas de carácter individual cuando es necesario.

La intervención se establece en dos fases:

Una primera fase centrada en el desarrollo de conductas socializadoras, que se lleva a cabo en el aula a través de coloquios, dinámicas de grupo, debates y sesiones informativas.

Y una segunda fase, que hemos denominado "Autocontrol a través del Movimiento", que se realiza en el gimnasio, por ser un espacio amplio que nos posibilita el movimiento y se lleva a cabo a través de un compendio de actividades provenientes de disciplinas como la psicomotricidad, la expresión corporal, el psicodrama, la relajación, etc.

Recursos



El desarrollo de nuestro Programa requiere de tres únicos recursos imprescindibles: las personas con las que trabajamos, espacios adecuados para desarrollar ambas fases del Programa y música, para facilitar el trabajo de movimiento característico de la segunda fase.

Otros recursos, como los tecnológicos (ordenador, cañón...) y material psicomotriz (pelotas gigantes, colchonetas, aros, cuerdas, pelotas, etc.) enriquecen y facilitan el trabajo, pero no son imprescindibles. Contamos con el mejor material posible: el cuerpo, la mente y el corazón de nuestros usuarios, sus mejores herramientas para alcanzar unos objetivos que ellos mismos definen a partir de sus propias necesidades, cualidades y carencias.

Fase 1: Autoconocimiento	Fase 2: Autocontrol
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> • Valores • Emociones • Autoestima • Toma de decisiones y búsqueda del consenso • Resolución de conflictos • Control de la impulsividad • Comunicación 	Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> • Control espacial • Control motor • Control postural y tono muscular • Control emocional • Lenguaje corporal • Lenguaje de la mirada • Socialización • Relajación y distensión
Espacio: aula Duración: 3 – 6 meses Temporalidad: 2 hrs. semanales Carácter: grupal – individual	Espacio: gimnasio Duración: 6 sesiones Temporalidad: 2 hrs. semanales Carácter: grupal

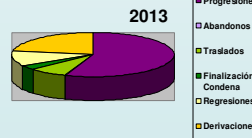
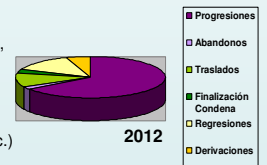
Resultados:

Desde nuestros inicios, cientos de internos, de primer y segundo grado, han pasado ya por el Programa y lo han concluido satisfactoriamente: progresando de primer a segundo grado y de segundo a tercero, ingresando en programas de tratamiento de drogodependencias, o cambiando actitudes y emprendiendo mejoras personales, que han influido en su comportamiento en prisión y preparado satisfactoriamente su camino hacia la libertad.

Teniendo en cuenta que cada grupo es diferente y gira en torno a muy distintas variables: personalidad, delito, consumos, permanencia en prisión, apoyo familiar, trastornos..., no es posible hacer la lectura de los resultados buscando una progresión ascendente de año en año, sino que hay que analizarla en función del grupo, el número de personas que lo integran y dichas variantes.

En base a esto, hemos extraído la muestra que aparece a continuación en los gráficos, reflejando la consecución de los objetivos de los internos que han realizado el Programa de Primer Grado en los tres últimos años y que se refieren a: progresar a Segundo Grado -con todo lo que ello implica, tanto a nivel personal como penitenciario- o aceptar la derivación a programas específicos como el Programa de Tratamiento de Drogodependencias (Módulo Terapéutico), el Programa PAIEM para enfermos mentales, etc.

En la primera muestra, año 2012, con un total de 37 internos, un 70% de la población alcanza estos objetivos (65% de progresiones + 5% de derivaciones). Un 3% abandona el Programa. Un 14% fracasan, siendo regresados de grado y el 11% son trasladados a sus ciudades de origen o a otras prisiones por distintos motivos (personales, de seguridad, etc.)



En el año 2013 se interviene con 27 internos, dándose un aumento considerable de las derivaciones, ya que un 22% decide acceder al módulo terapéutico, que junto con el 56% de progresiones, suma un total del 78% de internos que alcanzan los objetivos, frente a un 10% que no lo consiguen, un 0% de abandonos, 7% de trasladados y 4% que finaliza su condena y alcanza la libertad.

En el año 2014, 28 internos, aparece un nuevo color (azul), correspondiente al 24% que continúan en el Programa, teniendo encaminada su progresión para el próximo año o en tramites su derivación, que junto a las progresiones y derivaciones, conforman un 73% de los internos que alcanzan los objetivos.

Este año cuenta con un 5% de abandonos y un alto porcentaje de trasladados, que llega hasta el 14%, debido, en gran parte, a cambios internos en el sistema penitenciario, factores que continuamente provocan dificultades añadidas al trabajo desarrollado en prisión.



Insistimos en que hay diferentes factores que surgen a lo largo del proceso que hacen difícil baremar nuestra intervención o incluso llegar al final del proceso. A veces un interno "desaparece" del Programa de un día para otro, por distintas razones, sin que tengamos posibilidad de volver a establecer ningún contacto.

Conclusiones

La intervención a través del Auto-T es un compromiso que implica una gran responsabilidad, no sólo para aquel que lo aplica, sino sobre todo, para quien lo recibe. Una responsabilidad para consigo mismo, para los demás con los que lo va a experimentar y compartir y para los responsables de dicho Programa. Es precisamente, ese sentido de la responsabilidad, lo que más debemos trabajar en la reinserción de estas personas en la sociedad de la que forman parte, para que esa reinserción adquiera sentido y nos beneficie a todos.

Nuestro deseo es que el Programa pueda trascender los muros de prisión e ir más allá, confiando en que llegue a valorarse la importancia del trabajo personal con todos y cada uno de los internos de las prisiones, porque nuestra obligación es salvaguardar a la sociedad, facilitándoles volver a ella para que no sean una amenaza, sino un ejemplo de nuestra capacidad de adaptación y mejora.

Nuestro agradecimiento a los profesionales de prisión que han creído en nuestro trabajo, especialmente al educador José Méndez, "Pepé" y a todos aquellos internos que lo enriquecen cada día.