

XIV Jornadas de Investigación y Tercer Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2007.

Libertad condicional: estudio de las respuestas de afrontamiento en la transición prisión-libertad desde un enfoque de resiliencia.

Mikulic, Isabel María.

Cita:

Mikulic, Isabel María (2007). *Libertad condicional: estudio de las respuestas de afrontamiento en la transición prisión-libertad desde un enfoque de resiliencia*. XIV Jornadas de Investigación y Tercer Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-073/393>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/e8Ps/7qx>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

LIBERTAD CONDICIONAL: ESTUDIO DE LAS RESPUESTAS DE AFRONTAMIENTO EN LA TRANSICIÓN PRISIÓN-LIBERTAD DESDE UN ENFOQUE DE RESILIENCIA

Mikulic, Isabel María
Facultad de Psicología. Universidad de Buenos Aires

RESUMEN

Ante una experiencia vital como el recobrar la libertad luego del encarcelamiento se produce en las personas que han estado en prisión, una serie de emociones centradas en tal situación de vida. Es importante estudiar cómo se percibe el afrontamiento de un mismo acontecimiento vital: "regreso a la libertad" teniendo en cuenta las características personales, la naturaleza del delito y la especial configuración de factores contextuales que lo acompañan. Este trabajo tiene dos objetivos principales. El primero describir las estrategias de adaptación utilizadas por los seres humanos al enfrentar determinadas y estresantes transiciones vitales. El segundo, establecer si existen diferencias entre las respuestas de afrontamiento utilizadas por quienes han estado en prisión y recuperan su libertad y sujetos de población general al enfrentar diversas situaciones vitales estresantes como por ejemplo un divorcio conflictivo, una migración forzosa o la búsqueda de trabajo estando desempleado. Este estudio exploratorio descriptivo ha permitido hallar diferencias significativas entre los grupos evaluados confirmando que el complejo problema de las emociones y las respuestas de afrontamiento en diversas situaciones vitales estresantes aporta valiosa información para una evaluación psicológica integrativa y ecológica desde un enfoque de resiliencia.

Palabras clave

Evaluación Afrontamiento Libertad Condicional

ABSTRACT

PAROLEES: AN STUDY ON COPING RESPONSES IN PRISON-FREEDOM TRANSITION FROM A RESILIENCE APPROACH

When a person undergoes an extremely critical situation as recovering freedom after having been in prison, emotions focused in that life stressor must be carefully studied. It is very important to analyze how coping the same life event: recovering freedom, is perceived by different individuals. Personal characteristics, offense nature and special configuration of contextual factors must be taken into consideration. This study has two main objectives. The first one to describe the coping responses used by participants while coping with stressors and stressing life transitions. The second one to establish differences among coping responses used by those who have been in prison and recover their freedom and those who undergo different stressful life events like conflictive divorce, compulsory migration or employment search being unemployed. This exploratory descriptive research has allowed us to find significative differences among groups mentioned. It has confirmed that emotions and coping responses are relevant and provide valuable information in an integrative, ecological psychological approach from a resilience approach.

Key words

Assessment Coping Parolees

Desde un enfoque ecológico y social, seguimos a R. Moos (1994) en la comprensión de las transiciones y crisis vitales. A través de una comprensión cognitiva de sus significados, una crisis puede permitir la implementación de estrategias adaptativas en las que se pueden utilizar variadas habilidades para afrontar una situación en forma eficaz. Siguiendo este marco integrador podemos distinguir cinco tipos de estrategias de adaptación posibles al enfrentar esta transición en la vida de un ser humano, a saber:

Establecer el significado y entender el significado personal de la situación

Afrontar la realidad y responder a los requerimientos de la situación externa

Establecer vínculos con otras personas que puedan ser útiles para resolver la situación y sus consecuencias

Mantener un equilibrio emocional razonable tratando de afrontar los sentimientos negativos que provienen de la situación vivida

Preservar una imagen de sí mismo satisfactoria y mantener un sentido de autoeficacia

A continuación describiremos detalladamente cada uno de los puntos citados, considerando el caso especial del delincuente que habiendo sido procesado y encarcelado, recupera su libertad tras haber cumplido toda o parte de su condena.

