

Universidad Autónoma de Entre Ríos
Facultad de Humanidades, Artes y Ciencias Sociales
Licenciatura en Psicología

Resiliencia en prisión.

Autora: Stefanía Solange Pezzarini

Dirección: Federico Waissmann

Paraná, 3 de mayo de 2024



Este obra está bajo una licencia de Creative Commons
Reconocimiento-Compartirigual 4.0 Internacional

RIDA Repositorio Institucional
Digital Abierto



FHAyCS
Facultad de Humanidades,
Artes y Ciencias Sociales



UADER | FHaYCS

TRABAJO INTEGRADOR FINAL
“RESILIENCIA EN PRISIÓN”

Carrera: Licenciatura en Psicología

Modalidad: Investigación de Campo

Autora: PEZZARINI, Stefanía Solange

DNI: 35.242.005

E-mail: pezzarini2@gmail.com

Director: Mg. Federico G. Waissmann

Paraná, 3 de mayo de 2024

AGRADECIMIENTOS

*A mi familia, amiga/os y compañera/os de trabajo
por brindar su apoyo incondicional, confianza en mis capacidades y motivación para
no abandonar este camino y cumplir todos mis objetivos personales y académicos.*

*A mi director, Federico Waissmann,
por haber aceptado acompañarme en este proceso, por su dedicación,
palabras de aliento, orientaciones y correcciones precisas.*

*A la Facultad de Humanidades, Artes y Ciencias Sociales (UADER)
por brindarme la posibilidad de realizar esta carrera que amo
y por transmitirme los valores de la educación permanente, pública y de calidad;
y a cada uno de los docentes que tuve el agrado de conocer,
de los cuales me he llevado aprendizajes valiosísimos para mi futuro profesional.*

*A la Unidad Penal N° 1, por permitirme realizar esta investigación
y a las personas privadas de la libertad que participaron de las entrevistas.*

Sin todos ellos este trabajo no hubiera sido posible.

RESUMEN

El presente trabajo integrador final, denominado “Resiliencia en prisión”, estuvo enfocado en dar cuenta de los pilares resilientes frente al proceso de prisionalización presentes en hombres privados de su libertad ambulatoria que se encuentran alojados actualmente en la Unidad Penal N° 1 “Dr. Juan Jose O’Connor” de la ciudad de Paraná, Provincia de Entre Ríos.

Debe tenerse en cuenta que las personas en situación de encierro se hallan en situación de mayor vulnerabilidad por sus condiciones de vida, encontrándose expuestos a determinantes sociales asociados con indicadores negativos de salud. La cárcel, en tanto institución, produce efectos subjetivantes en las personas que la transitan, un proceso de adaptación a las restricciones y leyes impuestas, que modifica los modos de relacionarse y percibirse y que, en este sentido, derivan en una institucionalización.

Abordar la situación de encierro desde la resiliencia se trata de pensar desde una nueva mirada, para intentar partir de diagnósticos de los internos en los que se encuentre algo más que trastornos -donde se hace hincapié en la patología y en un sujeto aislado, descontextualizado-, registrando los pilares resilientes con los que cuenta la persona, para trabajar a partir de allí en la observación de los espacios, los vínculos y las destrezas que puedan florecer como “sanos” en este contexto, y con ello fortalecer las posibilidades de un tránsito por la prisión un tanto más digno, que brinde herramientas útiles para la vida en libertad, para salir fortalecidos de esta experiencia.

Partiendo de estas premisas, la investigación está enmarcada como un estudio cualitativo, de tipo socio-antropológico, que tuvo como objetivo general identificar y describir elementos de prisionización, analizando componentes de resiliencia y sus pilares frente al mismo, en hombres que cumplen una pena privativa de la libertad en la Unidad Penal. Para ello se realizaron observaciones participantes y entrevistas en profundidad.

Se entrevistaron veintidós hombres privados de la libertad ambulatoria, encontrando en sus discursos que los pilares más presentes frente al proceso de prisionalización, nucleados en fortalezas intrapsíquicas, son el autoestima consistente, la introspección, la independencia, la iniciativa y la espiritualidad. En relación a las habilidades para la acción, se destacan el establecimiento de relaciones positivas, como la capacidad de analizar situaciones antes de actuar, así como el poder acudir al diálogo para resolver conflictos, la expresión de los pensamientos y los sentimientos, y pedir ayuda cuando se lo necesita. Por último, en cuanto a las competencias o respuestas amortiguadoras, se destaca el ocupar el tiempo en actividades de tipo laborales, educativas y de recreación.

Palabras clave: prisionalización, resiliencia, pilares resilientes

ÍNDICE DE CONTENIDOS

1.	INTRODUCCIÓN	4
1.1	Justificación y relevancia del problema.	5
1.2	Planteo de la pregunta - problema:	7
1.3	Objetivos de la investigación.	7
1.3.1	Objetivo General:	7
1.3.2	Objetivos Específicos:	7
1.4	Hipótesis o supuestos	7
1.5	Antecedentes – Estado del Arte.	8
2.	ENCUADRE TEÓRICO CONCEPTUAL	11
2.1.	Prisionalización	11
2.1.1	La cárcel como institución y los sujetos que la habitan.	11
2.1.2	Consecuencias del encierro en las personas privadas de la libertad	13
2.2	Resiliencia	21
2.3	Pilares de la resiliencia	26
3.	DISEÑO METODOLÓGICO	32
3.1	Plan de trabajo y cronograma	33
3.2	Técnicas de recolección y análisis de la información	34
4.	RETROALIMENTACIÓN TEORÍA-DATOS RECOLECTADOS	35
4.1	EJE N° 1: Prisionalización	35
4.2	EJE N° 2: Resiliencia	42
4.3	EJE N° 3: Pilares de resiliencia	47
5.	DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS	62
5.1	Conclusiones	62
5.2	Posibles líneas de investigación	64
6.	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	66
6.1	Bibliografía de antecedentes	66
6.2	Bibliografía teórica	66
6.3	Bibliografía metodológica	68
7.	ANEXOS	69

1. INTRODUCCIÓN

El interés por investigar esta temática surge a partir de una serie de observaciones y reflexiones logradas durante algunos años trabajando en la Unidad Penal N° 1 “Dr. Juan José O’Connor” de la Ciudad de Paraná, Provincia de Entre Ríos. Siendo Profesora en Psicología egresada de la Facultad de Humanidades, Artes y Ciencias Sociales (FHAyCS) de la Universidad Autónoma de Entre Ríos (UADER), me desempeño en la Unidad Penal como Referente Educativa. La función tiene como eje central garantizar el derecho a la educación de las personas privadas de la libertad, a través de pensar, coordinar y acompañar los distintos espacios de formación profesional, capacitación laboral y de educación en todas las modalidades del sistema educativo formal y no formal, fomentando la creación de convenios entre el servicio penitenciario e instituciones públicas y privadas, de la sociedad civil, ONGs, y promoviendo actividades educativas, recreativas, deportivas, culturales, que incrementen el vínculo con la comunidad y el acercamiento al mundo del arte.

En el marco de la labor desde el Área Educativa y desde el Departamento Educación del Servicio Penitenciario de Entre Ríos (SPER) se suele mencionar que se trabaja con lo más “sano” de las personas allí alojadas, con su potencial, brindando condiciones de posibilidad de que emerja algo distinto en su subjetividad, que puedan aprender y desarrollarse, entendiendo que en los espacios educativos confluyen diversos factores más allá de la transmisión de conocimientos, como es la experiencia de que puedan convivir distintos pabellones -que en otras circunstancias sería prácticamente imposible- y mantener el contacto con personas del “afuera”, constituyéndose en un instrumento valioso de cohesión social y un elemento generador de desarrollo que tiene la capacidad de mejorar y transformar nuestro entorno social, permitiendo a las personas privadas de la libertad adquirir nuevos valores y conocimientos y con ellos, desarrollar nuevos intereses, actitudes y capacidades que les serán de utilidad en su proceso de reinserción social.

Contraponiéndose a esta visión, en lo cotidiano puede encontrarse en los informes de primeras evaluaciones, diagnósticos de los internos en los que una gran parte de ellos es catalogado con un trastorno: trastorno antisocial de la personalidad, trastorno límite, trastorno psicopático, en donde se hace hincapié en la patología y en un sujeto aislado, descontextualizado. Es entonces que aparecen algunas preguntas: ¿habrá posibilidad de observar y registrar los pilares resilientes con los que cuenta la persona, para trabajar a partir de allí y no desde este tipo de diagnósticos? Y en relación a esto, ¿qué otros espacios, vínculos, capacidades pueden florecer como “sanos” en este contexto?

Según los últimos datos disponibles en los Informes Anuales realizados a partir del Sistema Nacional de Estadísticas sobre Ejecución de la Pena (SNEEP), que elabora anualmente la Dirección Nacional de Política Criminal del Ministerio de Justicia y Derechos Humanos de la Nación, la población privada de su libertad en Argentina al 31 de diciembre de 2022 era de 105.053 personas. En Entre Ríos a esa fecha la población carcelaria ascendía a 2540 personas alojadas en las ocho unidades penales distribuidas en distintas localidades de la provincia, siendo la más grande la Unidad Penal N° 1 de la ciudad

de Paraná, con un total actual de 935 internos, muy cerca de llegar al límite en cuanto a su capacidad operativa y posibilidad de mantener las condiciones mínimas que garanticen una vida digna.

En este sentido, es necesario remarcar que más allá de las condiciones materiales de cada unidad penal, la situación de estar privado de la libertad tiene efectos sobre numerosas dimensiones de la vida de la persona generando distorsiones afectivas, emocionales, cognitivas y perceptivas: aumento de la dependencia, devaluación de la propia imagen, disminución de la autoestima, desestabilidad de los vínculos afectivos (Echeverría Vera, 2010); lo que puede derivarse de las características propias de la cárcel como una “institución total” (Goffman, 2004): todos los aspectos de la vida se desarrollan en el mismo lugar y bajo una misma autoridad, cada etapa de la actividad diaria se lleva a cabo en la compañía inmediata de un gran número de otros, a quienes se da el mismo trato y de quienes se requiere que hagan juntos las mismas cosas y todas las etapas de las actividades diarias están estrictamente programadas mediante un sistema de normas formales explícitas. Estos efectos –conocidos como prisionización– consecuencia de penas relativamente largas, se ven aumentados por la sobrepoblación y situación de hacinamiento en la que se encuentran las cárceles en la actualidad.

Es así que la cárcel como institución exige a las personas que cumplen una pena privativa de la libertad un esfuerzo adaptativo constante al encierro. Las investigaciones de Débora Inés Grieco Monteros (2012) y Zulema Altamirano Argudo (2013) dan cuenta de una tendencia a un cambio de enfoque desde analizar las causas y clasificar la enfermedad, el malestar, a poner foco en los factores y los mecanismos que estimulan a las personas para mantener sus condiciones de salud, o bien para recuperarse cuando enfrentan graves adversidades a lo largo de la vida, cobrando fuerza el concepto de Resiliencia, que si bien no es propio del campo de la Psicología se ha ido ganando un lugar creciente entre los investigadores.

Considerando lo mencionado y que las investigaciones sobre esta temática son escasas en la Provincia de Entre Ríos, se indagó desde esta perspectiva sobre los aspectos o características resilientes que permiten a personas en condiciones de vulnerabilidad superar la adversidad, puntualmente hombres en situación de privación de libertad, partiendo desde la prevención y promoción de la salud, enfocadas a su vez en la posibilidad de brindar herramientas para el proceso de resocialización de cada sujeto.

1.1 Justificación y relevancia del problema.

La motivación que inició la reflexión sobre esta problemática es la consideración de que existe una forma instalada de pensar en la sociedad que consiste en realizar, en primera instancia, un relevamiento de todos los aspectos negativos de personas y situaciones, haciendo hincapié en patologías, malestares, delitos con sus respectivas causas y efectos. El interés desde los primeros esbozos de temas de investigación estuvo puesto, en segunda instancia, en intentar situarnos desde otra perspectiva, distinta, al focalizar en los aspectos positivos, potencialidades, fortalezas, recursos de las personas, es decir, en aquellos aspectos subjetivos que se pueden tomar como base para trabajar con los sujetos.

El caso puntual de realizar la investigación en la Unidad Penal, con personas privadas de la libertad, tiene que ver con la certeza de que desde el campo de la psicología podemos aportar conocimiento para generar algo distinto a lo que se viene pensando y haciendo, identificar los recursos y crear condiciones de posibilidad que permitan construir un camino para hacer el tránsito en prisión más digno y cumplir con el objetivo de brindar herramientas útiles para la vida en libertad, al salir fortalecidos de esta experiencia.

La presente investigación se encuentra fundamentada desde las recomendaciones a las Universidades Públicas y Privadas en el artículo 33 de la Ley Nacional de Salud Mental y Adicciones N° 26.657, en cuyo eje número 2, llamado “Inclusión Social”, se recomienda la incorporación al análisis de la situación de la Salud Mental la problemática específica que presentan los colectivos sociales que se hallan en situación de mayor vulnerabilidad y entre ellos se encuentran las personas en situación de encierro, desde un enfoque de derechos y con un criterio de equidad social, ya que se afirma que, por sus condiciones de vida, los colectivos sociales en situación de mayor vulnerabilidad se hallan expuestos a determinantes sociales asociados con indicadores negativos de salud.

Así mismo se recomienda el estudio del enfoque y las herramientas que promuevan el empoderamiento colectivo y la promoción de la autonomía de las personas en su relación con el sistema de salud; así como el análisis y conocimiento de las distintas herramientas y dispositivos de inclusión social que influyen en el proceso de mejoramiento de la salud mental y evitar la institucionalización y cronificación. En este sentido, si bien no hablamos de Servicios de Salud, sí existen en las Unidades Penales los Servicios de Psicología y podemos hacer un paralelismo en tanto la cárcel como institución produce efectos subjetivantes en las personas que la transitan, un proceso de adaptación a las restricciones y leyes impuestas, modificación en los modos de relacionarse y percibirse, que derivan en la institucionalización.

Siguiendo esta línea, la Unidad Penal como institución del Estado lleva adelante una función social imprescindible, al promover que las personas privadas de la libertad encuentren en sus propias capacidades el mejor camino para una adecuada reintegración social, contribuyendo además a mejorar condiciones personales como la educación y la salud, entre otras. Esto se realiza, tal como se establece en la Ley 24.660 Ejecución de la pena privativa de la libertad. Art. 1°, a través del “tratamiento de las personas privadas de la libertad de acuerdo con las disposiciones y reglamentaciones vigentes en pos de que el condenado adquiera la capacidad de comprender y respetar la ley procurando su adecuada reinserción social, promoviendo la comprensión y el apoyo de la sociedad”. En este sentido, el estudio de los pilares resilientes frente a la prisionalización puede brindar otros conocimientos para la diagramación de los programas de tratamiento y prelibertad, contruidos interdisciplinariamente para lograr esta finalidad.

1.2 Planteo de la pregunta - problema:

¿Qué pilares resilientes se encuentran presentes frente al proceso de prisionización en hombres que cumplen una pena privativa de la libertad en la Unidad Penal N° 1 “Dr. Juan José O’Connor” de la Ciudad de Paraná?

1.3 Objetivos de la investigación.

1.3.1 Objetivo General:

- Identificar y describir elementos de prisionización analizando componentes de resiliencia y sus pilares frente al mismo, en hombres que cumplen una pena privativa de la libertad en la Unidad Penal N° 1 “Dr. Juan José O’Connor” de la Ciudad de Paraná.

1.3.2 Objetivos Específicos:

- Describir el proceso de prisionización en base a los significados otorgados por las personas privadas de la libertad.
- Reconocer en los discursos de las personas privadas de libertad aquellos aspectos que remiten a la resiliencia.
- Problematicar a través de los discursos de las personas privadas de libertad los pilares resilientes.

1.4 Hipótesis o supuestos

El hecho de cumplir una pena privativa de la libertad ambulatoria constituye una experiencia adversa que produce sufrimiento psíquico debido a la interrupción de la cotidianeidad de la vida de los sujetos y la separación de los afectos y la sociedad en general, así como también por las distintas consecuencias que genera el encierro, tanto físicas, psicológicas como sociales, derivadas del proceso de adaptación al ámbito carcelario, conocido como prisionización o prisionalización.

En este sentido ante estos embates existen mecanismos psicológicos, puntualmente se focalizará en la resiliencia, que permiten a la persona sobrellevar la situación y hasta ser fortalecidos por ella. En algunos casos estos mecanismos, los pilares resilientes, se encuentran mayormente desarrollados que en otros, dependiendo de factores individuales, familiares y sociales.

1.5 Antecedentes – Estado del Arte.

Se tomaron como antecedentes investigaciones, tesis de grado y doctorado, teniendo en cuenta el contexto donde se realizará la investigación así como los efectos de este sobre los sujetos, el concepto de resiliencia y pilares resilientes, agrupándolos en los siguientes ejes temáticos:

- *Prisionalización, institucionalización, o los efectos subjetivantes del ingreso a un organismo reglado.*

Altamirano Argudo Zulema en su tesis doctoral denominada “*El bienestar psicológico en prisión: antecedentes y consecuencias*” (2013) contribuye en este momento exploratorio del estado de la cuestión a caracterizar el contexto carcelario como un factor de riesgo/estresante frente al cual las personas deben instrumentar recursos para afrontar, planteando respecto del impacto de la reclusión sobre el individuo, que la estancia en prisión conlleva una situación adversa debido a dos aspectos principales: un nivel de estrés percibido más alto dentro de prisión, y un alto nivel de malestar derivado de las molestias diarias. Estas dos situaciones desgastan psicológicamente a la persona, y también le afectan a nivel emocional y físico. A ello se le une un alto nivel de hostilidad, ciertos rasgos paranoides derivados de las relaciones interpersonales dentro de prisión basadas en la desconfianza, el recelo y el estado de alerta, y la pérdida de vínculos afectivos con el alejamiento de su red de apoyo social, lo que deriva en una importante sensación de soledad. El objetivo de la investigación planteada es analizar la asociación existente entre el nivel de bienestar psicológico de las personas que se encuentran reclusas en prisión y determinados factores antecedentes - estresores y recursos- relacionados con el proceso de estrés que está viviendo durante su estancia en la cárcel. También se desean conocer las consecuencias de relación entre variables antecedentes y funcionamiento psicológico positivo, en concreto, su efecto sobre el estado de salud mental y las conductas desadaptadas más frecuentes en los reclusos. Frente a esto concluye que los recursos con los que cuenta el interno, especialmente la percepción que él tiene de la calidad de su red de apoyo social, pero también algunas de sus estrategias de afrontamiento y creencias positivas sobre el mundo, le sirven para contrarrestar los efectos nocivos del encarcelamiento, y su nivel de bienestar psicológico no se ve alterado, en líneas generales, por su entrada en prisión.

Las investigaciones de María Raquel Cruz Carpena (2015) y María Paula Gonzalvo Ranise (2015) contribuyen a problematizar la cuestión de la institucionalización, no en el marco de una unidad penal sino en residencias geriátricas, dando cuenta que el ingreso a una institución que tiene cierta lógica de funcionamiento y normas que controlan la cotidianeidad de la vida de los sujetos, tienen efectos en su subjetividad.

“*Bienestar psicológico y resiliencia en adultos mayores institucionalizados y no institucionalizados*” (Gonzalvo Ranise, 2015) tuvo como objetivo indagar la relación entre los niveles de bienestar psicológico y resiliencia en adultos mayores institucionalizados y no institucionalizados, obteniendo como resultado que los adultos mayores que residen en instituciones geriátricas presentan

menor nivel de bienestar psicológico y resiliencia. Al mismo tiempo, señala que los altos niveles de bienestar psicológico se relacionan con una resiliencia alta, tanto en los adultos mayores institucionalizados como en los que no lo están. La institucionalización rompe con la lógica de la vida cotidiana: las actividades son desarrolladas en un mismo lugar, la planificación de las mismas responde a los objetivos de la institución y no a necesidades personales, las personas están acompañadas permanentemente por otras y haciendo juntas lo mismo, las secuencias de las actividades están programadas e impuestas a través de normas explícitas vehiculizadas por el personal especializado, y una misma actividad rige para todos. La institucionalización tiende a potenciar los síntomas orgánicos y afectivos ya existentes debido al aislamiento, la falta de estímulos, la monotonía y la reglamentación que domina la vida cotidiana de las personas, lo cual altera el bienestar psicológico y la resiliencia en los adultos mayores institucionalizados.

“Papel de la resiliencia en personas mayores institucionalizadas” (Carpena, 2014) tuvo como objetivo conocer la relación entre la resiliencia y algunas variables relacionadas con la adaptación al ingreso en una residencia (estrés percibido, depresión, ansiedad y calidad de vida). Se encontraron correlaciones entre una mayor resiliencia y un menor grado de depresión y una mejor calidad de vida subjetiva y objetiva, no se encontró correlación con el grado de ansiedad o estrés. La resiliencia guarda relación con algunas pero no todas las consecuencias de la institucionalización en personas mayores.

- *Resiliencia: afrontar la adversidad*

Pilares resilientes en los cuidadores de pacientes pediátricos bajo cuidados paliativos con una enfermedad amenazante y/o limitante para la vida”, es una tesis de grado de nuestra casa de estudios realizada por Marisa Dittler en 2015 que tuvo como objetivo describir las características de los pilares resilientes relevantes que se presentan en el cuidador durante el periodo de cuidados paliativos de niños con una enfermedad amenazante y/o limitante para la vida. La misma permite tener una mirada macro sobre los pilares resilientes teniendo en cuenta que estos se construyen a lo largo de las distintas vivencias de la vida, ya que se trata de un ensamble de condiciones intrapsíquicas, relacionales y ambientales. Si bien la situación de malestar y estrés es totalmente diferente ya que realiza la investigación en el Hospital de niños San Roque de la ciudad de Paraná con cuidadores de los niños, es muy interesante como indaga en las historias de vida lo que me permite hacer una correlación de las experiencias de los hombres privados de libertad donde muchos han sido excluidos del sistema social antes de ingresar a la unidad penal; atraviesan duelos, se institucionalizan, lo que puede o no llevar a un aprendizaje enriqueciendo pilares ya existentes o bien poniendo de manifiesto nuevos. Esta tesis concluye que la resiliencia puede estar presente sin que haya sido la enfermedad del niño el desencadenante.

Kattia Steffani Guevara Yalta en su tesis de grado *Autoconcepto y Resiliencia en mujeres presidiarias, por primera vez y habituales de una institución penitenciaria de Trujillo* (2018), busca determinar la relación entre estas variables, teniendo en cuenta los factores académico, social, emocional, familiar y físico del autoconcepto, y las dimensiones capacidad de autoeficacia, capacidad de propósito y sentido de vida, y evitación cognitiva de la resiliencia. Como resultado obtiene que el autoconcepto incide

en forma positiva en la Resiliencia tanto en mujeres privadas de la libertad por primera vez como reincidentes. La relación fue estadísticamente significativa para los factores social, emocional, familiar y físico; y en magnitud moderada para el factor académico, señalando que en cuanto se produzca una mejora en las modalidades de autoconcepto mejorará la capacidad de resiliencia y viceversa. Así mismo se evidenció que no habría diferencias significativas entre las variables entre mujeres penadas primarias o reincidentes.