ESTABLECER EL SIGNIFICADO Y ENTENDER EL SIGNIFICADO PERSONAL DE LA SITUACION

Este es un punto relevante al que retornará el sujeto una y otra vez. Cuando se produce una crisis, existe un momento más fuerte de shock y confusión y luego se va produciendo un proceso de toma de conciencia de la realidad. Entonces es cuando el sujeto trata de asimilar el significado de cada aspecto de esa crisis por cuanto le afectan sus consecuencias. En el caso de los ex - delincuentes al salir de la cárcel, deben aceptar la pérdida del estado de vida previo al delito y la existencia de un pasaje por la unidad penitenciaria; dándose a sí mismos una explicación por las pérdidas sufridas y construyendo un significado para dicha situación vital.

AFRONTAR LA REALIDAD Y RESPONDER A LOS REQUERIMIENTOS DE LA SITUACION EXTERNA

En esta segunda tarea importante a realizar por el sujeto al salir de la institución penal se encuentran involucrados una serie de aspectos como la reestructuración de los roles familiares (por la reinserción, por ejemplo, del padre ausente), el ajustarse a un menor ingreso (comparado con el que tenían antes de entrar a la cárcel), el buscar un trabajo contando con antecedentes penales (la difícil reinserción laboral se agudiza por la imposibilidad de acceder a trabajos en relación de dependencia que averiguan antecedentes policiales), etc.

ESTABLECER VINCULOS CON OTRAS PERSONAS QUE PUEDAN SER UTILES PARA RESOLVER LA SITUACION Y SUS CONSECUENCIAS

La experiencia de la prisión es un suceso vital duro y difícil de comunicar a los demás, esta situación en múltiples ocasiones

no le permite al sujeto recibir ni apoyo ni consuelo cuando más lo necesita. Por eso, en el momento de la salida de la cárcel y ante la libertad, es esencial que las personas se rodeen de los afectos más cercanos: la familia, los amigos y algunos conocidos; que les brinden información para tomar decisiones acertadas que les provean de apoyo emocional y les transmitan seguridad para poder enfrentar los problemas del "afuera". La selección de las personas adecuadas para cumplir estas funciones fundamentales en el proceso de reinserción es quizás el punto neurálgico de esta etapa.

MANTENER UN EQUILIBRIO EMOCIONAL RAZONABLE TRATANDO DE AFRONTAR LOS SENTIMIENTOS NEGATIVOS QUE PROVIENEN DE LA SITUACION VIVIDA

Este tipo de experiencia de vida, así como otras crisis vitales, producen variadas emociones de gran poder sobre la persona, como por ejemplo, el sentimiento de haber fracasado como persona o la culpa por lo sucedido con la familia mientras se estaba en prisión. El punto central en este importante aspecto del regreso del sujeto a su ambiente natural es el mantener la esperanza aún cuando la realidad se manifieste adversa. Esta habilidad puede haber sido desarrollada durante el tiempo de prisión, pues el estar encerrado hace que las personas que carecen de esperanza de escapar, se centren en la esperanza de sobrevivir a la situación que deben vivir.

PRESERVAR UNA IMAGEN DE SI MISMO SATISFACTORIA Y MANTENER UN SENTIDO DE AUTOEFICACIA

En general, los cambios en las circunstancias de vida de una persona tienen como consecuencia una "crisis de identidad" que redundará en un cambio en los valores personales y en los comportamientos habituales. Las personas que salen de la cárcel, deben hallar un difícil equilibrio entre aceptar ayuda y ser responsables de sus propias vidas; manteniendo un sentido de competencia y habilidad para manejarse adecuadamente en sus contextos.

LAS RESPUESTAS DE AFRONTAMIENTO

Los principales recursos de afrontamiento que se utilizan para implementar estas diversas estrategias adaptativas pueden ser usados en forma única, consecutivamente o en variadas combinaciones según la situación y no son efectivos para todas las situaciones pues lo que en un momento es eficaz, en otra circunstancia puede no serlo. Estas habilidades tienen un sentido positivo y muestran que el afrontamiento puede aprenderse y ser utilizado en forma flexible y acorde a lo que la situación requiere. Estas estrategias de afrontamiento se pueden clasificar según el foco de atención de cada una, en aquellas que están centradas en la evaluación, las que se centran en el problema y las que se focalizan en la emoción.