Resiliencia y su relación con variables personales, penales y penitenciarias en mujeres presas, es un estudio realizado en 2018 por Arenas García Lorea y Duran Duran Auxiliadora, que analiza bajo el prisma teórico de resiliencia sugerido por Grotberg (2002), las fortalezas internas, la capacidad de afrontamiento y el apoyo social percibidos de las reclusas de la prisión de Málaga (España). La hipótesis inicial sostiene que ciertas variables personales (edad, sexo, abuso de sustancias), penales y penitenciarias (experiencias previas en prisión, tipo de delito, duración de la condena) están relacionadas con la resiliencia. Los principales resultados del estudio señalan niveles relativamente altos de resiliencia, lo que sustenta una de las ideas principales del estudio: que las personas pueden ser resilientes a pesar de vivir en ambientes de alta vulnerabilidad psicosocial y la importancia de diseñar programas centrados en factores de riesgo y protección para orientar la intervención, a partir de evaluaciones dinámicas e integrales basadas en el conocimiento exhaustivo del perfil de la persona privada de la libertad que contenga características, necesidades, recursos y fortalezas.

Por último *Proyecto de vida y Educación Universitaria en sujetos privados de su libertad* es un trabajo integrador final para obtener el título de Licenciada en Psicología de nuestra universidad desarrollado por Antonella Della Ghelfa en 2021, en la Unidad Penal N° 1 de la ciudad de Paraná. Su objetivo fue dar a conocer el proyecto de vida de los sujetos privados de su libertad que transitan carreras universitarias. La investigación concluye que la Educación en contexto de encierro posibilitaría y aportaría, a través de las aspiraciones y posibilidades que cada uno de los sujetos tiene, a la construcción de un Proyecto de Vida a través de un desarrollo pleno y saludable. La importancia de este estudio para la investigación en curso se trata no solo de compartir los sujetos sino también del enfoque teórico adoptado en el cual se utilizan los aportes de la psicología positiva y la psicología humanista existencial, tomando el proyecto de vida como uno de los elementos de la resiliencia.

2. ENCUADRE TEÓRICO CONCEPTUAL

Se trabajarán los conceptos centrales: prisionización, resiliencia y pilares resilientes.

2.1. Prisionización

2.1.1 La cárcel como institución y los sujetos que la habitan.

Desde una conceptualización contemporánea y a priori, se puede definir a una prisión o cárcel como un establecimiento donde son confinadas las personas detenidas por el sistema de seguridad y penal del Estado, ya sea para el cumplimiento de un proceso o una condena. La cárcel (Salinas, 2006) es una institución pública destinada a dar una respuesta a determinados conflictos sancionados por el código penal, siendo lo único que tienen limitado los internos, en virtud de la sentencia judicial y la ley, la libertad ambulatoria. El encierro constituye y agota en sí la sanción; esto significa que la privación de la libertad ambulatoria es el tope del castigo y que la persona es encarcelada a título de sanción y no para ser castigada más allá de ella. La persona privada de su libertad conserva todos los derechos no afectados por las leyes y la condena.

Como plantea Florio (2010) las cárceles, los hospicios, los psiquiátricos y los barrios estigmatizados en los que habitan los más pobres, son espacios de exclusión, dispuestos para aquellos que difieren de las condiciones consideradas normales por determinada concepción del poder. De todas estas instituciones, la cárcel permite observar claramente la exclusión social entendida como un proceso en el cual se ubica a personas o grupos en lugares cargados de significados que el conjunto social rechaza y no asume como propios. El tiempo y el espacio en que el sujeto es aislado se constituyen en un estigma social permanente. El hombre preso es puesto aparte, depositado en una celda, aislado de toda referencia comunitaria: está excluido de su familia, de su vida societaria, de la administración de su propio tiempo y espacio. La institucionalización desnaturaliza a las personas al separarlas de sus grupos de identificación, rotulándolas con un estigma que contribuye a aumentar su vulnerabilidad, tanto psíquica como social, coartando sus posibilidades futuras de vivir integradas a la sociedad a la que pertenecen. Los vínculos y los intercambios disminuyen y se les niega a estas personas el acceso a espacios socialmente valorados, solo interactúan con aquellos que comparten su misma condición.

Las trayectorias vitales de las personas privadas de libertad están atravesadas por experiencias que incrementan su vulnerabilidad, entendida como “proceso multidimensional que confluye en el riesgo o probabilidad de un individuo, hogar o comunidad, de ser herido, lesionado o dañado ante cambios, o la permanencia de situaciones externas y/o internas” (Busso, 2001, pág. 40).

El objetivo central del sistema penitenciario desde su surgimiento es regenerar a un individuo y convertirlo en un elemento útil al sistema productivo, un elemento dócil y obediente, en un individuo “normal”, con aspiraciones normales, con una vida típica, respetuoso del orden que no cuestiona, que no transgrede, que es temeroso de los posibles castigos que el sistema le aplicará en caso de que no se ciña al modelo de persona que este necesita para su buen funcionamiento como sociedad. La base principal de la condición de “resocializado” es estar disciplinado para ser un “buen” ciudadano.

Las cárceles -en términos generales- poseen una lógica básica de orden y disciplina que apunta a moldear según el estereotipo social aceptado hacia el cual la “resocialización” esté dirigida. Y, si bien es el instrumento de control más absoluto que se ejerce sobre la persona, es el que falla con mayor frecuencia en sus propósitos, fuera del tiempo que la persona permanece institucionalizada. Este hecho es un factor común a los mecanismos formales de control que se activan mediante la represión, dado que solo logran aplacar o impedir una acción que de todas formas puede ocurrir en otro momento, pues no logra abolir las causas de la acción sino sólo pararla en el momento en que se iba a producir.

En este contexto, adverso desde muchos lugares, el sistema carcelario repite intentos de cambiar el paradigma desde el cual la persona mira su realidad o proyecta su vida. Difícil tarea cuando prima la estigmatización social sobre los internos, aún cuando recuperan su libertad, las políticas públicas no resultan suficientes ni efectivas para estos propósitos y no se llevan a cabo cambios estructurales en el sistema que permitan encauzar los esfuerzos.

Como plantea Goffman (2001), la cárcel en tanto institución total, definida como “lugar de residencia y trabajo, donde un gran número de individuos en igual situación, aislados de la sociedad por un periodo apreciable de tiempo, comparten en su encierro una rutina diaria, administrada formalmente” (pág. 13), presenta características particulares que influyen en el comportamiento de los sujetos afectando su mundo habitual, generando una tensión entre el mundo cotidiano de los internos y el mundo institucional.

En esta misma línea -y si bien no es la intención del autor hablar de las Unidades Penales- es interesante tomar los aportes de Benyakar (2006) para pensar la cárcel como un entorno disruptivo, en tanto puede conceptualizarse como un “contexto vital en el que se dislocan las relaciones entre las personas y entre éstas y el medio físico y social” (pág. 69), a partir de las siguientes características que señala como distintivas de estos entornos:

La ruptura de las reglas de juego como consecuencia de la ineptitud y hasta la caducidad lisa y llana de algunas de las normas escritas y consuetudinarias que organizaron la vida social; la inversión del sentido de las instituciones sociales que se tornan incapaces de cumplir con las funciones para las que fueron creadas; la incertidumbre patológica y la desconfianza hacia todo y todos que se apodera de los sujetos, y una percepción distorsionada de la realidad y de sí mismos que sume a las personas en profundo desconcierto. (pág. 72 y 73)

En tanto institución total o entorno disruptivo, la cárcel genera una ruptura con el exterior que despoja al sujeto de sus roles, hábitos y hasta de sus propias modalidades defensivas y respuestas habituales que le servían para encarar conflictos en el exterior. Por otro lado se produce muchas veces la vulneración de derechos que deberían garantizarse por parte del estado y como se mencionó en cuanto a su finalidad, se presentan dificultades en el proceso de resocialización implicando que el tránsito en prisión este marcado mayormente y solamente como un castigo y distanciamiento de la persona de la sociedad.

Al mismo tiempo esta transición ecológica introduce cambios en el contexto interpersonal de los individuos y en la disponibilidad de recursos y redes de apoyo, en virtud del distanciamiento y separación respecto de otros significativos, y por otra parte se trata de un entorno con características propias y cargado de amenazas, señales de un peligro que atenta contra la integridad la persona tanto física como psicológica, que genera nuevos estresores y sucesos vitales negativos, que serán detallados con más detenimiento a continuación.

2.1.2 Consecuencias del encierro en las personas privadas de la libertad

Se denomina prisionización al conjunto de transformaciones que la institución carcelaria genera como consecuencia de la imposición de penas privativas de libertad relativamente largas. En este sentido, la cárcel como institución exige de las personas un esfuerzo adaptativo constante al encierro, algunos de sus efectos están dados por la internalización de conductas y la naturalización de ciertas prácticas -la persona asume, sin ser consciente de ello, el código de conducta y de valores que dan contenido a la subcultura carcelaria (lenguaje, costumbres, tradiciones, gestos)- así como distorsiones afectivas, emocionales, cognitivas y perceptivas.

Varios autores (por ejemplo: Valverde, Clemente, Munse) coinciden en el ordenamiento de las distintas etapas que va atravesando una persona presa: 1. Ruptura con el mundo exterior y consecuente privación, drástica disminución y sustitución de estímulos sensoriales. El preso se integra a un mundo pequeño con celdas, cerrojos y muros. 2. Mutilación del yo. La prisión se presenta con una sucesión de rituales que le hace perder su identidad. Comienza un proceso de despersonalización, que lo lleva a ser un “número” dentro de un colectivo masificado. 3. El hacinamiento, la pérdida de intimidad, las ceremonias degradantes como las requisas, las formaciones de recuento, la reglamentación de las mínimas actividades cotidianas, lo llevan a un proceso de infantilización y de ausencia de responsabilidad personal. Florio Alberto (2010, p22)

García Borés Espí (2003) y otros autores como Valverde Molina (1991) hablan de los impactos en la individualidad de la prisionización, que se detallan a continuación utilizando las categorías elegidas por este último autor.

- Consecuencias somáticas
 - Alteraciones sensoriales

Como consecuencia del encierro todos los sentidos se encuentran afectados. En el caso de la vista la permanente ruptura del espacio - dividido en compartimentos consecuencia del énfasis en la seguridad-, dificulta la visión a distancia con lo que a partir de un tiempo en la cárcel, la persona privada de la libertad precisa la utilización de anteojos. Por otro lado existen grandes contrastes de iluminación así como un escaso contraste de colores lo que trae como consecuencia dolores de cabeza frecuentes -provocados por la escasa corrección de los problemas visuales, así como por estar muchas horas al día en espacios cerrados-, deformación de la percepción visual y perturbaciones espaciales, que implican dificultad para medir las distancias.

De igual modo la estructura penitenciaria -y la situación de hacinamiento en que viven las personas alojadas- afecta la audición debido a que se escucha un rumor permanente y un elevado nivel de ruido, trayendo como consecuencias problemas de oído, dolores de cabeza, problemas de concentración, etc. Asimismo la monotonía de los ruidos, la ausencia de sonidos propios de la calle, contribuye también a “vivir la cárcel”, a interiorizarla, lo que puede prolongar en el tiempo la cárcel mental después de que la persona haya salido en libertad.

También se ve afectado el olfato, en principio porque la cárcel tiene un olor propio, y a su vez existe una profunda monotonía de olores, sobre todo, ausencia de olores de fuera.

La alteración del sentido del gusto se da una vez más por la monotonía de los sabores, propio del encierro y derivado de la dificultad de cocinar en espacios diseñados para una menor cantidad de personas y con un presupuesto limitado, por lo que la comida suele ser insípida, con ausencia de muchos tipos de sabores, cuyo recuerdo se llega a perder conforme aumentan los años de encarcelamiento. Y como ocurre con el resto de los sentidos, esta pobreza sensorial contribuye a empobrecer la vida de la persona privada de la libertad.

- Alteraciones de la imagen personal

La prolongación del encierro lleva a un déficit en la percepción del propio cuerpo, lo cual se asocia a la falta de intimidad de la vida en la cárcel y la evitación de mirarse al espejo en el caso de tenerlo. Por otro lado, debido a las perturbaciones visuales mencionadas la persona mide mal las distancias, a causa de una confusión entre los límites del propio cuerpo y los del entorno. Como consecuencia la persona tiene problemas para asumir su propio cuerpo, lo que puede conducir junto a otros factores a tener dificultades para asumir su propia identidad. Una segunda consecuencia de esta alteración de la imagen corporal es la falta de cuidado personal. La cárcel, por deficiencias en las instalaciones (a causa del hacinamiento, del escaso énfasis institucional en la habitabilidad de las cárceles), y seguramente la vida previa, lleva a que la persona privada de su libertad descuide su cuerpo, descuide su alimentación, no prevenga posibles

enfermedades, situación que se agrava con el consumo de sustancias. El bajo nivel de cuidado personal puede ser un indicador del estado de ánimo, y puede entenderse como una de las consecuencias de vivir en un permanente presente, sin proyección de futuro y sin experiencia del pasado, como por la ausencia de motivaciones para asearse. Esto va a contribuir con otros elementos, a que tenga una mala imagen de sí mismo, y va a repercutir en sus posibilidades posteriores de adaptación social y de vida relacional.

- Agarrotamiento muscular (tensión muscular)

En función de la prolongación del encierro y de su dureza, la persona suele tener los músculos fuertemente agarrotados, y ello debido al exceso de grasa en la alimentación, la escasa movilidad que provoca la restricción del espacio disponible y el hacinamiento, así como la ansiedad y la permanente sensación de peligro con que se vive en la cárcel, que lleva a la persona a estar en un permanente estado de alerta.

Debido a ello son frecuentes las contracturas y dolores musculares; movimientos rígidos; y sobre todo, alteraciones del sueño derivadas de no poder encontrar una postura que no cause dolor. De ahí la importancia del uso de técnicas de relajación como intervención en la cárcel; ayudar a la persona a poder dormir no es poco importante y mejorará su calidad de vida.

- Consecuencias psicosociales

- Cotidianización de la vida

Como plantea Goffman la cárcel es un ambiente total, de veinticuatro horas, donde vive la persona privada de la libertad el tiempo que sea determinado por el Juzgado correspondiente. Todo se estructura en torno a la cárcel por lo que la persona debe adaptarse de la manera más eficaz.

La cotidianización de la vida refiere a vivir el “día a día”, sin ninguna otra consideración, tratando de evitar el máximo de dolor y conseguir el mayor placer posible a través de un comportamiento reactivo que le hace responder a lo que se le viene encima, lo que tiene como consecuencia fundamental la relevancia que adquieren las pequeñas cosas de la vida, que, por su ausencia en ese lugar, se convierten en esenciales, y es una evidencia más de la pobreza de la vida allí.

De la misma manera, esa cotidianización de la vida que dificulta mirar hacia adelante, también crea dificultades cuando la persona pretende mirar atrás, reelaborar el recuerdo para conseguir tener una historia, una biografía en la que asentarse o contra la que rebelarse. Asimismo, esta cotidianización dificulta elaborar el pensamiento que trasciende lo inmediato y superar el fatalismo.

- Dominio o sumisión frente a la institución y en las relaciones interpersonales

La cárcel en sus orígenes ha sido concebida como un espacio para castigar y si bien actualmente se espera que también sea un espacio para integrar, aún subsisten instituciones penitenciarias con ideologías, formas de trato e infraestructura que más bien tienden al aniquilamiento. Esto conduce a una inevitable pérdida de autoestima, que la persona necesita recuperar de alguna manera siendo la única a su alcance - con las limitaciones de su historia de vida y su situación- el enfrentamiento ante ese medio tan hostil, un enfrentamiento absolutamente desigual.

Para la institución, ese enfrentamiento va a ser considerado como una muestra de inadaptación, cuya consecuencia será el endurecimiento institucional. Sin embargo puede considerarse como un indicador de salud mental, como un mecanismo de defensa de la propia autoestima, pudiendo encontrar un menor deterioro en las personas que se enfrentan frente a quienes se someten. Para resistir la agresión institucional, la persona va a necesitar apoyo. Una fuente a menudo es la droga, mientras que otra es la pertenencia a un grupo que le sirva de sostén y donde pueda sentirse acogido e incluso protegido.

En cuanto a la sumisión, implica un sometimiento absoluto a la institución, que tiene también consecuencias en la cárcel y, sobre todo, después del encierro. En principio la reclusión será más suave, con más concesiones por parte de la institución, y con pocas o ninguna sanción. A cambio, se va a encontrar al margen de la sociedad de los reclusos, con lo que su sentimiento de soledad será muy intenso.

En la cárcel la sensación de peligro es evidente, y este proviene tanto de la sociedad institucional como de la sociedad de los reclusos lo cual aumenta la ansiedad que se cronifica. Es un entorno violento donde todo se vuelve violento, y quien puede dominar lo hace.

La amistad es difícil, sobre todo a causa de la violencia de la situación en la que viven las personas privadas de la libertad, a lo que probablemente se añade la historia previa, egocentrismo, primariedad, etc. En muchos casos la persona encuentra dificultad para asumir su autonomía personal.

Paralelamente, y también en parte a causa de la vida en la cárcel, es muy posible que tenga problemas de identidad.

- Alteración de la sexualidad

Las relaciones sexuales con personas del exterior se encuentran afectadas por el espacio penitenciario, por las normas de funcionamiento (controles de salud de las personas y requisas) y por el hacinamiento. En cuanto al espacio, el énfasis en la seguridad y no en la habitabilidad hace que los lugares en que se producen los encuentros íntimos sean fríos y deficientemente equipados.

Por otra parte, como efecto del hacinamiento y de la escasez de espacios para esa finalidad, el tiempo es corto, la relación sexual no se produce como resultado de un proceso de acercamiento, con seducción e incluso con rutina, se basa en la genitalidad. Este tipo de relación sexual tiene también consecuencias para la pareja, que a menudo llega al encuentro íntimo con miedo, con ansiedad y vergüenza.

Como se ha dicho existe una cierta dureza emocional. Ello lleva también a una rigidez profunda en la relación sexual, una profunda ausencia de fantasía

Cuando la persona presa no tiene posibilidades de encuentros sexuales, incluso cuando su tendencia sexual es heterosexual, puede llegar a mantener relaciones homosexuales, sobre todo cuando el encarcelamiento se prolonga, como alternativa sexual ante una realidad de necesidad.

- Alteraciones de la afectividad: sensación de desamparo y sobredemanda afectiva

En las primeras etapas, las manifestaciones más evidentes suelen ser una elevada agresividad - como una rebelión contra la percepción de la vulnerabilidad como contra la institución- y una acusada dureza emocional. La persona presa bloquea profundamente su capacidad de afecto y, por eso, aparece como inafectivo, indiferente, lábil; necesita proteger su yo, su propia autoestima, fuertemente puesta en peligro por el encarcelamiento. A esto se añade la brusquedad de la entrada en prisión, la obligación de pasar de vivir de prisa, a una velocidad desquiciante, a la lentitud de la vida en la cárcel, sin nada que hacer y sin poder hacer nada. Se convierte en una especie de “fiera enjaulada”, y es muy difícil conectar con él.

Debajo de esas apariencias a menudo se encuentra una profunda sensación de desamparo y una, sobredemanda afectiva, consistencias comportamentales, derivadas de la vulnerabilidad y que se manifiesta en la cárcel de una manera muy compleja, cuidadosamente tapadas para no “bajar la guardia” mientras que allí tampoco son frecuentes las situaciones que llamen a la ternura. Como consecuencia, se evidencia una infantilización de sus relaciones afectivas, utilizando estrategias propias de otras edades, como el chantaje afectivo o provocar lástima, manteniendo enamoramientos casi compulsivos, absolutos, que suelen implicar una enorme cantidad de demandas a la pareja. Esta forma trae un profundo sufrimiento y aumenta la soledad de la persona; sirve de amplificador de otros problemas como la ausencia de control de la propia vida, la ansiedad o el egocentrismo y, sobre todo, con la ausencia de perspectivas de futuro.

- Pérdida de vinculaciones

A partir de la detención y posterior entrada en prisión, la persona se encuentra en una situación de aislamiento tajante: sus contactos con el mundo exterior se verán anormalizados en su realización y van a ser filtrados por la institución, trayendo como consecuencia con el paso del tiempo que muchas personas vayan distanciando sus visitas y otras dejen de asistir, lo que va a aumentar el sentimiento de soledad y de desubicación.

El tiempo de prisión suele ser un tiempo vacío de contenido. La prolongación del encierro hará que la persona privada de la libertad vaya perdiendo la noción de la realidad exterior, con lo que sus recuerdos se irán distorsionando e idealizando, también como reacción adaptativa, y eso también le traerá problemas posteriormente.

En libertad, asociada a esta pérdida de vinculaciones, es muy posible que la persona experimente la sensación de no encajar, de haber perdido su sitio ya que las personas de su entorno han continuado con

sus vidas, y la persona que está en la cárcel va dejando de contar con ellas. Por otro lado, suelen tener una considerable dificultad para establecer vínculos emocionales tanto a nivel amoroso como a nivel de amistad, por lo que su sentimiento de soledad se acrecienta.

- Estado permanente de ansiedad

En la prisión se está siempre en peligro, y ello desarrolla en el recluso un estado de permanente ansiedad, que no solo lo va a hacer muy propenso a padecer enfermedades digestivas, sino que va a derivar hacia la manifestación de la ansiedad como una consistencia comportamental que se generalizará a todo tipo de situaciones y que lo conduce a vivir, aún con más estrés, las permanentes tensiones de la vida en la cárcel, aumentando con ello las situaciones de riesgo y, por lo tanto, la ansiedad.

Las consecuencias en la cárcel son evidentes, esencialmente la dependencia de la droga, con la que consigue “pasar de todo”, cada vez por menos tiempo y a cambio de aumentar a menudo profundamente la dependencia, lo que lo va a poner prácticamente a merced de los que controlan la droga en la cárcel y, con ello, sus últimos resquicios de autocontrol van a desaparecer.

- Exageración del egocentrismo

Habitualmente, la historia de vida de la persona detenida lo ha llevado a centrarse en sí mismo, sobre todo desde que comenzaron los enfrentamientos con la justicia y percibió su vulnerabilidad. Esto se ve aumentado en la cárcel ya que ante las agresiones que le llegan por todas partes, su mecanismo de defensa de la propia salud mental para proteger su propio yo lo lleva a una exageración del egocentrismo. Todo se ve en función del interés propio. La sensación de peligro dificulta el establecimiento de relaciones de solidaridad con sus compañeros.

En la cárcel, la principal consecuencia es la soledad, que lo conducirá posiblemente a la droga y al fatalismo. Cuando salga en libertad, este egocentrismo, unido a la pérdida de vinculaciones, a la sobredemanda afectiva, infantilismo, etc., le traerá una dificultad para establecer relaciones amorosas y de amistad.

- Ausencia de responsabilización

En la prisión todo está preestablecido y la vida sigue su curso al margen del interno, que apenas tiene influencia sobre las decisiones que se toman sobre él. Esto conlleva a que adopte una actitud pasiva, esperando que las cosas “le vengán dadas”, especialmente en lo que respecta al aspecto institucional de la vida en la prisión, postura que, por otra parte, viene claramente apoyada por el fatalismo. Esta situación desemboca en una auténtica delegación de la responsabilidad de la propia vida en el entorno institucional. El individuo se va limitando a aceptar pasivamente con una enorme apatía, que se va a convertir, en gran parte, en el hilo conductor de su vida.