AFRONTAMIENTO CENTRADO EN LA EVALUACIÓN

Son los intentos de comprender y hallar significado a una situación de crisis. A través del proceso de evaluación y revalorización se llega a afrontar una situación modificando el significado y comprendiendo la amenaza que esa situación presupone. Este tipo de afrontamiento abarca tres respuestas:

1. Análisis Lógico y Preparación Cognitiva: Implica el prestar atención a un aspecto por vez de la situación vital que se atraviesa, descomponiendo un problema complejo en pequeñas partes, en elementos potencialmente manipulables, haciendo referencias a experiencias pasadas y adelantándose mentalmente a las posibles alternativas y sus posibles consecuencias. Estas habilidades son especialmente necesarias cuando se trata de enfrentar experiencias poco familiares, para lo que es útil aumentar la propia confianza recordando los logros obtenidos en otros problemas difíciles que se han enfrentado. Cuando las experiencias de vida son incontrolables, es más sencillo enfrentarlas si les damos un significado en relación a una creencia religiosa o a la existencia de un "desti-

no" y dándoles una proyección a futuro.

2. Revalorización Cognitiva: en esta categoría se encuentran las estrategias mediante las cuales las personas aceptan la realidad de una situación pero las reestructuran a fin de encontrar algo positivo en ella. Estas estrategias incluyen el recordarse que las cosas pueden ser peor, considerarse a sí mismo en mejor situación que otras personas, y concentrarse en algo bueno que puede devenir de esa crisis. Taylor (1983) describe cinco formas de enfrentar las situaciones de crisis:

1. Compararse con otros menos afortunados
2. Centrarse en los aspectos de crisis
3. Crear situaciones potenciales pero peores que las que se vive
4. Identificar otros que no se adaptan con tanta facilidad a las crisis vitales
5. Identificar beneficios secundarios como por ejemplo el haber madurado en lo personal.

Este tipo de percepciones selectivas permiten aumentar la adaptación y minimizar los aspectos negativos de los eventos estresantes.

3. Evitación Cognitiva o Negación: en esta categoría se encuentran todos los esfuerzos por negar o minimizar la seriedad de una crisis. Se puede focalizar en la crisis, en las consecuencias de la crisis o en los significados a largo plazo de la misma. En algunos casos son mecanismos de defensa del sujeto ya que son respuestas que lo protegen contra el estrés, dándole tiempo para implementar otros recursos personales.

AFRONTAMIENTO CENTRADO EN EL PROBLEMA

A través de este tipo de afrontamiento se busca enfrentar la realidad de una crisis y de sus consecuencias, trabajando con los resultados tangibles y concretos y tratando de construir una situación más satisfactoria. Existen diversos tipos de respuestas:

1. Búsqueda de Información y Apoyo: en esta categoría el punto central es obtener información acerca de la experiencia vital y los cursos de acción alternativos y sus posibles resultados. Esta respuesta de afrontamiento generalmente se combina con el análisis lógico al tratar las personas de recobrar el control de sus vidas tratando de prepararse mentalmente para los problemas que tendrán que enfrentar. En este sentido, el buscar apoyo de familiares, amigos y otras personas cercanas dentro de la comunidad es una habilidad que ayuda a superar tiempos difíciles, aunque el sujeto se debate entre buscar la ayuda y autoabastecerse. Las personas que se cierran tanto en sus sentimientos como en sus interacciones sociales no cuentan con esta ayuda. Otras personas obtienen la ayuda de grupos de autoayuda u organizaciones de personas que pasan por problemas específicos. Estos grupos proveen una ayuda que no es fácil de conseguir de otra manera pues tienen la información de cómo han actuado en condiciones que han experimentado en sus vidas.