Esta ausencia de responsabilización será una de las consistencias actitudinales desarrolladas en la prisión que más van a perturbar las posibilidades de aprovechar las pocas oportunidades que se le ofrezcan al obtener la libertad. Sin ningún tipo de preparación, el individuo pasa de la cárcel, donde se le dice todo lo que tiene que hacer, cómo hacerlo y dónde hacerlo, a la situación de libertad, en la que ha de tomar sus propias decisiones, planificar y dirigir su propia vida, a menudo sin ayuda, con un sistema de funcionamiento completamente distinto del que estaba acostumbrado en la cárcel y con unos fuertes impedimentos.

- Ausencia de control sobre la propia vida

En estas condiciones de vida, ante una situación institucional poderosa, violenta y anormalizadora, y ante unas relaciones interpersonales fuertemente jerarquizadas y centradas en la dominación, la persona privada de la libertad llega prácticamente a no tener ningún control sobre su propia vida.

En primer lugar, a nivel institucional depende por completo del régimen de la prisión, que va a dirigir todas sus actividades. Nada dependerá de él. En la cárcel, la capacidad de elección del individuo queda reducida a la mínima expresión. Ni puede planificar su tiempo ni el lugar donde desea estar en cada momento. En la mayoría de las situaciones, es la institución quien decide dónde va a estar y qué va a hacer, incluso si va a hacer algo, o simplemente nada. Además, las consecuencias de su comportamiento van a depender de cómo sean evaluadas por el personal de la unidad penal, lo que casi siempre será percibido como arbitrario, en función de la actitud de enfrentamiento sistemático con la institución penitenciaria, y por generalización de esa actitud hacia la institución a todo el personal que, de una u otra forma, la representa.

En segundo lugar, a nivel de las relaciones interpersonales, su conducta se va a ver fuertemente presionada por las relaciones de poder, y en función del lugar que ocupe en ellas. Así, por ejemplo, sin mayores motivos el sujeto se puede ver obligado a una pelea de consecuencias imprevisibles para su futuro, e incluso para su propia vida, o a participar en un motín pues, como ya se ha mencionado, casi nada depende de él sino del contexto que lo rodea.

Cuando salga en libertad y quiera vivir de otra manera, tendrá que asumir el protagonismo de su propia vida para lo que necesitará ilusión, fuerza y expectativas de futuro.

- Fatalismo y ausencia de expectativas de futuro

Relacionado a lo dicho anteriormente la persona privada de la libertad no puede controlar su presente ni planificar su futuro. Tanto por la extrema primariedad del comportamiento que lo caracteriza, como por la imprevisible dirección de su vida en la cárcel, el individuo no es capaz de diseñar su futuro, de planificar su conducta en función de unas expectativas que no está en condiciones de establecer.

Es por ello por lo que el fatalismo supone una de las principales consecuencias del proceso de inadaptación social, y en la cárcel se presenta con unas características especiales. A lo largo de su vida, la

persona que acaba en la cárcel ha aprendido que las cosas “le vienen dadas”, que apenas puede modificar las circunstancias vitales y su pensamiento se reduce a que “lo que tenga que ocurrir, ocurrirá”, y que él no tiene ningún poder para evitarlo. Por una parte, eso le enseña a adaptarse sorprendentemente bien a las situaciones en las que se ve envuelto e incluso a sacar todo el provecho posible de lo que le vaya ocurriendo en la vida. Esa consistencia comportamental o “habilidad instrumental” implica una adaptación momentánea a la situación estimulante concreta a la que se enfrenta en cada momento, pero sin prever el futuro, sin tener en cuenta las consecuencias futuras de esa adaptación al “aquí y ahora”, lo que se ve claramente aumentado por la inmediatez del comportamiento que manifiesta, al no haber tenido la posibilidad de desarrollar una secundariedad que le permita prever y planificar.

- Anormalización del lenguaje

Progresivamente, conforme va avanzando el proceso de prisionización, la persona va asumiendo determinados términos verbales exclusivos de la cárcel, así como una entonación peculiar, e incluso una gesticulación diferente. De esta manera asimila la cárcel también a nivel lingüístico, y la forma de hablar se va incorporando a su proceso de encerramiento, convirtiéndolo en otro elemento de exclusión, además de ser una característica importante de ese “sistema social alternativo” que es la cárcel.

Entre las características de este lenguaje se destacan:

- En cuanto a las palabras: uso de términos exclusivos del medio penitenciario, y de palabras que en la cárcel adquieren una significación especial y que definen al individuo como preso, perteneciente a la sociedad de los reclusos.
- En cuanto a las construcciones gramaticales: empleo de frases breves y poco elaboradas, lo que lleva a un lenguaje rígido.
- En cuanto al lenguaje: en primer lugar, la utilización de un lenguaje cuyo objetivo no es la comunicación, salvo en sus niveles más rudimentarios; un lenguaje exclusivamente informativo, que responde a las demandas situacionales concretas. En segundo lugar, el lenguaje de la cárcel es muy pobre en matices personales.

En general todos los internos hablan igual, utilizando las mismas frases hechas. La pobreza de las relaciones con el exterior y el contacto permanente con las mismas personas, con las que no se suelen mantener relaciones interpersonales estrechas, empobrece el lenguaje, ya que la comunicación se convierte en algo secundario. Es un lenguaje reducido, adaptado al reducido mundo de la cárcel, que estimula poco la expresión de las emociones, lo que va a aumentar su soledad.

Las consecuencias son también evidentes: dificulta el pensamiento, atrapa a la persona en el tiempo y el espacio de la cárcel, aumenta su soledad, ayuda al pensamiento circular y obsesivo, contribuyendo a vivir e interiorizar la cárcel, factores que en el futuro dificultarán su reinserción social.

2.2 Resiliencia

El concepto de resiliencia, proviene de la física de los materiales y se refiere a la capacidad de un cuerpo de resistir, ser fuerte y no deformarse o recuperar su forma inicial luego de haber sido sometido a un golpe. Adaptado al ser humano, caracteriza a aquellas personas que, a pesar de nacer y vivir en situaciones de alto riesgo, se desarrollan psicológicamente sanos y exitosos (Rutter, 1993). Actualmente es una de las variables más estudiadas por las implicancias que tiene para la prevención y la promoción del desarrollo humano que supone la confirmación de una perspectiva más dinámica, interactiva y global del desarrollo humano y de los procesos relativos a la salud mental y la adaptación social (Guasch, M. y Ponce, C., 2002).

El concepto de resiliencia ha ido evolucionando, poniendo foco en distintos aspectos que son tomados y complementados por las distintas generaciones de investigadores.

Así, durante la primera generación (décadas del 70 y 80), el énfasis estuvo puesto en la infancia, describiendo con el término “invulnerables” a los niños que no se veían afectados por influencias ambientales negativas (Tomkiewicz, 2004) y centrándose en identificar los rasgos que facilitan la adaptación. Estos investigadores plantearon la hipótesis de que “se nace resiliente” e intentaron predecir quiénes contaban con las características para ser resistentes.

Es necesario destacar que este primer grupo habla de adaptación, sin diferenciar entre la adaptación como supervivencia y la adaptación positiva que implica aprendizaje o crecimiento, como propondrán generaciones posteriores (García-Vesga y Domínguez, 2013). Su aporte frente a estudios anteriores -que se centraban en la identificación de los síntomas y sus consecuencias negativas- fue dejar de considerar a la persona como un sujeto pasivo en relación a los riesgos, para tomarlo como un sujeto activo a la hora de afrontar la situación de vulnerabilidad o riesgo a la que se encuentra expuesto.

De esta generación, se destacan los estudios longitudinales realizados por Emmy Werner y Norman Garmezy con niños que habían vivido situaciones de vulnerabilidad relacionadas con enfermedades psiquiátricas o problemas de abuso de drogas y alcohol por parte de sus padres. Estos estudios se centraron en las cualidades personales de los niños resilientes; identificando la autonomía y la autoestima como pilares de estas personalidades.

A partir de 1980 y la década de 1990 (segunda generación) los investigadores -mayormente psiquiatras-, van más allá de la teoría de la “invulnerabilidad”, entendiendo la resiliencia como una capacidad o habilidad humana para adaptarse en contextos de riesgo o vulnerabilidad, que es construida por el sujeto. Toman el trauma como desencadenante y comparan a quienes tenían respuestas positivas con los que no las tenían (Goldstein, 2013). De este modo identifican factores o cualidades que permiten la

resiliencia: capacidad intelectual; buen temperamento; autoconfianza; autoeficacia; estrategias de afrontamiento adecuadas; comunicación y habilidades sociales.

La resiliencia comienza entonces a entenderse como un mecanismo más complejo. Rutter (1993) la define como una respuesta dinámica del individuo al riesgo, en la que interactúan mecanismos de protección mientras que Edith Grotberg define la resiliencia como la interacción de factores en tres niveles: el apoyo social -el entorno no sólo genera riesgos-, las habilidades y la fuerza interna del sujeto (García-Vesga y Domínguez, 2013; Puig y Rubio, 2011; Tomkiewicz, 2004).

La tercera generación (años 90) consolida la idea de la resiliencia como un proceso dinámico, en el que interactúan el sujeto y el entorno, que es comprendido como una entidad que genera riesgos pero también recursos. El punto de inflexión lo da Michael Rutter, que postula que es posible tener una vida sana en un entorno “insano” ya que el proceso de resiliencia se caracteriza por la constante interacción entre los factores de riesgo y los de protección que lo facilitan o dificultan (Rutter, 1993). Las investigaciones se centran en la identificación de factores de protección internos (temperamento, actitudes cognitivas, autoestima), factores externos (familia, contexto social, escuela) y factores relacionales (profesores, operadores sociales).

Asimismo, la resiliencia incluye, además del ámbito psiquiátrico, contextos socioeducativos, psicosociales, económicos, urbanos, etc. y queda establecido que, si se puede estudiar este proceso dinámico, también se puede promover su desarrollo (García-Vesga y Domínguez, 2013).

Sobre la base de las concepciones antedichas, la cuarta generación (década de 1990-2000) se centra en reforzar el proceso de resiliencia en el entorno socioeducativo y psicosocial comenzando a crear modelos y programas para promoverla. No se trata de evitar el riesgo, sino de transformar la experiencia difícil en un reto y/o aprendizaje. Preparan el camino para los modelos de intervención de resiliencia comunitaria y para el cruce con otras disciplinas (Melillo, 2001). Este enfoque reposiciona a la persona como protagonista orientando los estudios a la búsqueda de factores de protección personales, familiares y socioambientales reforzando un punto de vista preventivo o curativo en vez del diagnóstico de deficiencias o traumatismos irremediables. (Puig y Rubio, 2011).

El diseño de los programas de resiliencia conduce al estudio y la creación de instrumentos para medirla y comprender mejor el impacto de los mismos. Además, estos programas empiezan a tener en cuenta diferentes elementos socioculturales siendo capaces de adaptarse a las diversas realidades, escuchando las necesidades de los beneficiarios y del personal que trabaja directamente sobre el terreno, prevaleciendo las intervenciones más flexibles y participativas.

La quinta generación (década de 2010), se caracteriza por el uso de los avances científicos integrando en sus investigaciones otras ciencias, sin perder de vista la influencia del entorno (Goldstein, 2013). Los investigadores utilizan nuevas tecnologías para medir y analizar el proceso de resiliencia a nivel individual o comunitario, destacándose los aportes de la neurobiología y la neuropsicología relacionadas

con la plasticidad cerebral, que muestran el potencial resiliente de la creatividad artística para superar las experiencias traumáticas. Estas observaciones confirman que el trauma puede bloquear el flujo comunicativo entre los dos hemisferios cerebrales, impidiendo la integración de los aspectos emocionales-sensoriales (hemisferio derecho) y lingüísticos-semánticos (hemisferio izquierdo). Asimismo, la neurociencia demuestra la maleabilidad del cerebro humano y su relación con el entorno, abriendo nuevas fronteras en el aprendizaje y el desarrollo desde los primeros años del ser humano.

En el campo de la psicología las primeras aproximaciones al concepto de resiliencia pueden remontarse a los años 40 en los estudios realizados por René Spitz y Anna Freud en relación a niños internados en orfanatos que habían sufrido traumas durante la Segunda Guerra Mundial. Los mismos mostraron que como resultado de la privación emocional el desarrollo de los niños se veía interrumpido (Castelli, 2015). Otros rastreos remontan a la década de 1970, con la teoría del vínculo de apego de John Bowlby y luego en 1984 aparece por primera vez el término resiliencia en el estudio longitudinal de Emmy Werner (Tomkiewicz, 2004). Actualmente el núcleo de la resiliencia es la psicología positiva, centrada en una perspectiva de desarrollo, en la que los seres humanos son entendidos desde sus habilidades, lo que les permite afrontar eventos difíciles y adaptarse para sobreponerse satisfactoriamente de situaciones complejas después de haberlas experimentado.

Seligman, Rashid & Parks (2006), definen la resiliencia como la “capacidad de los seres humanos para enfrentar la adversidad, la capacidad de los sujetos y grupos sociales de resignificar situaciones adversas a partir de la creación de posibilidades de salida de las mismas, a estados, incluso, de mayor bienestar que los previos al trauma o condición desfavorable”, enfocándose en la promoción del desarrollo a nivel personal y social dando prioridad a la “salud, los recursos y la prevención”.

Desde la psicología positiva se postula que incluso los seres humanos que tienen una elevada carga psicopatológica se inquietan por muchas cosas más, adicionales al alivio de su padecimiento. Las personas con dificultades buscan de manera constante satisfacción y alegría, pues esperan tener vidas con mayor significado (Seligman, 2006). La resiliencia es representada como la esperanza ante el dolor y el padecimiento, confiando en un mejor futuro. Esta postura lleva a entender que las personas, a pesar de las adversidades y sus consecuencias, pueden ser capaces de sacar provecho de esos efectos negativos y continuar con su vida, con un cambio que de pie al desarrollo de una mejor calidad de vida (Cruz, 2009).

La resiliencia en la vida no es un objeto visible que se pueda medir ni cuantificar, más bien es una realidad humana variable, a la que no se le puede atribuir una definición precisa ya que podría resultar arbitraria. La realidad de la resiliencia es en sí, un proceso de crecimiento y evolución por medio de grandes desafíos, es un trascender a un nuevo ciclo de vida, y “no un simple rebote como un resorte que vuelve a su forma original” (Vanistendael, 2005, pág. 2). No es una característica estática, ni una capacidad que se pueda adquirir de inmediato. La resiliencia distingue dos componentes: la resistencia frente a la destrucción, es decir, la capacidad de proteger la propia integridad, bajo presión y, por otra parte, más allá de la

resistencia, la capacidad de forjar un comportamiento vital positivo pese a las circunstancias difíciles. En palabras del autor:

La resiliencia es mucho más que el hecho de soportar una situación traumática; consiste también en reconstruirse, en comprometerse en una nueva dinámica de vida. Por este motivo la noción de sentido tiene tanta importancia (...) el vínculo y el sentido son los dos fundamentos básicos de la resiliencia. (Vanistendael, 2008, pág. 91)

De acuerdo a Suárez Ojeda (1995) la resiliencia significa una combinación de factores que permiten a un niño, a un ser humano, afrontar y superar los problemas y adversidades de la vida, y construir sobre ellos. En la misma línea Grotberg (1995) la define como “la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas e inclusive, ser transformados por ellas”. Estas circunstancias adversas, pueden ser derivadas de un ambiente deficitario como resultado de contextos de desigualdad y pobreza, como de hechos traumáticos.

Asimismo, Manciaux, Vanistendael, Lecomte y Cyrulnik (2005) conceptualizan la resiliencia como la capacidad de una persona o de un grupo de resistir frente a la destrucción, proteger la propia integridad bajo presión y desarrollarse bien, seguir proyectándose en el futuro y construir un proyecto de vida positivo a pesar de acontecimientos desestabilizadores, de condiciones de vida difíciles y de traumas a veces graves. La dificultad revela los recursos interiores que no conocía la persona. Se expresa a través de distintas áreas de la vida de las personas: física, emocional, intelectual, social e interpersonal, comprobando que la calidad de las relaciones humanas, la autoestima, el desarrollo de las competencias, las redes sociales y el humor aportan soluciones a las personas en dificultad.

De esta manera, resiliencia, es un concepto que se analiza desde las capacidades de las personas, familias y comunidades para enfrentar y superar las condiciones deficientes de su hábitat a través de la implementación de distintas estrategias, donde se articulan recursos propios y de su entorno. Capacidad que se desarrolla y construye durante toda la vida de las personas y muy especialmente en contacto con un entorno favorecedor del desarrollo de habilidades y capacidades y contenedor, que brinda oportunidades.

La resiliencia se sustenta en la interacción existente entre la persona y el entorno. Desde el paradigma ecológico, la resiliencia es un concepto psicosocial multidimensional que involucra características individuales y del mesosistema familia y comunidad. La resiliencia remite a “una capacidad que poseen algunas personas para afrontar las adversidades de la vida, superarlas y continuar con su desarrollo” (Greco, Morelato e Ison, 2006, pág. 84), en el marco de una combinación de factores de riesgo y de protección. Tal como lo plantea Cyrulnik (2001):

Lo que somos en un momento dado, no lo somos para siempre, en tanto lo que sucede a una persona puede entretenerse con los medios biológicos, afectivos y verbales. Así como basta que uno de estos medios falle para que todo se hunda, también es suficiente que haya un solo punto de apoyo para que la edificación pueda continuar. (pág. 16)

Son factores de riesgo aquellas características propias de la persona, su familia o su entorno, que hacen que aumenten las probabilidades de desencadenar algún desajuste cognitivo o conductual. Los factores protectores son recursos personales, sociales e institucionales que promueven el desarrollo exitoso del individuo o que elevan la capacidad para hacer frente a las adversidades, disminuyendo el efecto de los factores de riesgo. Son fuentes de resiliencia aquellos recursos con los que cuenta, y que contribuyen a un efectivo afrontamiento de las adversidades (Grotberg, 2001)

Salgado Lévano (2009) considera como conducta resiliente el prepararse, vivir y aprender de experiencias de adversidad, con lo que adquiere relevancia para las personas privadas de libertad. Esta privación (y la transición ecológica que implica), es una fuente de estrés, pues supone una modificación del modo habitual de ser y de estar, modificando también las redes personales. Mikulic y Crespi (2004) describieron un incremento de los estresores percibidos por este grupo en diferentes esferas de su vida, y una disminución de los recursos, especialmente los referidos a las redes familiares. Por lo tanto, en los procesos de cambio contextual, el mantenimiento de redes personales de apoyo es una estrategia clave para favorecer la adaptación y potenciar la capacidad resiliente.

La resiliencia comunitaria ha sido desarrollada por la escuela Argentina con autores como Suárez Ojeda (2001), a partir del estudio de comunidades que sufrieron catástrofes naturales o dictaduras, logrando identificar qué factores han sido determinantes para reponerse de tales situaciones y qué elementos impiden que se desarrolle. Así, el humor colectivo, la identidad cultural, la autoestima colectiva, entre otros, fomentan la resiliencia, mientras que el autoritarismo, el fatalismo, la corrupción la coartan. En esta misma línea, se entiende por resiliencia institucional aquella que se lleva a cabo en organizaciones sociales - como escuelas u hospitales- que se crean y organizan su actividad bajo modelos de resiliencia, y que conforman un contexto en el que toda actividad institucional se realiza en ese sentido.

Según el paradigma contemporáneo la activación de la resiliencia congrega varios saberes en una perspectiva multi/interdisciplinaria: áreas de la salud, Economía, Antropología, Biología, Sociología, Derecho, Trabajo Social y la Psicología cambiando radicalmente la focalización en conductas de riesgo, desventajas, carencias y déficits, por una óptica de recursos, fortalezas, potencialidades para enfrentar la adversidad y construir a partir de ella una postura positiva frente al dolor y al sufrimiento, constituyéndose en un modelo de prevención y promoción basado en las potencialidades y los recursos que el ser humano tiene en sí mismo y a su alrededor. Como lo plantea Emiliano Galende (2008):

(...) pensar la resiliencia es justamente subvertir la idea de causalidad que gobierna el pensamiento médico positivista y algunas concepciones de salud. Este concepto introduce el azar, lo aleatorio, altera la idea de relaciones necesarias entre los fenómenos de la vida. E introducir el azar es a la vez introducir al sujeto capaz de valoraciones, de crear sentidos a su vida, de producir nuevas significaciones en relación con los acontecimientos de su existencia. Es pensar a un individuo no como víctima pasiva de sus circunstancias sino como sujeto activo de su experiencia (pág. 24).

2.3 Pilares de la resiliencia

Como se desarrolló previamente, en torno a los estudios sobre la resiliencia, comenzó diciéndose que “se era resiliente”, posteriormente se habló de que “se está resiliente” y actualmente nos situamos en el terreno del “se construye resiliencia”. En este último sentido, los pilares de la resiliencia que han sido identificados en personalidades resilientes son aquellos sobre los cuales hay que centrar la atención para promover resiliencia en las personas que aún no la desarrollan.

En todos los procesos de enfrentamiento y superación de las adversidades, se identificó la presencia de factores internos y factores externos a las personas que favorecen el desarrollo de la resiliencia.

Los factores internos son aquellos que están presentes y dependen de cada uno de los sujetos, refiriéndose a características personales que favorecen el enfrentamiento de una situación difícil: introspección, independencia, capacidad de relacionarse, iniciativa, creatividad, humor, moralidad, laboriosidad y autoestima consistente (Melillo, 2004). Los factores externos forman parte del ambiente del sujeto y ejercen influencia de manera significativa en él -de modo positivo y/o negativo- distinguiéndose la familia, un adulto significativo, los amigos, los vecinos, la comunidad.

Edith Grotberg (2008) organiza los factores que promueven la resiliencia en apoyo externo, fuerza interior y factores interpersonales sintetizados en cuatro áreas -tres en la versión original dado que los verbos ser y estar están englobados en el verbo “to be”- que se visualizan en las expresiones verbales de los sujetos. La primera de ellas es la dimensión “yo soy/yo estoy”, que valora la aceptación de uno mismo y de la vida, examina si la persona es respetuosa consigo misma y con los demás, feliz de mostrar su afecto, comunicativa, flexible, capaz de aprender, etc. Se trata de una fortaleza interna desarrollada a lo largo del tiempo que ayuda al individuo a enfrentar la adversidad. Le sigue la dimensión “yo puedo”, que aglutina aquellas competencias personales y factores interpersonales que permiten a la persona a resolver problemas, tales como: hablar sobre cosas que le asustan o molestan, controlarse cuando tiene ganas de hacer algo peligroso o encontrar el momento apropiado para hablar o ayudar a alguien. Por último, la dimensión “yo tengo”, se refiere al apoyo social percibido por la persona, esto es, amistades o familiares en quienes puede confiar y obtener apoyo emocional y/o instrumental. La autora plantea que una persona resiliente no necesita tener todos estos aspectos pero uno solo no es suficiente y que es relevante mencionar que “la interacción entre estos factores es dinámica, va variando a lo largo de las etapas del desarrollo humano, y cambia de acuerdo con la situación de adversidad”. Asimismo, de estas afirmaciones pueden extraerse diversas fortalezas que podrán promoverse cada una por separado o combinándolas entre ellas.

Con esta clasificación, los rasgos de resiliencia son agrupados de la siguiente manera:

Yo tengo:

- personas en quienes confío y me quieren incondicionalmente;
- personas que me ponen límites para que aprenda a evitar los peligros o problemas;

- personas que me muestran por medio de su conducta la manera correcta de proceder.
- personas que quieren que aprenda a desenvolverme solo/a;
- personas que me ayudan cuando estoy enfermo/a o en peligro o cuando necesito aprender.

Yo soy:

- una persona por la que otros sienten aprecio y cariño;
- feliz cuando hago algo bueno para los demás y les demuestro mi afecto;
- respetuoso/a de mí mismo y del prójimo.

Yo estoy:

- dispuesto/a a responsabilizarme de mis actos;
- seguro/a de que todo saldrá bien.

Yo puedo:

- hablar sobre cosas que me asustan o me inquietan;
- buscar la manera de resolver mis problemas;
- controlarme cuando tengo ganas de hacer algo peligroso que no está bien;
- buscar el momento apropiado para hablar con alguien o actuar;
- encontrar a alguien que me ayude cuando lo necesito.

(Grotberg, E., 2008, pág. 160 y 161)

Puig y Rubio (2011) agrupan los pilares resilientes de la siguiente manera:

- fortalezas intrapsíquicas: conexiones afectivas y funciones ejecutivas personales, locus de control interno, autoestima, conciencia por motivos personales.
- habilidades para la acción: sentido del humor, pedir ayuda cuando se necesita, expresar sentimientos, establecer relaciones positivas, tomar decisiones, probar cosas nuevas y asumir riesgos, hacer algo por otros, conocer valores universales, controlar elementos del medio ambiente, respetar normas y límites, descubrir la belleza de la naturaleza.
- competencias o respuestas amortiguadoras: flexibilidad, adaptación, resistencia, energía, valentía, fortaleza física, asignar significación positiva al estrés, enfrentamiento activo.

A su vez, Aldo Melillo (2008) describe los siguientes pilares de la resiliencia:

- Introspección. Es un componente fundamental de las funciones ejecutivas que se encargan de gobernar pensamientos, emociones, conductas, evaluar las circunstancias, tomar las decisiones y poder alcanzar las metas propuestas. Es el mecanismo psíquico del sujeto -tributario del desarrollo equilibrado de

la relación del yo con el superyó-ideal del yo- que consiste en la capacidad o arte de la autoobservación que permite realizarse a sí mismo preguntas complejas y darse una respuesta honesta. Gracias a esta capacidad la persona adquiere un conocimiento de cómo es y puede configurar una visión realista de sus talentos, recursos y defectos con lo que aumenta las probabilidades de acertar en sus decisiones. Depende de la solidez de la autoestima, fruto del reconocimiento recibido de otros significativos, ya que una exacerbada crítica interna o ideales muy exigentes con un nivel bajo de autoestima da como resultado no poder darse una respuesta honesta especialmente frente a autocríticas que puedan lesionar o poner en peligro el equilibrio del yo.

Durante la niñez, la introspección se manifiesta por ejemplo en la capacidad de intuir que alguna persona no está bien en su familia o está sucediendo algo, pudiendo situar el problema donde corresponda, lo que permite al niño reducir sentimientos de ansiedad y culpa. Durante la adolescencia, la introspección se evidencia en la capacidad de conocer, de saber lo que pasa a su alrededor siendo fundamental para comprender las situaciones y adaptarse a ellas. Mientras que en la adultez aparece en la comprensión de sí mismo y de otras personas, con aceptación de las dificultades, sin culpar a los demás.

- Independencia. Se trata de saber fijar límites entre uno mismo y el medio con problemas. Es la capacidad de mantener distancia emocional y física sin caer en el aislamiento. Depende del principio de realidad que permite juzgar las variables en juego en una situación determinada sin que predominen los deseos del sujeto. Comienza a desarrollarse en la niñez temprana cuando el niño se da cuenta de que es alguien separado de los que tiene a su alrededor y que la gente responde a lo que él hace o dice.

En la niñez, esta capacidad se expresa manteniéndose alejado de las situaciones que percibe como complejas o dudosas de definir como positivas o negativas. En la adolescencia, se manifiesta en conductas como no involucrarse en situaciones conflictivas al no contar con elementos para decidir, resolver, o responder. En la adultez, se expresa en la aptitud para vivir en forma autónoma y tomar decisiones por sí mismo.

- Capacidad de relacionarse. Es consecuencia de la necesidad vital que manifiesta todo ser humano, comienza a construirse desde los comienzos de la vida, se desarrolla a lo largo de la infancia y de la adolescencia de acuerdo a nuestro temperamento y el impacto de las experiencias que tenemos con nuestros padres, cuidadores y demás personas importantes de nuestro entorno. Se trata de la habilidad para establecer lazos e intimidad con otra gente que equilibra la propia necesidad de afecto con la actitud de brindarse a los otros. En general se observa en la actitud de relacionarse bien con otros: tener amigos, participar de actividades con ellos y con agrado. Debe tenerse en cuenta que una baja o exageradamente alta autoestima produce aislamiento.

Es una constante en las vidas de las personas el deseo de sentirse vinculados a otros, percibir su apoyo, su cuidado y a la vez ser capaces de hacérselo sentir a otros. En la infancia se expresa como una facilidad para conectarse; luego en la adolescencia, en la habilidad para reclutar pares y establecer redes

sociales de apoyo. En los adultos esta capacidad se manifiesta en la valoración hacia las relaciones interpersonales, la intimidad y los rituales.

- **Iniciativa.** Es la tendencia a exigirse y ponerse a prueba en tareas progresivamente más exigentes y complejas. También incluye la capacidad de hacerse cargo de los problemas y de ejercer control sobre ellos y se relaciona no solo con la capacidad de hacer sino también con la voluntad de hacer cosas. Se comienza a desarrollar entre los cuatro y cinco años siendo lo importante la voluntad de probar qué es lo que genera iniciativa independientemente de obtener o no el resultado.

En los niños esto se refleja en las conductas de exploración y actividades constructivas. En la adolescencia, aparece la inclinación al estudio, práctica de deportes y actividades extraescolares así como optar por ideales fuertes y coherentes. En los adultos, se habla de generatividad, que alude a la participación de proyectos comunitarios, sentimientos de autorrealización, capacidad de liderazgo y enfrentamiento de desafíos.

- **Humor.** La percepción de una situación puede reconfigurarse súbitamente y producir un cambio en el afecto y el comportamiento del sujeto, encontrando lo cómico en la propia tragedia, lo que permite ahorrarse sentimientos negativos -así sea transitoriamente- y soportar situaciones adversas. Posee el valor de un recurso simbólico sostenedor del lazo social y de las identificaciones grupales. Mediante el humor, el sujeto rehúsa sentir lo doloroso de la realidad, sin desconocerla ni desmentirla; permite observarnos a través de una conciencia crítica neutralizada alejada de lo dramático, a la vez que nos recuerda y nos ayuda a aceptar nuestras limitaciones. Significa un triunfo del yo a pesar de lo desfavorable de las circunstancias reales; es una defensa inmejorable contra el sufrimiento que no resigna el terreno de la salud anímica, sino que contribuye a su fundamento. Se visualiza en la capacidad de disfrutar de las experiencias, jugar, reírse y gozar de emociones positivas, siendo la esencia de la creatividad.

El humor se muestra como un elemento muy útil en la resiliencia ya que como se mencionaba, llega en muchos casos a relativizar los problemas, a descubrir aspectos positivos que no habían sido contemplados, a afianzar las relaciones con los demás y permite transcender el momento concreto creando distancia entre el problema y la persona, pudiendo lograr incluso encontrar un sentido para reanudar la vida, favoreciendo el reencuentro con uno mismo.

- **Creatividad.** Se define como la capacidad de crear orden, belleza y finalidad a partir del caos y el desorden. El sujeto tiene capacidad para usar su imaginación y transformar las cosas, innovando. Es fruto de la capacidad de reflexión, ya que la capacidad de pensar sobre los propios pensamientos, abre el camino a la capacidad de generar nuevos conceptos, hipótesis, apreciaciones de situación, posibilidades de acción, incluyendo la posibilidad de apoyarse en lo que el entorno le brinda, lo que incrementa su capacidad de desenvolverse en el mundo.

La creatividad se desarrolla desde la infancia, siendo su origen el juego, que es una de las formas en la que los niños tratan la realidad, permitiéndoles plasmar sus objetos y situaciones imaginadas en cosas

palpables y visibles, exteriorizando sus miedos, angustias y problemas internos dominandolos mediante la acción. Incluye la capacidad de generar condiciones de vida aptas para los deseos y ambiciones del individuo, constituyendo la capacidad de “crear” condiciones de satisfacción en el mundo.

- **Moralidad:** se trata de la capacidad de desearles a otros el mismo bien que se desea para uno mismo, y al mismo tiempo la capacidad de comprometerse con valores específicos. Cabe recordar que como resultado de las relaciones con los progenitores y otros adultos transmisores de pautas culturales, una proporción importante del proceso identificador del niño conforma en el psiquismo del sujeto un sector diferenciado conocido como superyó, que constituye la instancia moral del sujeto, la cual consciente o inconscientemente le marca lo que se puede y lo que no. Así, la moralidad es un elemento importante desde la infancia, y es consecuencia de extender el deseo personal de bienestar a toda la humanidad y la capacidad de comprometerse con valores. Está en la base de la consideración de los semejantes y hacia ellos, en conocimiento de los límites mutuos. Conduce al descubrimiento del “sujeto ético”, del “entre nosotros”.

En la infancia esto se manifiesta en la capacidad de los niños de discriminar entre lo bueno y lo malo y hacer juicios morales desde muy temprana edad. En la adolescencia se caracteriza por el desarrollo de valores propios y establecer juicios de forma independiente de los padres, desarrollando además el sentido de la lealtad y la compasión. En la adultez, se manifiesta como la capacidad de servicio y entrega hacia los demás.

- **Autoestima consistente.** Es la base de los demás pilares y fruto del cuidado afectivo consecuente del niño o adolescente por parte de un adulto significativo. La persona se valora a sí misma, confía en sus capacidades y muestra iniciativa para emprender acciones o relaciones con otras personas porque se siente valiosa, merecedora de atención. La autoestima no puede simplificarse en querernos a nosotros mismos, debe incluir también la consideración de respeto y de dignidad personal.

- **Pensamiento crítico.** Es un pilar de segundo grado, fruto de la combinación de todos los otros. Permite analizar críticamente las causas y responsabilidades acerca de la adversidad que se sufre para proponer modos de enfrentamiento y transformación. Enhebra lo personal con lo colectivo, sin aceptar el status quo social como un destino inexorable, constituyéndose como resistencia contra la opresión o la injusticia y punto de partida para el cambio.

Suarez Ojeda (1997) añade a estos pilares el sentido de propósito y de futuro. Este componente se relaciona con el sentido de la autonomía y de la propia eficacia. De las cualidades que lo integran, las que se han asociado con más fuerza a la presencia de adultos resilientes han sido las aspiraciones educacionales y el sentimiento de un futuro mejor.

Este enfoque permite pensar que a pesar de las adversidades sufridas por una persona o comunidad, éstas tienen potenciales capacidades para desarrollarse y alcanzar niveles aceptables de salud y bienestar. Estas capacidades permiten tolerar, manejar y aliviar las consecuencias psicológicas, fisiológicas, conductuales y sociales provenientes de experiencias traumáticas, contribuyendo a la formación de

personas socialmente competentes que tengan conciencia de su identidad, que puedan tomar decisiones, establecer metas y creer en un futuro mejor, satisfacer sus necesidades básicas de afecto, relación, respeto, metas, poder y significado, constituyéndose en personas productivas, felices y saludables.

Debido a estos aportes la resiliencia es considerada como una característica de la salud mental - entendiéndola como un proceso determinado histórica y culturalmente, cuya preservación y mejoramiento implica un proceso de construcción social, y está vinculada a la concreción de los derechos, inescindible de la salud integral- y reconocida como un aporte a la promoción y el mantenimiento de la misma.

De igual modo, esta perspectiva comparte la concepción del hombre como una totalidad biopsíquica inserto en una sociedad y un medio ambiente, y el criterio de salud mental relacionado con la satisfacción de las necesidades existenciales y el desarrollo de las potencialidades de la persona, resultado de la calidad de los vínculos, la comunicación y la inserción social de la misma (Lores Arnaiz, 1986).

3. DISEÑO METODOLÓGICO

Este diseño de investigación se encuentra enmarcado en la investigación cualitativa y específicamente dentro de una perspectiva socioantropológica, tomando elementos de la investigación acción.

La lógica cualitativa (Sirvent M.T., 2007) concibe al hecho social como estructura de significados, busca la generación de teoría, la comprensión, la especificidad y las verdades hipotéticas. En este sentido se trabajó sobre cómo los internos significan el proceso de transitar la unidad penal producto de una pena privativa de la libertad, intentando reconocer en sus discursos aquellos pilares que contribuyen a afrontar esta situación, partiendo como investigadora de entender la estadía en prisión como una situación adversa, y reconociendo la intencionalidad detrás de la pregunta de querer mejorar o favorecer aquellos aspectos que resulten de la investigación con el objetivo de incrementar la calidad de vida de la población carcelaria, explicitación necesaria ya que desde esta perspectiva se trabaja con la implicación del investigador en la realidad estudiada, no se habla de neutralidad valorativa sino de supuestos ideológicos y emociones que son parte de la construcción del dato científico.

De la investigación socioantropológica (Achilli, 2000) se toma el interés por conocer aquellos aspectos de la vida social que habitualmente no se hacen públicos, aquellas situaciones de cierta cotidianeidad, rutinas o singularidades aisladas, que al no tematizarse quedan desconocidos. Por otro lado cobran valor los intereses de los sujetos involucrados en las prácticas y relaciones que son objeto de nuestros análisis y una estrategia interactiva con los mismos, que permita el acceso al conocimiento de dicha cotidianeidad en un trabajo de campo que constituya una experiencia prolongada en un ámbito delimitado.

En tanto la investigación se desarrolla en el mismo ámbito donde la investigadora trabaja cotidianamente se considera relevante tomar elementos de la investigación acción tal como la plantea Sirvent (2012) -retomando a Stenhouse y Elliot- en tanto se constituye en una tarea que permite mirar, en forma reflexiva, el trabajo que se ha realizado, con el propósito de aprehender los elementos más significativos que permitan su posterior profundización y/o modificación. También debe ser entendido como un momento de reflexión crítica sobre el sentido de las prácticas realizadas y su proyección futura, en un espacio de aprendizaje sobre las propias prácticas y sus efectos transformadores.

Los procesos cualitativos de investigación-acción, favorecen el involucramiento y participación activa de las personas de un grupo o comunidad, en torno a la reflexión y análisis de problemas o situaciones de su entorno, mediante una mediación comprometida y abierta al diálogo y la escucha, por parte de quien investiga.

La investigación se realizó en la Unidad Penal N° 1 “Dr. Juan José O’Connor”, ubicada en la Ciudad de Paraná, en calle Marcos Sartre 185 de dicha ciudad, siendo la Unidad Penal de hombres más grande de la provincia, con una población carcelaria de 935 internos a Julio de 2023. La misma puede

pensarse como un espacio reglado/institucionalizado, ya que implica una organización pautada, jerarquizada, y para la cual se necesita autorización previa para ingresar, pero también es un espacio “propio” debido a que pertenezco a la organización desde hace siete años.

El Universo de la investigación estuvo compuesto por hombres actualmente privados de la libertad ambulatoria, con condenas de cumplimiento efectivo en unidades penales. Sin embargo para poder llevar a cabo la investigación se realizó un recorte como unidad de análisis, seleccionando a hombres actualmente privados de la libertad ambulatoria en la Unidad Penal N° 1 de la Ciudad de Paraná, penados, que hayan transitado dos años o más años de penas mayores a ocho años de prisión.

Así mismo se constituyeron como unidades de información el personal penitenciario de cuerpo general y escalafón profesional -puntualmente psicólogos- que cumplen funciones en la Unidad Penal, que por su tarea asignada y experiencia pueda dar cuenta del proceso de cumplimiento de la condena de los internos.

La muestra, en consonancia con el tipo de diseño escogido, es no probabilística e intencional. Los criterios de selección de la misma fueron los siguientes: hombres condenados a una pena privativa de la libertad ambulatoria mayor a ocho años, alojados actualmente en la Unidad Penal N° 1 de la Ciudad de Paraná, Entre Ríos, que hayan transitado dos o más años de su condena.

La elección del tiempo de detención obedeció a datos obtenidos de informantes claves, en relación al tiempo en el cual se observa el proceso de adaptación al ambiente carcelario y sus primeras consecuencias, y a la propia definición del proceso de prisionalización, según la cual se trata del conjunto de transformaciones que la institución carcelaria genera como consecuencia de la imposición de penas privativas de libertad relativamente largas. No se consideraron relevantes otros factores como la edad de los informantes o el delito por el cual fueron condenados.

3.1 Plan de trabajo y cronograma

Actividades a desarrollar	Tiempo (en meses)											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Revisión del proyecto	x											
Nueva lectura de antecedentes	x	x			x			x		x		
Ampliación del marco teórico		x	x	x		x		x		x		
Entrevistas a internos de la U.P.		x	x	x								
Entrevista a otros actores institucionales		x	x	x								
Observación participante	x	x	x	x	x	x	x	x				
Encuentros con director	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Redacción del informe final										x	x	x

3.2 Técnicas de recolección y análisis de la información

Para el desarrollo de esta investigación desde la perspectiva cualitativa se utilizaron como técnicas de recolección de datos la observación participante y entrevistas en profundidad.

La observación participante (Taylor y Bogdan, 1986) designa la investigación que involucra la interacción social entre el investigador y los informantes en el milieu (medio/entorno) de los últimos –en este caso la Unidad Penal-, y durante la cual se recogen datos de modo sistemático y no intrusivo. Cabe mencionar que me encuentro en una situación privilegiada para realizar estas observaciones, ya que por trabajar en esta organización pude obtener acceso e información con menor dificultad, las personas no se inhiben con mi presencia; permitiéndose la observación directa de las personas y escuchando lo que tienen que decir en la escena de los hechos.

Por otro lado, las entrevistas cualitativas en profundidad son comprendidas como reiterados encuentros cara a cara entre el investigador y los informantes, dirigidos hacia la comprensión de las perspectivas que tienen los informantes respecto de sus vidas, experiencias o situaciones, tal como las expresan con sus propias palabras.

Es importante mencionar que de las 890 personas alojadas en la Unidad Penal N° 1 al momento de realizar las entrevistas, 365 cumplían con los criterios seleccionados para realizar el recorte de esta investigación y se realizaron 22 entrevistas. La cantidad de entrevistas no estuvo determinada de antemano sino que se utilizó la estrategia del muestreo teórico como guía para seleccionar las personas a entrevistar (Glaser y Strauss, 1967), teniendo en cuenta el potencial de cada “caso” para ayudar en el desarrollo de comprensiones teóricas sobre el área estudiada de la vida social. Después de completar las entrevistas con varios informantes, se diversificó deliberadamente el tipo de personas entrevistadas hasta descubrir toda la gama de perspectivas de las personas en las cuales estamos interesados, alcanzando un punto de saturación teórica.

Para el análisis de los datos obtenidos se utilizó el método comparativo constante que parte del enfoque de la teoría fundamentada (Glaser y Strauss), por el cual el investigador simultáneamente codifica y analiza datos para desarrollar conceptos y mediante la comparación continua de incidentes específicos de los datos se refinan los conceptos, identificando propiedades, explorando sus interrelaciones integrándolos en una teoría coherente.

Es necesario no perder de vista que en el marco del diseño cualitativo, la recolección y el análisis se realizan retroactivamente, siendo este último un proceso dinámico, flexible y en continuo progreso para dar sentido a los datos obtenidos.

4. RETROALIMENTACIÓN TEORÍA-DATOS RECOLECTADOS

4.1 EJE N° 1: Prisionalización

*El porqué tiene ese nombre
naides me lo dijo a mí
mas yo me lo esplico así:
le dirán Penitenciaria
por la penitencia diaria
que se sufre estando allí.*

José Hernández (1879)

Para responder al interrogante que estructura esta investigación se formularon objetivos específicos, siendo el primero describir el proceso de prisionización en base a los significados otorgados por las personas privadas de la libertad. Para ello se presenta a continuación el encuadre teórico utilizado y análisis de los datos obtenidos en las entrevistas realizadas.

Se realizaron veintidós entrevistas a personas privadas de la libertad que cumplían con el criterio propuesto, es decir hombres condenados a una pena privativa de la libertad ambulatoria mayor a ocho años, alojados actualmente en la Unidad Penal N° 1 de la Ciudad de Paraná, Entre Ríos, que hayan transitado dos o más años de su condena.

Si bien existe basta información en relación a los efectos de la prisionalización en las personas privadas de la libertad, se tomarán las referencias y significados otorgados por las mismas para comprender este fenómeno en el contexto específico de la Unidad Penal N°1.

En cuanto a los significados generales en relación al contexto, se destacan la conceptualización de Alberto (entrevista 11) quien caracteriza a la cárcel como “*un infierno... es descender a un nivel de intolerancia, de códigos distintos. A la cárcel como tal es la privación de la libertad y ahí es donde me detengo para decir que eso es una de las peores cosas que podés tener, la cárcel no son rejas solamente, hay otras privaciones aquí dentro, como ser algunos derechos, el derecho a la salud, a comer bien, a la alimentación, y eso hace un combo que a veces es difícil de sostenerlo en el tiempo*” y la de Dario (entrevista 17), que la define como “*un lugar muy perverso en el cual uno encuentra potenciadas las vivencias humanas, sea para bien o para mal*”. Estas apreciaciones dejan entrever que en el desarrollo o evolución de las cárceles como penas, quedan resabios de sus formas de funcionamiento iniciales donde los delitos se pagaban con penas talionales, físicas o con la vida misma, y cuyo cambio a la pena de detención temporal de acuerdo a las distintas tipologías de delitos dan cuenta de que la libertad como derecho o como valor es uno de los más importantes para los sujetos y por otro lado, la inevitabilidad de la pérdida de otros derechos fundamentales a causa de la situación de encierro.

Como se plantea en las conceptualizaciones en la cárcel convive un gran número de individuos en igual situación, aislados en forma involuntaria de la sociedad por un período apreciable de tiempo, compartiendo en su encierro una rutina diaria, administrada formalmente. La tendencia absorbente en ellas está simbolizada por los obstáculos que se oponen a la interacción social con el exterior y al éxodo de los miembros, que suelen adquirir forma material como puertas cerradas o rejas con candados, muros altos, alambres de púas, pero también un aislamiento que empieza a generarse en la subjetividad.

Como se señaló, la cárcel genera una ruptura con el exterior, que despoja al sujeto de sus roles, hábitos y hasta de sus propias modalidades defensivas y respuestas habituales. Las características personales de la persona pueden distar de los valores del nuevo entorno sumado al agravante de la falta de privacidad, la falta de libertad y la gran regulación y dureza normativa. Ejemplo de ello es lo que manifiesta Pablo (entrevista 1): *“esto te aleja del mundo exterior, creo que a ninguna persona le hace bien, no te ayuda... Me costó un montón el tema de lo sanitario, el baño, soy medio histerico con la limpieza y aca el sentido bromatológico no es la prioridad de los muchachos, hasta te tratan de homosexual por limpiar el inodoro. Eso me costó mucho. La convivencia, tienen costumbres a las que soy ajeno. Eso, la música fuerte, los compañeros, el olor a porro”*.