2. Resolución Activa de Problemas: Esta categoría implica realizar acciones concretas para enfrentar una crisis y sus resultados. En las personas que salen de la cárcel esto se refleja en sus planificaciones día a día para salir a buscar trabajo o retomar tareas hogareñas, estableciendo prioridades y restableciendo la autoestima deteriorada.

3. Identificar Gratificaciones Alternativas: estas habilidades incluyen los intentos de reemplazar las pérdidas vividas, como por ejemplo el tiempo que no se compartió con la familia debido al encarcelamiento, y encontrar nuevas fuentes de gratificación. Así se hacen planes a corto alcance con logros concretos y limitados que permiten enfrentar realidades cotidianas. Otros ejemplos frecuentes se encuentran en la necesidad de retomar un trabajo o un estudio como forma de redirigir las energías disponibles.

AFRONTAMIENTO CENTRADO EN LA EMOCIÓN

Este tipo de afrontamiento tiene por objetivo lograr que los

sentimientos provocados por una crisis se reorganicen y se mantenga un equilibrio afectivo. Existen diferentes tipos de respuestas:

1. Descarga Emocional: Incluye una variedad de respuestas que van desde la expresión abierta de los sentimientos de enojo o desesperación al llanto, o a los gritos, o a las bromas y chistes como forma de aliviar la tensión existente en el sujeto. También incluye el "acting out" como manera de reducir la tensión no cumpliendo con las normas sociales. El beber o fumar puede ser una forma de reducir tensiones. Estos comportamientos pueden indicar una dificultad transitoria para controlar los afectos que se alternan con un control emocional estable.

2. Equilibrio Afectivo: Estas habilidades abarcan los esfuerzos por mantener la esperanza y el control sobre las propias emociones al enfrentar la situación estresante. Esto ocurre cuando las personas reaccionan con calma a situaciones difíciles, o toleran la ambigüedad de los hechos sin reaccionar inmediatamente.

3. Aceptación y Resignación: Esta categoría abarca la aceptación de las situaciones tal como se presentan, decidiendo que las circunstancias básicas no pueden alterarse y sometiéndose a un cierto destino. En este sentido, se observan las personas que dicen que nada se puede hacer para cambiar los acontecimientos, las personas que tratan de evitar las situaciones y se retiran de los lugares donde se producen los hechos estresantes.

HIPÓTESIS

Existe diferencia estadística significativa entre el afrontamiento centrado en la emoción de personas que han cometido un delito y recuperan su libertad y personas que han atravesado otros sucesos vitales tales como migración forzosa, divorcio conflictivo o búsqueda de un empleo estando en situación de desempleo en participantes de población general.

MUESTRA

Se formaron grupos criterio de participantes por situación vital estresante: Grupo 1. Ex - Delincuentes al salir de la cárcel: N = 30. Se respetarán criterios tales como proporción por sexo, edad, nivel de instrucción, ocupación, tipo de delito, etc.; según estadísticas nacionales de 1999. Grupo 2. Población General: N = 30. Se respetará como criterio de exclusión el haber cometido un delito y como criterio de inclusión según grupo será a) encontrarse desempleado y buscando un empleo; b) estar atravesando un divorcio conflictivo; c) estar atravesando una migración forzosa. Se homologarán variables tales como sexo, edad y nivel de instrucción.

INSTRUMENTOS

Se realizará una entrevista con cada sujeto en la que se le administrará el Inventario de Respuestas de Afrontamiento (Autor: R. Moos, 1994; Traducción y Adaptación: I.M. Mikulic).

RESULTADOS

Los resultados obtenidos en cada una de las subescalas que conforman dicho inventario serán presentados en una Tabla. Para evaluar la presencia de diferencias significativas entre los grupos que han atravesado distintas situaciones vitales estresantes y la muestra de población general que no ha debido sobrellevar ninguno de los tres sucesos estresantes enunciados; se utilizó el test no paramétrico de Kruskal-Wallis, el cual permitió identificar diferencias significativas (al 1% y 5%) en las escalas de Análisis Lógico, Revalorización Positiva, Evitación Cognitiva, Aceptación, Búsqueda de Gratificaciones Alternativas y Descarga Emocional. A través del Test no paramétrico de Mann-Whitney, se hallaron diferencias significativas entre el grupo de Población General y el de Migración, en las respuestas de afrontamiento focalizadas en la emoción, particularmente en las respuestas de Evitación Cognitiva y en la de Búsqueda