Como se mencionó, el fenómeno de prisionización refiere al conjunto de transformaciones que la institución carcelaria genera como consecuencia de la imposición de penas privativas de libertad relativamente largas. No obstante, en los discursos de los entrevistados se plantean periodos de tiempo en cuanto a los primeros impactos en sus vivencias y el comienzo de la adaptación marcando principalmente el primer año de estadía en prisión como significativo en este proceso, en tanto durante ese periodo todo aparece como nuevo, tomando un rol importante los preconceptos en torno a lo que acontece en las unidades penales, la incertidumbre sobre lo que pasará, resistencias a la nueva forma de vida, convivencia, nuevos hábitos y formas de relacionarse:

“La primera parte cuando recién entré no podía dormir, tenía la cabeza muy acelerada, en cuanto a pensamientos y la gran pregunta del por qué y no aceptar en el ambiente”. (Alberto, entrevista 11)

“Los primeros seis meses que no salía a ningún lado me volví loco, yo venía de trabajar 12 horas al día y me encontré durmiendo en una cucheta horrible, me sentía dependiendo de mi vieja a esta altura del partido y esas cosas son horribles. Nunca le pedí nada para salir, y hoy le estaba pidiendo un paquete de yerba, como que caes a lo más bajo que podes llegar.” (Pablo, entrevista 1)

“El primer año fue un año perdido, pero es necesario pasarlo para entender donde uno está, pagar el derecho de piso. Uno aprende viendo a los demás y encontré dos o tres que eran amistosos, amables y me ayudaron a entender cómo era la situación acá.” (Luis, entrevista 4)

En este sentido se manifiesta que la cárcel como institución exige de las personas un esfuerzo adaptativo constante al encierro, algunos de sus efectos están dados por la internalización de conductas y la naturalización de ciertas prácticas -el código de conducta y de valores que dan contenido a la subcultura

carcelaria (lenguaje, costumbres, tradiciones, gestos)- así como distorsiones afectivas, emocionales, cognitivas y perceptivas.

Una de las primeras consecuencias de la permanencia en prisión manifestada por los entrevistados es el estado permanente de ansiedad, como se expresa en los siguientes dichos:

“...Nunca sabes qué va a pasar, todos los días estás esperando una sorpresa o algo intranquilo...” (Pablo, entrevista 1)

“Uno cuando está por venir para la cárcel siente mucho miedo. También incertidumbre de lo que vaya a suceder y mucha expectación, estás continuamente esperando algo. Estás alerta en todos los sentidos” (Nelson, entrevista 13)

Las personas privadas de la libertad se exponen a diversos tipos de eventos traumáticos, como ser víctima o testigo de agresiones, y las diversas condiciones de inhabilitabilidad, situaciones percibidas como estresantes que pueden tener efecto en sus emociones. A su vez dentro de las condiciones propias del contexto y régimen carcelario como institución total no hay que dejar de lado que la pérdida de control individual y la evaluación de las situaciones como inevitables e irreparables, puede contribuir a acrecentar la ansiedad y/o a cierto pensamiento fatalista que inhiba la búsqueda de aspectos positivos del problema y la generación de pensamientos favorables para enfrentar la situación.

Por otro lado, sumado al estado de alerta, se encuentra la necesidad de montar una máscara o coraza protectora para relacionarse con los pares, que implica muchas veces una dureza emocional como intento de supervivencia que esconde el sentimiento de vulnerabilidad:

“Trabajo para distraerme, hago artesanías, trato de olvidarme que estoy preso pero es difícil. Tu vida corre peligro siempre. Tenía un mejor amigo, me lo mataron en Federal hace poco. Yo soy de joder pero lo hago para no demostrar mi debilidad. Me río para no mostrar que estoy hecho pedazos. Te hace crear un escudo, no podés mostrar debilidad acá adentro. Porque te come la reja, te deprimís, las personas te agarran para el boludeo, te quieren medicar” (Leandro, entrevista 9)

Asimismo, se encuentra presente dentro de los efectos psicosociales la pérdida de las vinculaciones. Algunas de esas pérdidas tienen que ver con fallecimientos y otras con el alejamiento de familiares y amigos derivadas de la situación de detención.

“Acá adentro se pierden muchas cosas, perdí mi familia, todo. Muchas cosas malas pasan acá, es una bomba de tiempo acá adentro.” (Daian, entrevista 10)

“En lo personal, me sirvió para descartar un montón de gente que consideraba amigos, hoy los cuento con los dedos. Para los asados tenía un montón, ahora ya no”. (Antonio, entrevista 12)

El aislamiento producido por el encierro, la pérdida de vinculaciones y la dificultad de construir relaciones basadas en la confianza, conlleva la dificultad en la expresión de emociones y pensamientos

producto de la no disponibilidad de recursos humanos y materiales. Bajo estas condiciones, las personas privadas de la libertad pueden optar -aunque no siempre lo hacen- por buscar los recursos profesionales o familiares necesarios para enfrentar la situación, los cuales serían necesarios para un mejor crecimiento a nivel personal y/o mitigar los efectos derivados de la prisionalización.

Además, esta distancia que altera la afectividad se convierte en una preocupación en la proyección a futuro, como manifiesta Lautaro: *“Lo principal es que quedamos estancados en el tiempo. Es complicado actualizarse. No me imagino. Por ejemplo, no me imagino la convivencia con mi pareja, que estuvimos juntos seis meses”* (entrevista 7). La persona privada de la libertad probablemente tenga dificultades en la convivencia al egresar de la cárcel, ya que muchos no han tenido la vivencia previa y la experiencia penitenciaria inhabilita el aprendizaje de ciertas prácticas como el aseo personal, la limpieza del hogar, control de la economía doméstica, el respeto de la intimidad que se pierde al vivir con numerosas personas en espacios pequeños, entre otras cosas que pueden ser un impedimento para el futuro de una relación. Esta desconexión con el “afuera” se da en todos los aspectos de la vida, el mundo avanza y las personas quedan estancadas en el mundo tal como lo conocían al ingresar a la unidad penal, sumado a que mantienen al salir las formas interiorizadas en el encierro que hace que cuando vuelven a tener contacto con la sociedad, se ven envueltos en una situación de marginalidad y rechazo.

Otra de las consecuencias psicológicas del encierro es la despersonalización, caracterizada por algunos autores como la mutilación del yo, que implica un proceso psicológico en el cual se pierde la individualidad, donde el sujeto parece desvanecerse para convertirse en un número, en el lienzo que pintará la institución y a su vez pasa a ser miembro de una masa, de un colectivo que es rechazado por la sociedad. Esto se refleja en lo expresado por Elvio:

“Un lugar frío, donde los sentimientos no los encontrás, se te hace difícil valorar. A mi me costó mucho, me dolió mucho estar preso porque no me sentía persona. Los primeros años viste, como que estás continuamente pendiente de otro, de una institución y no me sentía persona. No sentía que tenía vida por ahí. Estás muy marginado a muchas normas.” (entrevista 16)

Lo que se evidencia en este proceso de despersonalización es un deterioro de aspectos que tienen que ver con la identidad, sentimiento de vacío, de desconocimiento, la experiencia subjetiva en la cual la persona ve alterada la forma habitual en que se percibe a sí misma y en ocasiones también a su cuerpo. Es la sensación, generalmente temporal, de “perderse a sí mismo”, notarse “distinto”, “raro”. La persona se siente desapegada de la experiencia y se convierte en un testigo de procesos mentales y sensaciones corporales que no parecen suyas, en este caso por estar completamente dependiendo de un otro.

La situación de desigualdad y diferencia de poder no solo con el personal penitenciario sino con las personas que vienen “de afuera” de la unidad penal, así como la ausencia de control sobre ciertos aspectos de la vida llevada intramuros dan cuenta de la estructura poderosa de la cárcel sumada a la violencia generada por el propio funcionamiento de las instituciones penitenciarias ejercida de forma

continua y permanente, que lleva a que la persona alojada sea consciente de su vulnerabilidad, lo que puede inferirse en estos dichos:

“Me afecta depender de otro por ejemplo, para salir del pabellón” (José, entrevista 2)

“(me siento vulnerable) Frente a una persona que está en la calle, porque no tengo posibilidades de discutirle, plantarmele, hablar de igual a igual porque no estamos en igualdad de condiciones. Por más que sepa que la otra persona está equivocada, tengo que agachar la cabeza, porque yo soy el preso, y tengo todas las de perder” (Gabriel, entrevista 9)

“Siempre estamos vulnerables. Nosotros nos guste o no nos guste, tenemos que adaptarnos a un régimen penitenciario. Podemos tener un poco de libertad en ciertas cosas pero seguimos estando bajo ese régimen”. (Marcelo, entrevista 20).

Las personas privadas de la libertad expresan sufrimiento y hostilidad contra su extensa dependencia respecto de las decisiones del personal del servicio penitenciario y su restringida capacidad para tomar decisiones, tratándose de pequeñas cuestiones que provocan un permanente malestar, ya que muchas veces se sienten humillados públicamente y juzgados permanente en relación a su conducta. Este malestar y sufrimiento que provoca entre otras cosas la frustración de la capacidad de elegir, constituye como se ha expuesto, una amenaza para la autoimagen de las personas detenidas.

Continuando esta idea, las personas privadas de la libertad son psicológicamente vulnerables en tanto se ven cercenadas las posibilidades de satisfacer sus necesidades y expectativas, sin contar con los recursos para evitar la amenaza que supone el entorno carcelario, ya que como se menciona, se encuentran rodeados de estresores que afectan a su salud mental, viéndose comprometidos entre otras cosas sus intereses, sus creencias y sus afectos.

Del mismo modo, en torno a las relaciones entre internos y personal penitenciario y la adaptación a este medio, es posible de acuerdo a los autores ver en la persona privada de la libertad actitudes de enfrentamiento -tomando características propias de acuerdo a las personas, su tiempo de cárcel y las características de su encarcelamiento- o bien de sumisión a las normativas, lo cual conducirá a que la reclusión sea más suave, con más concesiones por parte de la institución, y con pocas o ninguna sanción. Algo de esto se ve reflejado en las palabras de Dario (entrevista 17):

“Para mí fue un shock el primer día estar privado de mi libertad. Esa adaptación va de la mano de las personas que te tocan, tanto desde el Servicio Penitenciario, como de aquellos que están en la misma situación que uno, los pares. Hay una línea muy delgada en cómo me adapto para bien, como cada día puedo afrontar mi condena. y también está en ser desinteresado y decir que pase lo que tenga que pasar. uno va construyendo para bien o para mal. para hacer mal la tiene más fácil que para hacer bien: todo lo malo que la prisión te puede provocar, desde el no sentirse uno parte del sistema sino resistirse e ir en contra constantemente de lo que lo rodea a uno, desde la convivencia con los pares hasta no respetar la

autoridad e ir en contra de todo aquello que uno lo puede encauzar para arrimarse cada día a la libertad de uno, en los tiempos designados que uno tiene por ley, cada etapa, más en una condena larga”.

Como consecuencia del encierro el cuerpo y todos los sentidos se ven alterados. Como se mencionó anteriormente el aislamiento trae aparejados riesgos de contraer o agravar enfermedades no transmisibles o de provocar padecimientos psíquicos. El hacinamiento y las malas condiciones de habitabilidad, el aumento del sedentarismo y del tiempo de ocio, la disminución y en algunos casos anulación de la interacción social, una dieta alimentaria desequilibrada, el elevado nivel de ruido, la monotonía de colores, olores y sabores, y el malestar psicológico son algunos de los factores que conducen a pensar en un pronóstico poco favorable.

Frente a este panorama desalentador una manifestación común de las personas privadas de la libertad son las lesiones autoinflingidas. Si bien la intencionalidad puede no estar clara, se les puede dar el lugar de manifestaciones porque vienen a mostrar algo: una queja ante alguna medida considerada injusta, una forma de reducir la tensión o los sentimientos negativos, una forma de resolver las dificultades interpersonales, autocastigo por fallas percibidas, una petición de ayuda. Daian (entrevista 10) comenta que durante su primera condena a raíz de haber estado encerrado sin realizar actividades, autoflagelarse fue una opción para él y que en este segundo transitar ha podido aprender de eso: *“Yo paso el tiempo estudiando, leyendo que me gusta mucho, salgo afuera, camino, la recreación, si te quedas encerrado te hace mal, te autoflagelas, en la condena anterior nunca hice nada, he prendido fuego donde he estado... En la segunda condena me autoflagelaba, varias veces. En lo físico no, porque los problemas los traje de afuera, aca mucha atención medica no recibimos. Yo tengo una fístula en la pierna, y el tratamiento se ha atrasado mucho. Los dolores son crónicos.”.*

En estos casos se habla de actos autoinflingidos que causan dolor, heridas o daño físico superficial, pero que no tiene intenciones de causar la muerte. Los ejemplos más comunes de autolesiones son cortes o apuñalamientos en diversas partes del cuerpo (brazos, piernas, abdomen) con un objeto punzante, ingesta de cuerpos extraños (hoja de afeitar, cadenas, alambres, anillos, pilas, cuchara, bombilla) ahorcamientos parciales, quemaduras, costura de boca u ojos con hilo y aguja o alambre. No obstante, no hay que perder de vista que las personas privadas de la libertad son un grupo de alto riesgo de cometer suicidio debido a que las cárceles suelen nuclear grupos vulnerables tales como hombres jóvenes, personas con padecimientos mentales o consumo problemático de sustancias y socialmente privadas de sus derechos. El impacto psicológico del arresto y el encarcelamiento, los síntomas de abstinencia, una larga sentencia de prisión esperada o el estrés diario relacionado con la vida en prisión pueden exceder las habilidades del interno promedio para hacer frente a la situación, y mucho peor en los individuos más vulnerables.

Refiriéndose a las consecuencias físicas percibidas como producto de la situación de estar privado de la libertad, Daniel (entrevista 15) cuenta que *“La visión me ha afectado muchísimo. Casi no puedo leer. Las luces están todo el tiempo prendidas, y mucho tiempo frente al televisor. En lo físico siempre hice deporte, siempre estoy haciendo algo”.*

Cabe destacar que en general uno de los sentidos más afectados es el de la visión, producto como manifiesta Daniel de estar expuesto a la luz constantemente, a las pantallas, pero como se mencionaba anteriormente en general todos los sentidos se ven alterados por la vivencia del encierro, mayormente por la monotonía, y viéndose por ende empobrecida a su vez la vida de las personas.

Contrariamente a lo esperado, algunos entrevistados manifestaron no haber percibido en sí mismos deterioros a nivel corporal e incluso algunos manifestaron que ha sido positivo para su salud:

“Yo me siento bien, pero lo que yo hacía antes no lo puedo hacer ahora. Trato de estar bien, no siento que me haya deteriorado. Me cuido”. (José, entrevista 2)

“También noté, yo era una persona que sufría de asma en mi juventud, acá nunca tuve un episodio. creo que fue mental. Las condiciones edilicias uno pensaría que ayudaría a tener más episodios, pero no” (Dario, entrevista 17).

Se podría pensar que la experiencia subjetiva y el efecto de estos procesos se relaciona con la duración de la condena, la estabilidad del sujeto antes de ser privado de libertad, la permanencia de los lazos con personas no detenidas, la pertenencia a grupos sociales primarios y realizar actividades. En estos recortes de las entrevistas se puede observar como la conciencia de las limitaciones propias de la situación de encierro en la que se encuentran ha aportado a enfrentarlo y evaluar opciones para morigerar y abordar sus efectos negativos, ya sea realizando alguna actividad física, estudiando o trabajando. Por otro lado, hay que destacar que, en muchos casos, estar privado de la libertad constituye una oportunidad en cuanto muchas personas en su trayectoria vital previa a su detención no han podido acceder a derechos humanos básicos como son la educación o la salud.

En este sentido es necesario volver a remarcar la importancia de la palabra de los protagonistas ya que si bien en la teoría pueden realizarse generalizaciones cada caso es particular y cada persona atraviesa el encierro con un bagaje de conocimientos previos y recursos personales, materiales y sociales que lo ayudan a enfrentarlo, que serán analizados en los ejes siguientes.

4.2 EJE N° 2: Resiliencia

La vida puede y debe encontrar grietas para renacer. Los seres humanos tenemos la capacidad para devenir resilientes y poder enfrentar ese bombardeo cotidiano de eventos negativos. Y en ese enfrentamiento nos hacemos más fuertes, más confiados en nuestras fortalezas, más sensibles a las adversidades del prójimo y adquirimos mayor conciencia social para promover cambios que reduzcan la inequidad y el sufrimiento.

Elbio Suarez Ojeda (2008)

En este segundo apartado el objetivo es reconocer en los discursos de las personas privadas de libertad aquellos aspectos que remiten a la resiliencia.

A los fines de esta investigación, se conceptualiza la resiliencia tomando a Suárez Ojeda (1995) como la combinación de factores que permiten a un ser humano, afrontar y superar los problemas y adversidades de la vida, y construir sobre ellos. Así mismo, lo planteado por Salgado Lévano (2009) quien considera como conducta resiliente el prepararse, vivir y aprender de experiencias de adversidad, lo cual adquiere relevancia para las personas privadas de libertad. Como se pudo observar en párrafos anteriores, esta privación y la transición ecológica que implica, es una fuente de estrés, pues supone una modificación del modo habitual de ser y de estar, modificando también las redes personales que como se verá son uno de los factores fundamentales mencionados por los entrevistados.

En algunos casos la posibilidad de anticipación a la situación de encontrarse privados de la libertad es mencionada como un factor importante, así como el acompañamiento de profesionales:

“Yo ya sabía lo que era porque tenía gente del Servicio amiga. Me preparé para venir a estar preso, tuve la oportunidad de prepararme por el tiempo y por esta gente amiga. Me preparé psicológicamente, con psicólogos. (Mauricio, entrevista 21)”

Como se mencionó en el eje anterior una de las consecuencias de la prisionización es el estado permanente de ansiedad, el estar todo el tiempo alerta, en la incertidumbre de no saber qué y cuándo puede pasar algo. Frente a ello, la capacidad de anticiparse o predecir los acontecimientos reduce el impacto del estrés en el bienestar de las personas.

La anticipación implica identificar tempranamente los posibles problemas o desafíos que requieran cambios o adaptaciones, permite prepararse -a través de los conocimientos adquiridos en vivencias previas, lecturas, noticias o por comentarios de otras personas-, formar expectativas más realistas y hacer pronósticos que servirán como marco para operar sobre la realidad, evaluar situaciones y recursos disponibles y/o necesarios. Este proceso posibilita tener una sensación de control sobre lo que está sucediendo y permite en algunos casos sobrellevar la angustia que puede surgir frente a la incertidumbre, así como disminuir los niveles de ansiedad.

Anticiparnos supone un ejercicio de autoevaluación, de consciencia y de conocimiento acerca de nosotros mismos. Puede marcar la diferencia en muchos aspectos de la vida, de modo que trabajar en esta variable puede contribuir no sólo a ser más felices sino también a no estar expuestos a potenciales situaciones peligrosas.

Asimismo, existen manifestaciones positivas en torno al ingreso a prisión relacionadas con una situación de vulnerabilidad previa al ingreso o la trayectoria vital realizada hasta el momento, como comenta Luis:

“Estando afuera como cualquier ser humano común uno tiene que ganarse el sustento, ocuparse de otras cosas, en este caso me permitió ocuparme de otras cosas, estar aca para mi es tiempo libre, puedo dedicarme ocho, diez horas a lo que me gusta. No tengo referencias afuera. No tengo parientes, entonces no corte lazos con nadie” (entrevista 4)

Como se mencionó en el apartado anterior las personas privadas de la libertad muchas veces han pertenecido a colectivos vulnerables antes de su detención, en su mayoría no han podido acceder a educación, salud, trabajo, ni ningún tipo de garantías, siendo producto de un sistema que los genera y luego los excluye. No obstante, el ingreso a la unidad penal puede ser visto como una oportunidad de poder acceder a ciertos derechos, ya que el único derecho que se ve coartado por la pena es el derecho a la libertad ambulatoria, todos los demás deben ser garantizados por el Estado: alimentación, educación, salud, trabajo, condiciones de vida digna. Así mismo, independientemente de su estado de vulnerabilidad social o no, la posibilidad de reflexionar sobre el tiempo que acontecerá durante el cumplimiento de la condena y los recursos disponibles cambia la mirada desde un tiempo muerto y carente de sentido hacia una oportunidad por ejemplo, para concretar alguna meta pendiente que por razones familiares o laborales la persona no pudo realizar o culminar antes y por ende, una posibilidad de crecimiento.

Por otro lado, aparecen referencias a la necesidad de no interiorizar la cárcel, de poner resistencia a acostumbrarse a ese contexto:

“Es un lugar donde uno puede ir adaptándose a los distintos tiempos y en lo que uno no debe acostumbrarse, a no hacer propio este lugar” (Alberto, entrevista 11)

“...no hay que acostumbrarse porque cuando uno se acostumbra va perdiendo esas ganas de decir ya viene lo bueno, ya estamos ahí en el umbral, empezamos a dejar atrás esta parte que nos tocó vivir”. (Dario, entrevista 17)

“me adapté, siempre tengo en cuenta no acostumbrarme... a lo primero me costó, porque nunca me gusto estar acá, que está perfecto, porque si te gusta no valoras la libertad, la vida, no me quería adaptar”. (Elvio, entrevista 16)

Como se ha expuesto, el ingreso a un organismo de estas características conlleva una inevitable y forzada adaptación cuyos efectos están dados por la internalización de conductas y la naturalización de

ciertas prácticas necesarias para sobrevivir en ese ambiente. Por otro lado, cuando las personas hablan de “no acostumbrarse”, dan cuenta de la necesidad de no hacer propio este nuevo ambiente sino conservar los valores y conductas del medio libre. Una de las consecuencias de la prisionización más difíciles de desarraigar es el hecho de “llevar la cárcel dentro” evidenciado al acceder a los institutos de salidas familiares/laborales, libertades anticipadas (libertad condicional o asistida) o una vez cumplida la condena. Frente este medio tan hostil y avasallante que amenaza con desvanecer al sujeto, esta resistencia aparece como un mecanismo de defensa para el yo, que quiere mantener su individualidad frente a este contexto, adquirir lo menos posible los códigos y lenguaje carcelarios, los modos de relacionarse, y mantener el contacto con el mundo fuera de los muros.

A su vez, ser consciente de las limitaciones y exigencias del entorno es un puntapié para reconocer lo que no quieren para su vida y lo que desean y proyectan para su futuro.

Edith Grotberg define la resiliencia como la interacción de factores en tres niveles: el apoyo social, las habilidades y la fuerza interna del sujeto.

Es necesario mencionar que las redes sociales personales -fuentes de apoyo y resiliencia en contextos adversos- inciden directamente en la calidad de vida y sirven como fuente de intercambio de recursos materiales o emocionales. El apoyo social puede entenderse como las interrelaciones que se dan entre las personas, que pueden observarse en la demostración de cariño e interés, escucha, préstamo de objetos materiales, ayuda económica, prácticas de cuidado, sentirse amado, dar consejo, aceptarse, satisfacerse, informarse. Para las personas privadas de la libertad es importante contar con una red de apoyo externa, como pudo observarse se trata mayormente del núcleo familiar, ya que en el apartado anterior se mencionó que las vinculaciones y el grupo de amigos en particular había sido señalado como uno de los que se reduce tras la situación de detención. Mantener estas redes es fundamental ya que constituyen una plataforma de comunicación entre la persona y el entorno social en que vive. En este sentido son variadas las referencias a las redes y el valor que le otorgan las personas privadas de la libertad:

“Mi familia es la que me apoya y me hace seguir adelante. Por ellos ahora me siento bien, estoy viendo un progreso muy grande. Lo que quiero es irme y estar con ellos, es lo que me da fuerza” (Emanuel, entrevista 5)

“Apoyo de mi familia. Cada día cuando te levantas eso es lo que siento”. (Germán, entrevista 6)

“La familia me sostuvo, es el puntal que vos tenes, llueve o truene ellos venían”. (Antonio, entrevista 12)

“El recurso mio, mi familia está: mi padre, mi hermano, mi hija, están ahí esperándome. Han pasado al lado de uno todo este tiempo y uno sabe que están ahí y que han estado incondicionalmente”. (Dario, entrevista 17)

“Me siento fuerte por el acompañamiento de mi familia. Si no lo tuviese no sé, es lo que me da fuerza, que me estén esperando, eso me ha ayudado a seguir adelante con más facilidad, con más ganas de salir”. (Gustavo, entrevista 18)

La familia puede jugar un papel de apoyo emocional y material vital para las personas detenidas en los momentos difíciles, y funcionan como incentivo en relación a su crecimiento personal y cambio. A su vez, la situación de encierro puede otorgar nuevos significados, mayor valoración y estima a estos vínculos.

Según Wills y Shinar (2000) el apoyo que ofrece la familia durante el acompañamiento de las personas privadas de la libertad puede clasificarse de la siguiente manera: a) emocional, que incluye actitudes de apoyo, saber escuchar, dar indicaciones o consejos, lo que permite a la persona privada de la libertad modificar la valoración de las amenazas de los acontecimientos vitales, mejora la autoestima, reduce la ansiedad y/o la depresión, y motiva para salir adelante; b) instrumental, que implica ayuda para solucionar problemas prácticos; c) informacional, que proporciona conocimiento e información y ayuda a obtener servicios necesarios; d) compañía, que refiere a realizar actividades sociales y de ocio que proporcionan distracciones positivas para no pensar en los problemas; y, e) validación, que permite aceptar sentimientos y proporciona comparaciones favorables a través de una retroalimentación sobre el comportamiento. Siguiendo esta línea, el tipo de apoyo predominante en los fragmentos de los discursos de las personas privadas de la libertad entrevistadas es el apoyo emocional.

Asimismo, también aparecieron referencias a las redes construidas intramuros:

“La fuerza de voluntad, tiene que ser de uno, y después el apoyo ya sea interno, los compañeros o yo creo que tengo hermanos acá adentro, como externo, que sería la familia”. (Lautaro, entrevista 7)

“Yo sostengo que el vínculo humano aquí dentro es muy importante. Si a la soledad de la falta de la familia le sumas la falta de los compañeros se haría insoportable”. (Alberto, entrevista 11)

En estos fragmentos se vuelve a resaltar la importancia de las redes de apoyo, en este caso las formadas con los pares, con quienes comparten la misma situación de estar privados de la libertad, independientemente de los delitos por los cuales cumplen una condena. La importancia en principio parece estar puesta en la necesidad de compartir espacios de convivencia con muchos otros durante un largo periodo de tiempo, lo cual conlleva necesariamente acuerdos implícitos y/o explícitos. Pero a su vez y tal vez aún más importante, estos vínculos les permiten sostenerse emocionalmente, construyendo herramientas para afrontar las diferentes dificultades que acontecen.

Tomando lo planteado por Vanistendael, Lecomte y Cyrulnik, la resiliencia remite a la capacidad de una persona o de un grupo para desarrollarse bien, para seguir proyectándose en el futuro a pesar de acontecimientos desestabilizadores, de condiciones de vida difíciles y de traumas a veces graves.

“Hay que pensar un futuro, planificar, es un motor importante, porque sino qué sentido tendría. Estamos hablando de una condena larga. Saber que puedo acceder a algo, a tener un trabajo, tener una relación

ayuda mucho ... Deje de lado pensar en todos los años que tenía por delante, porque sabía que eso no me iba a hacer bien. Ahora sí los proyectos toman más fuerza. El recorrido más largo ya lo he hecho".
(Marcelo, entrevista 20)

Es observable que existen diferencias en las percepciones entre distintas personas en relación no solo con la cantidad total de la pena ya que no será lo mismo para una persona que deba cumplir una pena de cuatro, diez o veinticinco años de prisión, sino también en la proyección de cada persona al iniciar el tránsito de la condena y una vez que se encuentran accediendo a salidas transitorias o más cerca de cumplimentarla. Mayores tiempos por delante pueden producir una reducción del interés o de la participación en actividades que le resultaban significativas, sensación de desapego, reducción de la vida afectiva, así como la sensación de un futuro desolador y desesperanza. En torno a la realidad social y económica de nuestra sociedad, posiblemente esta mirada con desesperanza tal vez es atinada pensando en las dificultades para conseguir empleo, la estigmatización que recae sobre las personas privadas de la libertad y la carencia de una asistencia post-penitenciaria eficaz. Todos estos factores dificultan la reinserción social afianzando su sensación de desesperanza, y su dificultad para elaborar un proyecto futuro.

En este sentido es fundamental para la persona ver las condiciones concretas y creer que ese futuro es algo tangible frente a todas las vivencias desfavorables. Poder visualizar el fin de la condena, le permite pensar en la situación de dejar atrás los muros con positivismo y empezar a hacer un esbozo de un proyecto de vida basado en sus expectativas, sus intereses, recursos económicos, vínculos que haya podido mantener o crear, ya que como se mencionaba es muy difícil pensar un proyecto sin un contexto que acompañe. Para quienes cuentan con lazos en el exterior, sean familiares o contactos establecidos a través de la participación en instancias educativas o laborales, se acrecientan considerablemente las posibilidades de reintegración en la sociedad y la concreción de las metas propuestas, especialmente por la contención y motivación que estos brindan.

La fuerza y aporte del concepto de resiliencia radica en la superación de la adversidad, pero también en la transformación y el crecimiento que las personas pueden experimentar a partir de ella, un proceso que vislumbra un nuevo sentido a la vida y que aporta en consonancia a la futura reinserción de la persona privada de la libertad.

4.3 EJE N° 3: Pilares de resiliencia

El enfoque de la resiliencia, con sus particularidades, se integra dentro de un conjunto de miradas que analizan las posibilidades y los recursos de los seres humanos y las comunidades para sobrevivir y desarrollarse en condiciones desfavorables de vida, dentro de un medio cada vez más complejo y hostil que se asocia, fundamentalmente, con la pobreza y la inequidad.

Daniel Rodríguez (2008)

En el desarrollo de este eje el objetivo es problematizar a través de los discursos de las personas privadas de libertad los pilares resilientes.

Cuando se habla de pilares resilientes se refiere a aquellas capacidades que hacen posible que las personas se encuentren en mejor disponibilidad de afrontar de forma exitosa las adversidades de la vida. Estas capacidades pertenecen al ámbito individual de las personas -sin ser innatas o generadas exclusivamente por los individuos-, desarrollándose y construyéndose en interacción con el entorno cercano (familia, instituciones educativas, grupos de pertenencia, entre otros).

Partiendo de la línea planteada por Grotberg y tomando en cuenta los pilares de resiliencia que plantean Puig y Rubio (2011) desarrollados en el encuadre teórico se pudo observar lo siguiente:

En cuanto a las **fortalezas intrapsíquicas**, que refieren a aquellos recursos internos de cada persona, que pueden ser fortalecidos en su interacción con el ambiente, conforman su personalidad y les protegen frente a la adversidad se pudieron distinguir autoestima, locus de control interno y creencia en Dios.

- Autoestima.

La autoestima y la autopercepción pueden verse deterioradas por las tensiones del medio carcelario. Mantenerla o potenciarla permite a la persona privada de la libertad ser más autónoma, tener un juicio propio y hacerse responsable de sus elecciones, valores y acciones, enfrentando de mejor forma las dificultades que se le presenten y la vida en general. Ejemplo de ello son las siguientes afirmaciones de los entrevistados:

“Confianza en mí mismo, cada vez más. Más capacidad de analizar las cosas, más marco teórico”. (Luis, entrevista 4)

“doy gracias a que me he podido moldear para bien, y brindarle a la otra persona sin esperar. también poder decir lo que me ha servido, ofrecer el conocimiento de lo que ha transitado, no es que uno habla por hablar, sino que puede tener sustancia. Yo me siento mucho más fuerte en mi carácter, saber tomar decisiones, saber decir que no, decir que sí, antes tal vez era muy manejable”. (Dario, entrevista 17)

En este caso para Luis, su autoestima se fundamenta y acrecienta en base a los conocimientos que ha adquirido y sigue adquiriendo, que le permiten analizar la realidad, mientras que para Darío su fortaleza y crecimiento logrado del conocimiento obtenido a través de la experiencia se expresa en ofrecer ese conocimiento y en la toma autónoma de decisiones. En ambos casos, la autoestima es un pilar que el contexto y la superación de la situación de adversidad ha permitido desarrollar y profundizar.

- Locus de control interno/conciencia por motivos personales.

El locus de control hace referencia a la percepción de las personas en torno al grado de control que tienen sobre lo que acontece en su vida. Como se ha mencionado, la situación de detención puede provocar en las personas ideas fatalistas derivadas de la dependencia casi absoluta de la institución. De allí la importancia de esta fortaleza, poder pensar que más allá de las normas impuestas y las limitaciones, la persona puede hacer algo con esto que le está sucediendo.

“Aprendí valores, lo principal. Yo era una persona adicta, muy metido en la cocaína, al principio de la condena seguía muy metido en eso, no veía la realidad de la vida, no le daba valor a mis hijos, los esfuerzos que hacía mi familia para traerme ya sea yerba o asado. Era como que se iba a acabar el mundo y tapaba todo con la droga. Ahora que estoy sobrio veo todo de otra manera. La he visto sufrir a mi mamá, ella piensa que lo que yo hice tuvo que ver con la crianza que me dio. Y yo creo que ella fue buena, la decisión fue mía”. (Lautaro, entrevista 7)

Lautaro se hace responsable de su situación actual y de los hechos que lo llevaron a ella, sin echarle la culpa a otras personas ni a su consumo problemático de sustancias. En contraposición al locus de control externo que implica el pensamiento de que otras personas o las circunstancias son las que dominan nuestra vida, se señala como locus de control interno ya que es consciente de que la problemática está en sus manos y es capaz de salir adelante, aunque existan fuerzas externas que lo pueden desestabilizar.

- Espiritualidad/creencia en Dios.

Es frecuente que experimentar experiencias límite o adversas produzca en las personas cambios en la espiritualidad y en su filosofía de vida que implican variaciones en su escala de valores e incluso apreciar el valor de cosas que antes se obviaban o se daban por supuestas. En este sentido la situación de encarcelamiento no es una excepción, sino que, como se verá, son múltiples las referencias al lugar de la espiritualidad en el tránsito de la pena:

“Desde que empecé tuve temor a lo desconocido, pero lo espiritual es un recurso. Siempre me apegué a Dios, a la biblia, siempre me trajo paz en mi corazón. Me hice fuerte en todo momento pensando en mi hijo, en mi papá que todavía lo tengo. Dios es mi sustento día y noche”. (Nestor, entrevista 8)

“Punto número 1, espiritual. La búsqueda de Dios. Yo era creyente, estaba alejado, enojado con Dios por muchas cosas que no entendía, pedía en oración cosas y no se me daban, entonces me enojé con Dios y acá me amigué. Me tomé fuerte de su mano, porque no tenía otra cosa”. (Nelson, entrevista 13)

“Mi familia siempre me inculcó la fe. Acá me acerque mucho más. Hay gente que vive quejándose, no hay que quejarse, hay que pedir con fe y con el tiempo las cosas van a ir cambiando. Cuando uno tiene fe y pide las cosas se dan. A mí se me dieron un montón de cosas, tal vez se cierra una puerta y se abren varias”. (Héctor, entrevista 14)

“Soy una persona muy creyente, estuve bastante comprometido con la religión y con dar la palabra. Siempre lo primero es Dios, más allá de la familia. Sin Dios no existiría la familia, no existiría nada. Todo lo que pasa es por el propósito de él. En algún momento voy a hacer algo por las personas que le hice daño. Cuando estuve en la Iglesia, hice un centro de rehabilitación en Anacleto Medina con dinero que ya no quiero por cómo lo obtuve”. (Daniel, entrevista 15)

“ese recurso ligado a la fe de cada uno, en mi caso yo soy creyente en Dios, que me ha ayudado mucho también. aferrarse a lo tangible en lo inmediato y también ir construyendo cada pensamiento en lo bueno” (Dario, entrevista 17)

“Estando acá uno se aferra mucho a la parte religiosa. Por eso siempre digo que doy gracias a Dios que me da fuerza para salir a trabajar y seguir. Antes de ingresar era creyente, pero iba a la iglesia a calentar el banco. Fue acá que me acerqué y conocí con más profundidad. No sé si es el encierro, la necesidad de creer en algo, o si es algo más profundo”. (Eduardo, entrevista 22)

La cantidad de referencias tal vez puedan explicarse porque la situación de encierro confronta a las personas directamente con la adversidad, sentimientos de culpa, sufrimiento, muerte, lo que la convierte en un lugar propicio para interiorizar e intensificar el acercamiento a la religión.

La creencia en Dios y su función como pilar resiliente aparece ligado a la moralidad, como dicen los entrevistados “hacer algo por las personas a las que hice daño”, “construir el pensamiento en lo bueno”. Por otro lado, también tiene una función motivacional “me da fuerza para salir a trabajar y seguir” y para manejar los sentimientos de inseguridad y soledad propios del tránsito por esta institución total “Siempre me apegué a Dios, a la biblia, siempre me trajo paz en mi corazón”, “estaba alejado, enojado con Dios...y acá me amigué. Me tomé fuerte de su mano, porque no tenía otra cosa”, haciendo más tolerable el tránsito de la prisión.

Estos pilares van evolucionando conforme lo hace el individuo y en las diferentes etapas del ciclo vital pueden manifestarse de forma diferente.

Por su parte, las **habilidades para la acción** refieren a aquellas destrezas y habilidades que pueden ser entrenadas por la persona y verse fortalecidas dependiendo del contexto y momento evolutivo, apareciendo como manifestaciones intrapsíquicas, y a su vez observables, entre ellas establecer relaciones positivas, analizar situaciones antes de actuar, expresar sentimientos y pensamientos, y respetar normas.

- Establecer relaciones positivas.

Como señalan algunos entrevistados, al ingresar a prisión han tenido la posibilidad de optar por elegir un “camino bueno” o un “camino malo”, lo cual implica también la elección acerca de con quienes eligen relacionarse para continuar en uno u otro, ya que en ambos sentidos pueden adquirir conocimientos a través de otras personas que se encuentran en la misma situación que ellos, pero con más experiencia.

“Siento que muchos celadores me han apoyado y se han tejido relaciones parecidas a una amistad. Me han aconsejado, te van guiando. Y eso te da fuerza y creo que estoy aprendiendo de todos algo”. (Eduardo, entrevista 22)

“Doy gracias porque desde un comienzo porque tanto personas del servicio, como personas que han pasado conmigo y ya se han ido, uno ha sabido recibir cada una de esas advertencias o buenos consejos, poder saber decidir qué es lo que uno tiene que hacer en el día a día para poder sobrellevar una pena de quince años en mi caso”. (Dario, entrevista 17)

“Conocí gente muy positiva, me fijé cómo superaban, qué técnicas usaban y superé copiando lo bueno de la gente, de mi casa, de mi madre. Ella fue una persona que sufrió mucho y ha superado muchos obstáculos.” (Nelson, entrevista 13)

Se infiere de las palabras de los entrevistados que dentro de las experiencias -transmitidas como saberes- se encuentran los códigos internos a la prisión, que no implica sólo un lenguaje sino sobre todo cómo deben manejarse en distintas situaciones. Asimismo, encontrar personas con las cuales compartir la estancia en prisión provee de contención en lo anímico y fuente de aprendizaje.

Por otro lado, frente a este medio hostil que arrebató contra la subjetividad provocando sentimientos de soledad, vacío, extrañeza, las relaciones aparecen como un elemento clave para enfrentar y soportar el tiempo privado de libertad. A través de las relaciones positivas con agentes penitenciarios y personas que vienen del medio social libre a realizar actividades -como los docentes de los cursos de formación profesional o la escuela- se genera un espacio que representa “el afuera” y los mantiene conectados con el exterior, y que devuelve un poco de humanidad a través de un trato personal diferente al carcelario, con un lenguaje que les hace sentirse hablados como personas, salir -así sea momentáneamente- del anonimato que impone el sistema, y fortalecerse.

- Analizar situaciones antes de actuar.

La dificultad en el control de los impulsos es un elemento común en distintos informes evaluativos de las personas privadas de la libertad. Más allá de las características personales que cada persona trae previas a su detención, también es necesario remarcar que en lugares donde hay poco lugar para la palabra y abunda la desigualdad, prima la violencia. Cuando la persona se encuentra bajo presión, es común que cometa errores y reaccione de forma impulsiva ya que, en estas situaciones, suele dejarse de lado la lógica y se actúa únicamente por instinto.

En este sentido Pablo comenta que *“cuando me suceden las cosas me tomo el tiempo para analizar, cómo estoy parado, como solucionarlo, con quien puedo contar”* (entrevista 1)

Por otro lado, Daian señala que aprendió esta habilidad en su tránsito por la unidad penal a partir de un consejo y por su experiencia: *“Respiro hondo y cuento hasta cinco, eso aprendí acá. Me lo decía un compañero porque reaccionaba, uno quiere ser más que otro, nadie se va a dejar pasar por encima. A veces es mejor hacerse el sordo”*. (entrevista 10)

Esta fortaleza favorece el crecimiento a partir del aprendizaje sobre la reflexión de las acciones pasadas, logrando avances a partir de situaciones de conflicto y frustración, anticiparse a posibles adversidades y la evaluación sobre los pro y los contra de las situaciones así como de las herramientas personales y recursos con los que se cuenta.

- Expresar pensamientos y sentimientos, pedir ayuda cuando se necesita.

Como se ha mencionado en varias oportunidades hasta aquí, el tránsito de la pena produce en las personas sentimientos de soledad, angustia, frustración, y en general no se crean relaciones de confianza que permitan dar lugar a esas emociones y hacer más llevadero el tiempo, entre otras cosas, porque en la cárcel la persona necesita no mostrar signos de debilidad, sino proyectar una imagen que indique que nada le afecta y puede con todo. La incertidumbre por lo que pasará si se cae esa máscara, y hasta la vergüenza, obstaculizan la expresión honesta de los pensamientos y sentimientos. Esta es, como se señaló, una de las razones por las cuales es fundamental el establecimiento de relaciones positivas. Por otro lado la palabra mediatiza los conflictos, y puede reducir los niveles de violencia, como expresa Matias en relación a su accionar:

“Siempre utilizando el diálogo, si pasa algo te llamo y te digo necesito hablar con vos. Aparte perdes el tiempo en los conflictos.” (entrevista 3)

Así mismo, las unidades penales cuentan con un servicio de psicología al cual las personas privadas de la libertad pueden solicitar atención, ofreciéndose en la actualidad sesiones individuales y grupales. En este sentido Nelson habla de las posibilidades que le brinda este espacio, a través de la escucha y el trabajo para identificar sus dificultades y vislumbrar posibles caminos:

“Yo siempre fui expresivo, porque me afectó tanto que mi papá no fuera afectivo conmigo. Necesité ayuda y no la busqué, a los psicólogos los veía como algo que no era tan bueno, hoy los veo diferente. Veo bien sus herramientas. Hoy no veo la hora de ir para hablar.... Espero la sesión de psicología para llevar lo que me ha pasado. Para identificar, desmenuzar y lograr una solución. Pero estoy juntando cosas para llevar a las sesiones. Y preguntar cómo superar eso”. (entrevista 13)

La capacidad de expresar pensamientos y sentimientos, así como pedir ayuda cuando se necesita, favorece la autoobservación, apreciar las debilidades, los miedos y darles un lugar, y de igual manera,

reconocer las capacidades, recursos y habilidad para llevar la vida que se desea, fortaleciendo el crecimiento personal.

- Respetar normas y límites.

Adquirir la capacidad de comprender y respetar la ley es uno de los objetivos de la pena privativa de la libertad. La cárcel como institución tiene normas de funcionamiento propias a las cuales debe someterse la persona privada de la libertad a lo largo del régimen progresivo de la pena, que se irá flexibilizando de acuerdo vayan adquiriendo los distintos institutos previstos por la ley. En este sentido José comenta: *“Yo hago las cosas como acá me dicen. Uno tiene que respetar las condiciones. Llegar a horario, quedarse en la casa en las salidas”* (entrevista 2).

El aprendizaje de normas es necesario en toda sociedad ya que contribuye a una convivencia más organizada y promueve el sentido del respeto hacia los demás y hacia uno mismo. En general la familia constituye el primer grupo social en el que la persona aprende a convivir, conocimiento que se va ampliando y reconstruyendo en cada institución que la persona atraviesa, como la escuela, clubes, trabajos y en este caso, la institución carcelaria. Esta habilidad le permite a la persona saber cómo debe comportarse en determinadas circunstancias, brindando seguridad en el accionar y contribuyendo a manejar mejor las frustraciones.

Por último, las **competencias o respuestas amortiguadoras** refieren a los mecanismos que se activan en las personas como consecuencia de la situación estresante concreta, que incluyen aspectos como flexibilidad, adaptación y resistencia, visualizadas en los entrevistados como Matías, cuando expresa de sí mismo: *“Soy una persona macanuda y todos los días intento, me pego contra la pared y sigo intentando.”* (entrevista 3).

Asimismo, y más frecuentemente en los discursos de las personas privadas de la libertad, las respuestas amortiguadoras frente a la situación de encierro se manifiestan en acciones concretas que tienden a ocupar el tiempo para que no sea un vacío ocioso, sino que se vuelva productivo, ya sea en distintas actividades formativas, como en actividades laborales y/o recreativas, como se señala a continuación:

“El abanico de oportunidades de la educación, el estudio que me lleva a no pensar tanto. La recreación, los recreos que contamos en el pabellón para hacer educación física.” (Matías, entrevista 3).

“Lo mío es mi taller. Trabajo todo el día. Si no tengo algo que hacer no salgo del pabellón.” (Pablo, entrevista 1).

“Después el hecho de ver situaciones de enfermedad, ver que una persona sale del pabellón y no vuelve. Eso lo afecta y lo hace pensar “yo no quiero pasar por esa situación”, y hace que uno adopte ciertas medidas para decir que es lo que tengo que hacer para que esto sea lo menos dañino posible. y una de esas herramientas ha sido el estudio acá, para ocupar la mente en algo que no solo es beneficioso a futuro, sino que me distrae de la monotonía de quedarse y no hacer nada, de esperar que el tiempo pase. en lo personal

que cada situación me afectó para bien, aunque hayan sido adversas, uno siempre busca el hecho de poder tomar eso para bien, no quedarse con lo malo. aceptar que hay cosas que son irremediables y tiene que pasar como la muerte, y otras que uno las tiene que trabajar internamente". (Dario, entrevista 17).