de Gratificaciones Alternativas. En ambos casos los puntajes más altos corresponden a la muestra de migrados. Se observaron también diferencias significativas entre la muestra de Divorciados y la de Población General, en la escala de Búsqueda de Gratificaciones Alternativas y de Descarga Emocional, siendo la muestra de divorciados la que obtuvo los puntajes más elevados. Es en la muestra de personas que recuperan su libertad, donde se evidenciaron mayores diferencias respecto al grupo de Población General, tanto en el afrontamiento activo o focalizado en el problema, como en las respuestas evitativas. Dentro de las respuestas por aproximación, existen diferencias en las escalas de: Análisis Lógico, Búsqueda de Apoyo y Revalorización Positiva. En todas ellas el puntaje más alto corresponde a la muestra de Población General. Mientras que en las respuestas evitativas o focalizadas en la emoción, se observan diferencias en las escalas de Evitación Cognitiva y de Aceptación o Resignación, siendo el grupo de sujetos privados de libertad el que obtuvo los puntajes más elevados.

CONCLUSIONES

Los resultados de este trabajo investigativo permiten inferir que ante la situación específica de "encontrarse detenido y recuperar la libertad", los sujetos tienden a responder mediante estrategias focalizadas en la emoción, evitando pensar en el problema de manera realista, y aceptando la situación con poco uso de estrategias más activas como la revalorización positiva o el análisis lógico. Es este un aporte importante a la hora de realizar la evaluación de los sujetos que se encuentran en condiciones de ser beneficiados con Libertad Condicional ya que será relevante considerar cómo influyen estas respuestas de afrontamiento en el diagnóstico y pronóstico llevado adelante y en qué medida la toma de decisiones consecuente reflejará, en parte, dichas características del evaluado.

Sin embargo, si nos centramos en una evaluación psicológica integrativa y ecológica que considere relevante la existencia de fortalezas y potencialidades en los sujetos a evaluar así como debilidades y trastornos conductuales, es posible pensar que estas características que tienen por foco la emoción pudieran ser llevadas al foco de atención y estudiadas desde otro enfoque. En este sentido, el enfoque de Resiliencia que propone tener en cuenta las capacidades de los sujetos para afrontar la adversidad y salir fortalecidos de ella, nos permitiría complementar el estudio de los recursos de afrontamiento con otros recursos presentes en los sujetos que habiendo cometido un delito han estado en prisión y recuperan su libertad.

BIBLIOGRAFÍA

- LAZARUS, R.S.; S. FOLKMAN (1986): "Estrés y procesos cognitivos", Barcelona, España, Ediciones Martínez Roca. S.A
- LÓPEZ MARTÍNEZ, A. (1997): "Aspectos conceptuales y metodológicos implicados en la relación entre estrés y calidad de vida". En Hombrados. M I, Comp. Estrés y Salud. Valencia. Promolibro. España.
- MELILLO, A.; SUAREZ OJEDA, E.; RODRÍGUEZ, D. (2004): "Resiliencia y Subjetividad: Los ciclos de la vida", Bs. As.; Ed. Paidós.
- MIKULIC, I.M. (1998): "La Evaluación Psicológica de los Recursos Sociales y los Estresores de Vida", Buenos Aires, Ed. Sainte Claire.
- MIKULIC, I.M.; CRESPI, M. (2003): "Resiliencia y Calidad de Vida: Nuevos aportes para la Evaluación Psicológica en Contexto Carcelario", XI Anuario de Investigaciones, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires.
- MIKULIC, I.M.; CRESPI, M. (2004): "Contexto Carcelario: un estudio de los estresores y las respuestas de afrontamiento en detenidos primarios y reincidentes", XII Anuario de Investigaciones, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires.
- MOOS, R. (1986): "Coping with Life Crises: An Integrative Approach", New York, Plenum.
- MOOS, R. (1993): "Coping Responses Inventory Psychological Assessment Resources", Inc. Florida. USA.