Se puede inferir de estos fragmentos que el participar de actividades es un elemento que contribuye a la salud física y mental, generando experiencias de satisfacción -que en este medio son escasas-, morigerando los efectos de la prisionización.

En cuanto a los pilares de la resiliencia formulados por Aldo Melilo, se destacan los siguientes:

- **Introspección.**

Como se abordó en el encuadre teórico conceptual, este pilar se define como el arte de preguntarse a sí mismo y darse una respuesta honesta. Es la capacidad de poder adquirir un conocimiento de cómo somos que permite configurar una visión realista de nuestras habilidades, recursos y defectos con lo que aumentaremos las probabilidades de acertar en nuestras decisiones. En esta línea, Pablo comenta *"cuando me suceden las cosas me tomo el tiempo para analizar, cómo estoy parado, como solucionarlo, con quien puedo contar"* (entrevista 1).

Esta capacidad depende de la solidez de la autoestima, ya que una exacerbada crítica interna o ideales muy exigentes con un nivel bajo de autoestima da como resultado no poder darse una respuesta honesta especialmente frente a autocríticas que puedan lesionar o poner en peligro el equilibrio del yo. En este sentido los recortes realizados de las entrevistas muestran que las personas han podido realizar ajustes en sus percepciones de sí mismos, para evaluar sus acciones pasadas con franqueza y definir en base a sus deseos, sus conductas y proyectos:

"soy una persona que me ha costado creer en mí mismo, en que uno pueda alcanzar los objetivos. En ese sentido esta situación me ha llevado a ver que uno con determinación, esfuerzo y trabajo, logra los objetivos. Soy una persona que se compromete cuando tiene un camino a poder dar lo mejor de uno y estar siempre dispuesto a aprender para no errar en ese camino. no rendirme. aprender a ser constante, a tener una confianza también en la otra persona, con respeto, con esfuerzo uno va alcanzando esas cosas. hoy en día si tengo que fijarme una meta sé que lo hago, sabiendo que lo puedo alcanzar. tal vez antes mirando hacia atrás tenía personas que ayudaban a que llegara". (Dario, entrevista 17)

"He hecho cosas de las cuales no me enorgullezco y otras de las cuales me arrepiento mucho, pero también he hecho cosas buenas, eso es difícil de ver... Hace seis años mi vida hizo un click, dije no más. Porque mi vieja me está esperando, para mí ella es todo, es lo que más amo en la vida. Me dije a partir de ahora voy a hacer las cosas bien, quiero ser diferente, quiero cambiar. Hoy estudio, trabajo, le meto la mejor onda. A veces me pasa como ahora, que me retiro del juego, que dejo las cosas. Se me va la motivación y dejo". (Gabriel, entrevista 9)

“A lo que estaba en la calle me recupere un montón, porque yo vivía en un mundo en el que trabajaba y la mitad le daba a mi mujer y lo otro me lo deliraba. Aprendí a administrarme”. (Emanuel, entrevista 5)

Asimismo, la introspección aparece en la comprensión de sí mismo y de otras personas, con aceptación de las dificultades, sin culpar a los demás, como expresa José (Entrevista 2): *“Yo no me siento mal porque sé por qué estoy acá, y es la ley. El que tiene la culpa es uno.”*.

Esta habilidad implica la capacidad de observar el entorno y comprender cómo funciona, poder nombrar o etiquetar el problema y ser capaz de observarlo externamente. En los discursos extraídos, puede advertirse también la comprensión en torno a lo que les sucedió al ingresar a la unidad penal, y como usar la experiencia pasada para ayudarse en el presente:

“A mí me afectó un montón, por ejemplo, la separación me afectó un tiempo. Pero a través de eso pude tratar conmigo mismo y ver lo que tengo que modificar en mí”. (Matias, Entrevista 3).

“Por eso no creo que sea algo negativo, si venís a este lugar es como un freno en tu vida y te hace recapacitar, hay que aprovecharlo y darte ánimo para profundizar, tomarte el tiempo, calmarte, analizarte vos mismo, tu vida, que cosas podés proyectar y ver los errores para no cometerlos de nuevo. Siempre teniendo el consejo de buenas personas, hay personas que te aconsejan para bien y otras que te aconsejan para mal. Es una barrera para tomar fuerza impulsarse, y superarse a sí mismo... Cambie el carácter, porque antes no era una persona de escuchar o contestaba mal” (Néstor, entrevista 8).

“Yo me esforcé en todo este tiempo para hacer el bien al otro. Yo afuera era egoísta, pensaba en mí mismo, y me propuse forzar a mí mismo para cambiar esa debilidad mía. En los pabellones que estuve he hecho cosas para el otro, desinteresadamente, para procesarme a mí mismo, transformarme, para saber que se puede... A mí me afectó para bien, no se si porque soy optimista, estoy haciendo cosas que no hubiese hecho o alcanzado afuera, quizá me hubiese descansado en los laureles, me hubiese quedado con lo que tenía... Afuera yo solucionaba las cosas con alcohol, que en realidad no solucionaba, sino que agravaba todo” (Nelson, entrevista 13).

En cada caso, los entrevistados han demostrado la capacidad de hacer una autoobservación de sí mismos, identificando limitaciones y fortalezas o capacidades, cambios en su personalidad y modos de relacionarse, conocimiento que les ha valido para habitar el entorno carcelario.

- **Independencia.**

Como se ha descrito, esta capacidad refiere a saber fijar límites entre uno mismo y el medio con problemas, mantener distancia emocional y física sin caer en el aislamiento. A su vez, le permite a la persona juzgar las variables en juego en una situación determinada sin que predominen los deseos del

sujeto, expresándose en la aptitud para vivir en forma autónoma y tomar decisiones por sí mismo, tal como expresa Darío:

“uno puede hacer algo en cualquier situación adversa, a veces solamente es salir de una situación para que eso no genere una situación mayor...Yo me siento mucho más fuerte en mi carácter, saber tomar decisiones, saber decir que no, decir que sí. antes tal vez era muy manejable” (entrevista 17).

La independencia implica posicionarse como actor y protagonista de la propia vida. En este caso la separación de la familia, los amigos, las situaciones cotidianas, requieren que la persona sea capaz de balancear las necesidades personales y las demandas del medio, observar las experiencias vividas en el pasado, ser consciente de estas y considerarlas un desafío para no repetir las mismas conductas. En las palabras de Mauricio se evidencia la capacidad adquirida de analizar las circunstancias para tomar la decisión que cree más conveniente para sí:

“Al principio trabajé, no me sentía cómodo, deje. Ahora volví, esperé el momento que pudiera ir y estar cómodo. Creo que me puedo manejar para mi beneficio”. (entrevista 21)

Del mismo modo, Antonio da cuenta de cómo pudo observar su contexto y aprovechar las oportunidades para mantenerse en actividad:

“Por lo que yo veo si lo tomas de una forma personal y le querés sacar provecho, lo podes hacer, en el tiempo que llevo acá sacando la pandemia, hice siete cursos, trabajé, hice yoga, hice musicoterapia, intervine en cuanto evento se podía intervenir. Pero todo de manera personal, con el fin de que mi cabeza no quede chata” (entrevista 12).

Estos fragmentos dejan entrever que no todo es imposición en las cárceles, sino que existen posibilidades de acción -con las limitaciones del caso- en las cuales la persona puede optar por conocer y participar, a partir de sus capacidades y autonomía de elección.

- **Capacidad de relacionarse.**

La capacidad de relacionarse con otros es la primera fase en el establecimiento de relaciones íntimas. Como se fundamentó anteriormente, este pilar implica la habilidad para establecer vínculos con otras personas, equilibrando la propia necesidad de afecto con la actitud de brindarse a los otros.

Se ha mencionado a lo largo de este trabajo los elementos que dificultan u obstaculizan crear lazos dentro de las unidades penales, siendo uno de ellos la desconfianza y el prejuicio sobre la honestidad en el accionar de las personas privadas de la libertad, no solo desde la mirada externa sino también entre los pares. Tal es el caso de José quien expresa: *“Acá no se puede contar muchas cosas, porque uno no sabe, capaz muestran una cosa y son otras. A mí no me gusta que me pregunten, no soy de contar todas mis cosas.”* (entrevista 2). También Gabriel manifiesta lo propio en relación a lo que piensa en torno a los

motivos del encarcelamiento de algunas personas y cómo eso ha influido en su capacidad de relacionarse y el aprendizaje que ha obtenido en el tiempo:

“He convivido con muchas personas de diferentes papeles, carátulas y aprendí que no hay que juzgar, más allá de lo que hayan hecho o no. No perdono a los que se meten con las criaturas. Pero antes que nada les pregunto por qué o cómo y si me convence su respuesta bueno, lo dejo pasar sino andá le digo” (entrevista 9).

No obstante, se pudo registrar de las entrevistas que se generan relaciones tanto entre las personas privadas de la libertad como entre éstas y el personal del servicio penitenciario y personas externas a la organización que contribuyen a que el tránsito de la pena sea más ameno y se aprecien nuevas oportunidades. Como expresa Matías:

“Lo primero es la relación con los compañeros y los celadores, ustedes, los que vienen de afuera, docentes, tutores. El abanico de oportunidades de la educación, el estudio que me lleva a no pensar tanto.” (Matías, entrevista 3).

Por otro lado, en el caso de José, encuentra en sus salidas transitorias satisfecha su necesidad de afecto:

“Yo me siento contento porque la gente me saluda bien cuando voy a mi casa. No cambió nada, es todo como antes” (entrevista 2).

En general la capacidad de relacionarse se manifiesta en la valoración hacia las relaciones interpersonales, la intimidad y los rituales, como compartir la mesa. Este valor es puesto de manifiesto por Lautaro cuando expresa: *“Creo que se pueden hacer vínculos de amistad, con algunos se forma como una familia. En el momento que teníamos la visita adentro, una navidad o fin de año se cruzaban las familias, nos quedábamos las familias juntas con algunos.”* (entrevista 7)

Es necesario volver a mencionar que establecer una red de apoyo, de amigos, en el trabajo, en la escuela, y aun en una organización como la cárcel, conlleva encontrar un soporte emocional fuera de la familia. Esta capacidad implica ser consciente del dolor y el daño generado en el pasado y elegir relaciones cuidadosamente sin que lo vivido llegue a bloquear la intimidad.

- **Iniciativa.**

Este pilar incorpora entre las fortalezas la voluntad de intentar una acción es pos de un objetivo, exigirse y ponerse a prueba en tareas progresivamente más exigentes y complejas, independientemente de obtener en ese momento lo deseado.

La pena privativa de la libertad es progresiva, es decir, la persona tiene la posibilidad de avanzar en el régimen progresivo de la pena en distintas fases que le permitirán conducirse paulatinamente a la recuperación de su libertad, lo cual dependerá del cumplimiento de objetivos fijados por las autoridades penitenciarias a través de su propio esfuerzo, en la participación de las herramientas treatmentales que se ofrecen desde los servicios penitenciarios como del comportamiento diario, visualizado en la adherencia a las normas y ausencia de sanciones disciplinarias.

En este sentido, el objetivo fundamental de todas las personas privadas de la libertad es justamente recuperar esta, como lo expresan Lautaro y Marcelo, respectivamente:

“Tengo como objetivo salir lo antes posible. Tengo proyectos, lo primero sería enfocarme en un trabajo digno”. (entrevista 7)

“Es un entorno de encierro, obviamente que al principio es muy duro, ¿no? Pero haciendo las cosas bien y tratando de superarse uno en todo puede ir accediendo a beneficios para que este encierro sea más llevadero. Yo empecé a trabajar, demostré mi capacidad, me abrió ciertas puertas para cambiar de pabellón. Después el estudio me abrió otros tipos de puertas, de ir a rendir afuera. Lo que me he planteado me ha abierto ciertas puertas”. (entrevista 20)

El objetivo es dejar atrás la cárcel lo antes posible, no obstante, en el tránsito van apareciendo oportunidades de participar de proyectos, autorrealizarse, y enfrentar desafíos. En este sentido, la iniciativa implica hacerse cargo de ese transitar, de los problemas y de ejercer control sobre ellos. Se extraen a continuación algunos fragmentos de entrevistas donde puede inferirse la presencia de este pilar:

“Mi familia vive lejos, aprendí a ingeniármela, a tallar, a trabajar, hacer artesanías para tener mis cosas de higiene, mi ropa, plata, mis cosas. Los penales te dan herramientas para que vayas progresando en el camino, depende de uno agarrar esas herramientas, aprovecharlas”. (Gabriel, entrevista 9)

“No soy una persona que se quede con una cosa. con la artesanía me he ganado la vida acá, acá aprendí a tener constancia también en eso y no me ha ido mal ... Cuando aprendes algo nuevo siempre está el desafío de poder mejorarlo. así sea de una manualidad, de hacer un arbolito, a un proyecto más ambicioso de decir soy electricista, el año pasado estaba estudiando autocad para hacer los planos de vivienda o complejos más grandes, la estructura de una instalación, y así poder tener un ingreso mejor. uno ha aprendido a poder empaparse de información para poder mejorar”. (Dario, entrevista 17)

Como puede observarse, este pilar se encuentra en estrecha relación a los pilares de la introspección y la independencia ya desarrollados, ya que esta voluntad de hacer está ligada al conocimiento tanto de sí mismo como del entorno -en sus potencialidades y limitaciones- y la toma de decisiones.

- **Humor.**

El humor es un vehículo de comunicación y es una forma útil para liberar ansiedad, tensión e inseguridad. Asimismo, puede resultar un buen mecanismo de defensa ante situaciones adversas, fomentando un mayor bienestar y disfrute, estimándose como una de las fortalezas del ser humano.

En lo que refiere al nivel cognitivo, el humor ayuda a pensar de forma racional frente a disonancias cognitivas o concepciones irracionales; a nivel afectivo suministra niveles de alegría y energía, y a nivel conductual favorece experiencias viabilizando nuevos modos de actuar.

En este caso Nelson es capaz de discriminar el recurso del sentido del humor como un elemento valioso para el tránsito de la pena, mostrando además en él la capacidad de observar esto e intentar adquirir esta fortaleza:

“El sentido del humor es algo que me llamó mucho la atención en personas que han pasado ya muchos años acá, tienen una entereza digna de imitar” (entrevista 13).

A través del sentido del humor la percepción de una situación puede reconfigurarse y producir un cambio en el afecto y el comportamiento de las personas, lo que permite ahorrarse sentimientos negativos -así sea transitoriamente- y soportar situaciones adversas. Posee el valor de un recurso simbólico sostenedor del lazo social que sirve para destrabar situaciones cotidianas, tal como expresan Daniel y José, respectivamente:

“Siempre trato de tomarme las cosas con humor, si hay un conflicto trato de calmar las aguas siempre”. (entrevista 15)

“A veces uno se pone a hacer chistes para pasar el tiempo”. (entrevista 2).

El humor se muestra como un elemento muy útil en la resiliencia ya que como se mencionaba, llega en muchos casos a relativizar los problemas, a descubrir aspectos positivos no contemplados, a afianzar las relaciones con los demás y permite trascender el momento concreto y crear distancia entre el problema y la persona, pudiendo lograr incluso encontrar un sentido para reanudar la vida, favoreciendo el reencuentro con uno mismo.

- **Creatividad.**

A través de esta habilidad, las personas usan su imaginación y transforman las cosas, innovando. Es fruto de la capacidad de reflexión, ya que la capacidad de pensar sobre los propios pensamientos, abre el camino a la capacidad de generar nuevos conceptos, apreciaciones de situación, posibilidades de acción, incluyendo la posibilidad de apoyarse en lo que el entorno le brinda, lo que incrementa su capacidad de desenvolverse en el mundo. En este sentido, ante la escasez de recursos del medio carcelario, las personas

utilizan la creatividad tanto para pasar el tiempo haciendo manualidades, como escribiendo cuentos y poesías, o como en el caso de Luis, proyectando una posible actividad laboral:

“Una de las cosas que aprendí es la capacidad que tengo de crear algo como un trabajo, o emprendimiento, actualmente mucho se hace virtual y si bien yo no entiendo de computadoras y no me interesa, veo la oportunidad de sacar un crédito haciendo asesoramiento académico” (entrevista 4).

Como puede advertirse, Luis consigue hacer un análisis de sus conocimientos y recursos personales, así como de las limitaciones y recursos del entorno, y a través de ello logra pensar un proyecto que le da lugar a sus ambiciones y deseos, constituyendo la capacidad de “crear” condiciones de satisfacción en el mundo.

- **Moralidad.**

Esta fortaleza conlleva la capacidad de desearles a otros el mismo bien que se desea para uno mismo, y al mismo tiempo la capacidad de comprometerse con valores específicos, como pueden ser el valor de la familia, el cuidado del medio ambiente, seguir los preceptos de la Iglesia.

Como se ha mencionado anteriormente la finalidad de la pena tiene que ver con interiorizar normas de conducta respetuosas de las leyes socialmente valoradas y aceptadas.

De los relatos de los entrevistados, se encontraron diferentes situaciones que hacen referencia a los valores, entre ellos:

Pablo se concentra en su trabajo en pos de cumplir con sus deberes de padre:

“Trabajo desde que me levanto, a la siesta descanso, respeto los horarios de la siesta de los demás, después continúo. A mí eso me ayuda a pasar el tiempo, mantenerme ocupado, fui puliendo el oficio. Le paso una cuota alimentaria a mi hijo, llegamos a un acuerdo con la madre, la pago con los recursos que yo genero, con mi trabajo, con lo que se vende. Mi objetivo es contar con la plata de Francisco.” (entrevista 1)

En algunos casos, se manifiesta como la capacidad de servicio y entrega hacia los demás, como es el caso de Alberto: *“Y en el pabellón el sentirte útil para los demás, en mi caso me vienen a preguntar tareas que le dan o que no entienden algo de matemática. Y al sentirme útil y destinar mi tiempo para explicarles física o química, hago otra abstracción del lugar en ese momento que le destino a ellos”*. (entrevista 11). El encontró en los conocimientos propios de su profesión docente algo que tenía para ofrecer a sus compañeros de pabellón y por otro lado, una forma más de mantenerse activo y afrontar la situación adversa que atraviesa.

Para José es importante el cuidado de los recursos y una distribución equitativa de los mismos: *“Yo agarro lo que consumo solamente, por más que me quieren dar un montón, no lo acepto porque me parece*

que hay mucha gente que no tiene. No me gusta que se tire comida, que se desperdicie. No hay que ser avariento tampoco.” (entrevista 2).

En el caso de Gustavo, considera que las normas que debe seguir son las escritas en la Biblia, ahí encuentra respuestas, un sentido, las diferencias entre lo que está bien y lo que está mal:

“Siempre creí en Dios, pero no leía, me ayudó mucho. Hoy leo siempre, me guío siempre por la palabra y la verdad que está todo ahí, a veces uno no lo quiere ver nomas. Lo que preguntes, lo que busques, está ahí. La forma de vida, como tenemos que comportarnos, la convivencia, como tiene que ser la relación con la esposa, hijos, padres. Aquí aprendí a ser cristiano” (entrevista 18).

Lo que se puede apreciar en estos casos es que los valores sostenidos para cada persona no han sido aprendidos necesariamente en el tránsito de la pena, pero si se han vuelto más fuertes e importantes para las personas privadas de la libertad, en las adaptaciones que han realizado a este nuevo entorno.

- **Autoestima consistente**

La autoestima implica la valoración de sí mismo: la persona confía en sus capacidades y muestra iniciativa para emprender acciones o relaciones con otras personas porque se siente valioso, digno, merecedor de atención y respeto. La autoestima interviene en cada aspecto del individuo, con una impronta propia, en el reconocimiento de sí mismo y frente a otros e incluyendo aspectos de imagen, sentimientos y pensamientos, por lo que se constituye en la base de los demás pilares de la resiliencia.

Al igual que los otros pilares, el nivel de la autoestima puede cambiar positiva o negativamente a lo largo de la vida. Una buena autoestima fortalece al individuo y lo ayuda a mejorar su capacidad para enfrentar situaciones o cambios y a desarrollar habilidades, independientemente del contexto que le toque enfrentar. La autoestima se relaciona e influye de manera directa en la planeación del futuro, las estrategias para enfrentar situaciones estresantes, la toma de decisiones, la solución de problemas, las relaciones interpersonales, y la autoevaluación de sus capacidades y habilidades.

Podría pensarse que debido a las características propias de la situación de encierro -la pérdida del estilo de vida, de los vínculos afectivos, la inserción en un medio restrictivo, preocupaciones por las responsabilidades desatendidas como la carga familiar y la economía de esta- la autoestima de las personas privadas de la libertad disminuye inevitablemente, ya que como se ha mencionado anteriormente y señalado en las palabras de entrevistados, se origina sentimientos de pérdida del sí mismo. No obstante, luego de un tiempo en prisión, estos sentimientos se van dejando de lado y las personas privadas de la libertad tienden a adaptarse al encierro, cambiando pensamientos y comportamientos con una actitud favorable para su autoestima, que tiende a volver a su estado al ingresar o ser aún mayor.

Esto se puede observar en algunos fragmentos extraídos a continuación, en los cuales se hace alusión al conocimiento de sí mismo y la seguridad y confianza que les brindan esas características personales para enfrentar situaciones actuales y futuras:

“Yo no tengo miedo de lo que me voy a encontrar. Sé que tengo la capacidad, puedo empezar de cero. Para eso no hay edad. Lleva tiempo, esmero, sacrificio” (Pablo, entrevista 1)

“Yo confío mucho en mí, me siento seguro, soy emprendedor. Si me invita a correr Usain Bolt yo corro igual. Me considero emprendedor” (German, entrevista 6)

“Creo en Dios, creo en mí, creo en las cosas positivas que estoy haciendo. Uno usa el aprendizaje para uno mismo”. (Daian, entrevista 10)

“La gente de afuera nos toma como que somos todos iguales. Todos pasamos por una causa distinta, pero te encierran en la misma bolsa. Yo no me preocupo por eso porque sé quién soy y como soy. Por supuesto tengo que mejorar en muchas cosas ... Siempre fui bueno, siempre me di con la gente, solidario, eso no lo perdí. Sigo igual. Y uno siendo así te lleva a ser mejor persona”. (Héctor, entrevista 14)

La autoestima varía según las experiencias y vivencias que se incorporan a la historia de vida: logros, desafíos, recompensas y aceptación de los demás, cuya información es procesada y transformada en sistemas de creencias y teorías que direccionan la forma de pensar y actuar frente al mundo, permiten prever lo que pueda ocurrir y preparar las herramientas necesarias para enfrentarlo. En relación a ello, Mauricio expresa:

“Mi autoestima me llevó a poder hacer todo, dirigir gente, pagarle y llevarlos a que hicieran lo que yo quería. En base a la autoestima todo, me gusta ser el mejor en todo, soy muy competitivo. Y si en algo me va mal, trato de superarlo como sea. Por ejemplo en la convivencia si me va mal, me corro a un costado, busco las herramientas. Siempre hay herramientas... Encontré esto de querer enseñarle a los demás. Y puedo mostrarle a los demás que soy superior a todos ellos por haber estado preso. Lo voy a superar, y voy a salir super bien. Donde vaya voy a generar, lo que tengo lo vendo, no pienso tener una casa. No necesito dinero, me creo que con la capacidad que he hecho, voy a hacer que me inviten, que me lleven” (entrevista 21).

Lo que puede observarse en este fragmento es la forma en la que las distintas experiencias y su percepción de las mismas, han aumentado el nivel de autoestima de esta persona lo cual le permite tener una mirada optimista sobre cualquier circunstancia, reconociendo que por más adversa que sea la situación se pueden encontrar herramientas para sobrellevarla.

5. DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

5.1 Conclusiones

La vida intramuros comprende una forma particular de ser, estar y habitar un contexto, una forma diferente de socialización, donde la incorporación de su cotidianidad implica aprender a vivir dentro de la institución. La persona incorpora elementos de lenguaje, la lógica del poder jerárquico verticalista y unilateral, lógicas de provisión y sustento, códigos y rituales propios de este contexto, lo cual sumado a las condiciones de habitabilidad trae aparejadas consecuencias y problemas de diferentes características: físicos, psicológicos y sociales.

En base a lo expresado por las personas privadas de la libertad entrevistadas, en cuanto a las consecuencias psicológicas a nivel individual, el ingreso a la unidad penal fue vivido como un momento de shock, de angustia, que duró entre tres meses y un año. Se evidencia que el contexto es generador de ansiedad, temor, estrés, desconfianza, agresividad. Asimismo, aparece la sensación de vulnerabilidad en cuanto a la pérdida de control sobre la propia vida, el sentimiento de inferioridad frente al personal penitenciario y las personas externas a la institución y la despersonalización, vivida como un desconocimiento de sí mismo, donde la persona no puede más que reaccionar adaptativamente frente a las situaciones que se le presentan.

En relación a las consecuencias psicosociales mayormente expresadas, se encuentra la ruptura con el mundo exterior: dificultad de mantener los vínculos con las personas afuera, haber descubierto cuáles amistades eran verdaderas, la pérdida de familiares, la dependencia en cuanto a lo económico (la familia es quien provee de alimentos y elementos de higiene) y la falta de estabilidad que no les permite contribuir a sus familias, así como no poder estar para acompañar ante algún problema que deban enfrentar.

Por otro lado, no se encontraron muchas referencias a consecuencias negativas a nivel somático.

En los discursos de las personas entrevistadas se puede inferir que atraviesan durante su situación de encierro historias de diversa índole, algunas ligadas al sufrimiento, carencia, desprotección y violencia, y otras tantas de superación, compañerismo, proyectos y religión.

En torno a aquellos aspectos que remiten a la resiliencia, pueden encontrarse elementos que se relacionan con su historia de vida previa al ingreso a la unidad penal, apareciendo como fundamental contar con redes sociales personales de apoyo, siendo la más importante la familia, que aparece como fuente de motivación para mejorar aspectos de la personalidad y volver al medio social libre. Asimismo, la posibilidad de anticiparse y prepararse para la vivencia de estar privado de la libertad, mediante el conocimiento del ambiente a través del discurso de otras personas y el acompañamiento de profesionales de la salud mental.

En cuanto a la importancia de las redes sociales una vez privados de la libertad, aparece el reconocimiento de todos los entrevistados de la importancia de haber encontrado personas con

características similares a las propias con las cuales compartir y personas que les mostraran cómo debían conducirse dentro del ámbito de la unidad penal.

En relación a las habilidades y fortalezas intrapsíquicas, se encuentra el aspecto de resistencia de la resiliencia, con la percepción de la importancia de no interiorizar y hacer propia los modos de vida propios de la cárcel, como forma de conservar su yo y mantener la esperanza y las ganas de volver afuera. Por otro lado, la posibilidad de proyectarse a futuro, desde el acceso a los distintos periodos en el régimen progresivo de la pena, como referido propiamente a proyectos a nivel personal y laboral una vez obtenida la libertad, que cobran más fuerza a medida que la persona siente que se acerca a la misma.

Teniendo en cuenta los pilares de la resiliencia desarrollados por Puig y Rubio se encontró en cuanto a las fortalezas intrapsíquicas, múltiples referencias a la autoestima -como mecanismo de conservación del yo frente a este medio hostil y sus particularidades- y al valor de la espiritualidad, la búsqueda y creencia en Dios, dando cuenta de que, si bien se reconocían como creyentes desde antes de sus condenas, se vio fortalecido por el ingreso a prisión.

En relación a las habilidades para la acción, el establecimiento de relaciones positivas de colaboración con otros internos y apoyo del personal penitenciario, sobre todo relacionado con consejos obtenidos y la guía o ejemplo de superación para el tránsito de la pena. Asimismo, aparece como fundamental poder tomarse el tiempo de analizar situaciones antes de actuar y no hacerlo como mera reacción -reduciendo la impulsividad-, así como poder acudir al diálogo para resolver conflictos, expresar pensamientos y sentimientos y pedir ayuda cuando se necesita, tomando como posibilidad la asistencia psicológica brindada por el Servicio Penitenciario.

Por último, en cuanto a las competencias o respuestas amortiguadoras, que tienen que ver con un enfrentamiento activo frente a la situación, el recurso que aparece es el de ocupar el tiempo en actividades laborales, educativas y de recreación.

En cuanto a los pilares de la resiliencia formulados por Melillo puede inferirse que la introspección es uno de los pilares que confieren mayor relevancia ya que prácticamente en su totalidad los entrevistados manifiestan que estar privados de la libertad se presenta como una oportunidad de analizar su interior, haciéndose responsables de cómo habían sido durante su vida antes de la condena y reconociendo sus errores, y, en sí mismos, las características que deben modificar. En este sentido este análisis y tiempo se presenta como la posibilidad de frenar, tomar fuerza e impulsarse para superarse a sí mismos a través del aprendizaje que están realizando.

Ligado estrechamente al pilar de la introspección se presentan los de la independencia y la iniciativa referida fundamentalmente a que, como es manifestado por las personas entrevistadas, depende de cada persona aprovechar las herramientas que se ofrecen - actividades laborales o educativas- y a su vez poder elegir -dentro de las posibilidades limitadas que brinda la institución- cómo conducirse y tomar decisiones, por ejemplo participar o no de situaciones de violencia, huelgas, etc. Esta iniciativa gira por lo general en

torno a objetivos como es la necesidad de poder proveerse sus propios elementos, mantener un buen estado de salud o la motivación de querer recobrar la libertad ambulatoria lo antes posible, a través de los institutos de salidas transitorias, libertad condicional o asistida.

Cabe mencionar que se encontraron pocas referencias al sentido del humor y a la creatividad. En cuanto al pilar de la moralidad, el compromiso con los valores tiene que ver con poder cumplir con la familia a través del trabajo, compartir los recursos, brindar algo de sus conocimientos a los pares y la aceptación de normas de conducta, provenientes tanto de la institución penitenciaria como de lo religioso.

Para finalizar el pilar de autoestima consistente, base de todos los pilares, se destaca en los discursos de los entrevistados a través de referencias a la valoración de sí mismos, confianza en sus capacidades e iniciativa para emprender acciones o relaciones con otras personas a corto y largo plazo, pensando tanto intra como extramuros. Se relaciona con la introspección, la independencia y la iniciativa, ya que es a través del conocimiento de sí mismos, que pueden darse cuenta de sus limitaciones y potencialidades y de que depende de sí, y de su autovaloración positiva para poder desarrollarse.

Los resultados obtenidos permiten responder frente al interrogante inicial “qué pilares resilientes se encuentran presentes frente al proceso de prisionización en hombres que cumplen una pena privativa de la libertad en la Unidad Penal N° 1 “Dr. Juan José O’Connor” de la Ciudad de Paraná”, que, en relación a las fortalezas intrapsíquicas, los pilares más presentes son autoestima consistente, introspección, independencia, iniciativa y la espiritualidad. En relación a las habilidades para la acción, se destacan el establecimiento de relaciones positivas y la capacidad de analizar situaciones antes de actuar así como poder acudir al diálogo para resolver conflictos, expresar pensamientos y sentimientos y pedir ayuda cuando se necesita. Por último, en cuanto a las competencias o respuestas amortiguadoras, se evidencia como respuesta a la privación de la libertad, ocupar el tiempo en actividades laborales, educativas y de recreación.

5.2 Posibles líneas de investigación

En relación a estas conclusiones y como proyección a futuro, sería interesante poder indagar en profundidad en una futura investigación si existen diferencias en el grado de prisionización teniendo en cuenta factores como la personalidad del interno (madurez, equilibrio individual, capacidad intelectual) y el como el conjunto de circunstancias externas concurrentes a su instancia en prisión (frecuencia de los ingresos, duración de las estadías, tipos de delitos, expectativas personales, familiares y sociales mantenidas por el interno), ya que de acuerdo a lo expresado en algunos casos, han vivido las instancias en prisión de distinta manera en las diferentes condenas. Y sumado a ello, sería fundamental poder realizar la investigación con equidad en cuanto al género, incluyendo grupos de mujeres y personas que pertenecen a la comunidad LGBTIQ+ privadas de la libertad.

La resiliencia es una construcción que se vive a lo largo del tiempo implicando una evolución ascendente, no exenta de episodios de altibajos, lo cual debe tenerse en cuenta ya que los datos obtenidos -

si bien responden a preguntas que tuvieron en cuenta el transitar de la pena- pertenecen a un periodo de tiempo en la vida de las personas entrevistadas. En este punto, habiendo conceptualizado la resiliencia como un proceso que puede promocionarse y desarrollarse, podría pensarse como posible línea investigar la evolución de la resiliencia en una persona a través del estudio de casos, desde el ingreso de la persona a la unidad penal, su paso por el régimen progresivo de la pena y posterior libertad.

Asimismo desde esta perspectiva, es importante contemplar la necesidad de elaborar programas preventivos y de intervención para promover la resiliencia en las personas que cumplen una pena privativa de la libertad, que permitan desarrollar habilidades y estrategias para afrontar con mayor eficacia las consecuencias derivadas del encierro y las situaciones cotidianas, que ayuden a mejorar sus condiciones de vida, reafirmando las palabras de Emiliano Galende (2008):

Actuar sobre las capacidades resilientes tiene un doble carácter: mejorar en el individuo las condiciones y posibilidades de apropiación cultural, y además actuar sobre la cultura misma a fin de desarrollar esos mismos factores de resiliencia que hemos detectado en el individuo. (pág.58)

Finalmente, transmitir a través de este trabajo el interés por seguir profundizando en el estudio de la resiliencia, así como en otras variables que focalicen en la salud. No se trata de negar la necesidad de la intervención sobre las enfermedades, problemas o carencias, sino aportar una mirada optimista, que permite la promoción de la salud mental, acompañando a las personas para que encuentren en sus propias capacidades el mejor camino para favorecer su crecimiento, desarrollo, bienestar y felicidad.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

6.1 Bibliografía de antecedentes

- Altamirano Argudo Z. (2013). *El bienestar psicológico en prisión: antecedentes y consecuencias*. Madrid, España.
- Cruz Carpena, M. (2015) *Papel de la resiliencia en personas mayores institucionalizadas*. Madrid.
- Della Ghelfa, A. (2021) *Proyecto de vida y Educación Universitaria en sujetos privados de su libertad*. Paraná, Entre Ríos: Facultad de Humanidades, Artes y Ciencias Sociales, Universidad Autónoma de Entre Ríos.
- Díaz Cagua, J. & Cruz Ramírez, A. (2010) *El lugar de enunciación del sindicado como sujeto social. Reflexión sobre los efectos negativos de la prisionalización y estigmatización social*.
- Dittler M. (2013) *Pilares resilientes en los cuidadores de pacientes pediátricos bajo cuidados paliativos con una enfermedad amenazante y/o limitante para la vida*. Paraná, Entre Ríos: Facultad de Humanidades, Artes y Ciencias Sociales, Universidad Autónoma de Entre Ríos.
- Gonzalvo Ranise, M. (2014). *Bienestar psicológico y resiliencia en adultos mayores institucionalizados y no institucionalizados*. Lomas de Zamora, Buenos Aires.
- Grieco Monteros, D. I. (2012). *Rasgos de personalidad y características resilientes en adultos en conflicto con la ley penal reincidentes*. Argentina:
- Mikulic, I. & Crespi, M. (2004) *Contexto carcelario: un estudio de los estresores y las respuestas de afrontamiento en detenidos primarios y reincidentes*. Buenos Aires, Argentina.
- Mikulic, I.; Muiños, R.; Crespi, M.; Fernández, G.; Monges, M.; Lorenzut, V. & Ojeda, G. (2005) *"Transiciones ecológicas": Estudio del afrontamiento de las crisis vitales migración, encarcelamiento y divorcio desde el enfoque de la Psicología Positiva*. Buenos Aires.
- Larrota, R.; Sánchez Rojas L. & Sánchez, J. (2015). *Niveles de autoestima y uso de estrategias de afrontamiento en un grupo de personas privadas de la libertad en un centro de reclusión de la ciudad de Bucaramanga / Colombia*. Colombia.
- León Correa, N. (2008) *Vulnerabilidad y Resiliencia en mujeres privadas en libertad por primera vez*. Santiago de Chile:
- Quiceno, Japcy Margarita, Vinaccia, Stefano, Ibáñez, Jenny, Álvarez, Alejandra, Jiménez, Jimena, Pinzón, Lizeth, Serna, Ana María (2012). *Calidad de vida relacionada con salud, resiliencia y felicidad en hombres privados de la libertad*. Colombia:
- Ruiz, J. *Estrés en prisión y factores psicosociales*. Colombia.

6.2 Bibliografía teórica

- Benyakar, M. (2006) *Lo disruptivo. Amenazas individuales y colectivas: el psiquismo ante guerras, terrorismos y catástrofes sociales*. Buenos Aires: Editorial Biblos.
- Busso, G. (2001). *Vulnerabilidad Social: Nociones e implicancias de políticas para Latinoamérica a inicios del siglo XXI, Las diferentes expresiones de la vulnerabilidad social en América Latina y el Caribe*. Santiago (Chile): inédito.
- Castelli C. (2015). *Tutori di Resilienza*. Educatt.
- Cruz, L. (2009). *¿Constructores de resiliencia? Algunas aproximaciones desde la resiliencia al pentecostalismo chileno*. Chile: Centro de Investigación de Resiliencia y Espiritualidad. Recuperado de <http://es.scribd.com/doc/46149440/Construct-Ores-de-Resiliencia-luiscruzvillalobos-2009>
- Cyrulnik, B. (2001) *La maravilla del dolor*, Barcelona, Granica.

- Cyrulnik, Boris; Manciaux, Michel; Vanistendael, Stefan & Lecomte, Jacques (2003). La resiliencia: estado de la cuestión. En Michel Manciaux (comp.). La resiliencia: resistir y rehacerse, 17-28. Barcelona: Gedisa.
- Florio, A. (2010). Pensar la educación en contexto de encierro: primeras aproximaciones a un campo en tensión. Libro 3. - 1ª ed. - Buenos Aires : Ministerio de Educación de la Nación.
- Galende, E. (2008). Subjetividad y resiliencia: del azar y la complejidad. En Melillo, A., Rodríguez, D. & Suarez Ojeda, E. N. (Comp.) Resiliencia y subjetividad: los ciclos de la vida. 1ª ed, 2ª reimp. Buenos Aires. Paidós.
- García-Borés Espí, J. (2003). El impacto carcelario. En Roberto Bergalli (comp.). Sistema penal y problemas sociales. Tirant Lo Blanch. Valencia.
- García-Vesga M.C. & Domínguez E. (2013). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. Revista Latinoamericana En Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, 11(1).
- Goffman, E. (1972) Internados. Ensayos sobre la situación social de los enfermos mentales. Buenos Aires. Amorrortu Editores.
- Goldstein S., Brooks R. & DeVries M. (2013). Translating Resilience Theory for Application with Children and Adolescents By Parents, Teachers, and Mental Health Professionals. In S. Prince-Embury & D. H. Saklofske (Eds.), Resilience in Children, Adolescents, and Adults: Translating Research into Practice Translating Research into Practice. Springer Science+Business Media New York.
- Greco, C., Morelato, G. & Ison, M. (2006). Emociones positivas: una herramienta psicológica para promocionar el proceso de resiliencia infantil. Revista Psicodebate, 7, 81-94.
- Grotberg, E. (1997): “La resiliencia en acción”, trabajo presentado en el Seminario Internacional sobre Aplicación del Concepto de Resiliencia en Proyectos Sociales, Universidad Nacional de Lanús, Fundación Van Leer, 1997.
- Grotberg, E. (2006), La resiliencia en el mundo de hoy. Cómo superar las adversidades, Barcelona: Gedisa
- Grotberg, E. (2008). Adolescentes contra la violencia: el poder de la resiliencia. En Melillo, A., Rodríguez, D. & Suarez Ojeda, E. N. (Comp.) Resiliencia y subjetividad: los ciclos de la vida. 1ª ed, 2ª reimp. Buenos Aires. Paidós
- Guasch, M. y Ponce, C. (2002) ¿Qué significa intervenir educativamente en la desadaptación social? Barcelona: ICE Universidad de Barcelona.
- Lemaitre R., y Puig G. (2004), Programa Rueda: Fortaleciendo la resiliencia: Una estrategia para desarrollar la autoestima, Universidad de Santiago de Chile. <http://www.addima.org/Documentos/recursos/programa%20rueda.pdf>
- Lorez Arnaiz, M. Hacia una epistemología de las Ciencias Sociales. S/D.
- Melillo, A., Rodríguez, D. & Suarez Ojeda, E. N. (Comp.) (2008) Resiliencia y subjetividad: los ciclos de la vida. 1ª ed, 2ª reimp. Buenos Aires. Paidós.
- Melillo, A. & Suarez Ojeda, E. N. (Comp.).2001. Resiliencia. Descubriendo las propias fortalezas. Buenos Aires. Paidós.
- Puig G. & Rubio J.L. (2011). Manual de resiliencia aplicada. Gedisa.
- Rutter, M. (1993). Resilience; some conceptual considerations. Journal of Adolescent Health. 14.
- Salgado Lévano, A.C. (2009). Felicidad, resiliencia y optimismo en estudiantes de colegios nacionales de la ciudad de Lima. Liberabit, 15.
- Salinas, R. (2006) El problema carcelario. Límites del castigo. 1ª ed. Buenos Aires. Capital Intelectual.
- Seligman, M., Rashid T., & Parks A. (2006). Positive psychotherapy. American Psychologist. Recuperado de <http://www.ppc.sas.upenn.edu/positivepsychotherapyarticle>
- Tomkiewicz S. (2004). El surgimiento del concepto. In B. Cyrulnik (Ed.), El realismo de la esperanza. Gedisa.
- Valverde Molina, M. (1991): La cárcel y sus consecuencias, Madrid, Popular.
- Vanistendael, S. & Lecomte, J. (2002). La felicidad es posible. Barcelona, Gedisa.

6.3 Bibliografía metodológica

- Achilli, E. (2001) El trabajo de campo. Acceso e intersubjetividad. En: Achilli, E. Metodología y técnicas de investigación. Postítulo en investigación educativa a distancia. Programa de formación docente. Universidad Nacional de Córdoba.
- Borsotti, C. (2007) Cap. 2: La situación problemática. En: Temas de metodología de la investigación en Ciencias Sociales empíricas. Miño y Davila editores. Pág 29 a 43.
- Guber, R. (2005) Cap. 14. En: El Salvaje Metropolitano. Paidós. Pág 183 a 193.
- Sirvent, M.T., (2007) El proceso de investigación. Publicación de la cátedra “Investigación y estadística educacional I” Facultad de Filosofía y letras – UBA.
- Sirvent, M.T. y Rigal, L. (2012) Investigación Acción Participativa. Proyecto Páramo Andino. Pág 5 a 9.
- Taylor y Bogdan (1986) “Introducción a los métodos cualitativos de investigación” Cap. 2, 3, 4 y 6.

7. ANEXOS

ÍNDICE

ENTREVISTA N° 1	70
ENTREVISTA N° 2	71
ENTREVISTA N° 3	72
ENTREVISTA N° 4	73
ENTREVISTA N° 5	74
ENTREVISTA N° 6	75
ENTREVISTA N° 7	76
ENTREVISTA N° 8	77
ENTREVISTA N° 9	78
ENTREVISTA N° 10	80
ENTREVISTA N° 11	82
ENTREVISTA N° 12	84
ENTREVISTA N° 13	86
ENTREVISTA N° 14	88
ENTREVISTA N° 15	90
ENTREVISTA N° 16	92
ENTREVISTA N° 17	93
ENTREVISTA N° 18	96
ENTREVISTA N° 19	98
ENTREVISTA N° 20	100
ENTREVISTA N° 21	101
ENTREVISTA N° 22	103

ENTREVISTA N° 1 **NOMBRE:** Pablo **EDAD:** 32 años
CONDENA: prisión perpetua **TIEMPO DETENIDO:** seis años y medio
PRIMERA CONDENA

- **Desde tu vivencia personal, ¿cómo caracterizarías la cárcel?**

Viéndola desde un punto de vista ajeno, como si yo no estuviera, lo veo como que no estaría cumpliendo con el rol de cárcel sino más como un castigo y no tanto como un sistema de reinserción. No por esta unidad sino por el sistema en general, puede ser por la superpoblación o porque no se que herramientas estarían faltando para que no suceda, por una cuestión de las personas que reinciden. No le estaría encontrando hoy más que nada una crítica: el vínculo familiar, creo que están errando un poquito en eso, se complica con la visita, la familia, muy acotadas, pocas horas, esto te aleja del mundo exterior, creo que a ninguna persona le hace bien, no te ayuda.

Sería genial un sistema como el noruego, tienen un sistema en el que el reo tiene una inserción real. Las condenas no son como las de acá, tienen condiciones dignas de habitabilidad, y todas las herramientas de acceso de comunicación, para estudiar lo que realmente quieran. Vi un documental, hasta el Servicio Penitenciario es distinto, se plantean como un acompañante para el interno. Terminan siendo más amigos que penitenciarios, creo que a veces los métodos que hay en Argentina para el Servicio Penitenciario genera un cierto rechazo en las personas privadas de la libertad que lo único que se genera es mas odio, mas violencia, muchas cosas que suceden. Tampoco veo un tratamiento para las personas adictas. Depende de uno salir bien o no, cien por ciento de uno.

- **¿De qué manera te ha afectado tu permanencia en prisión?**

Personalmente en lo familiar, yo soy muy familiar, ver la familia cada quince días me afectó bastante. Sufro mucho el sufrimiento de mi familia, mas que nada de mi mamá, me afecta bastante. Y mi hijo. Yo estaba en pareja y me separé, pero todo bien y me sigue viendo mi hijo.

No es fácil tener una relación de pareja con un interno.

- **¿Sentís que esto que te afecta ha variado a lo largo del tiempo?**

Yo en los momentos críticos siempre fui de pensar en lo mejor, ¿me sirve de algo ponerme mal?. Mi terror es mi vieja. Si yo estoy mal se que ella se muere. Por eso siempre trato de buscar la manera, qué puedo hacer para salir lo antes posible de aca. Por todas las vías legales habidas y por haber. No te queda otra, por más que pateales ya estas aca. Mi idea es esa, mostrar quien soy, con errores como todo el mundo, pero básicamente hacer lo que hacia afuera, trabajar, tener mi familia, nunca fui de estudiar pero aca si.

Hoy me encuentro en un pabellón que estoy super bien. Me costó un montón el tema de lo sanitario, el baño, soy medio histerico con la limpieza y aca el sentido bromatológico no es la prioridad de los muchachos, hasta te tratan de homosexual por limpiar el inodoro. Eso me costó mucho. La convivencia, tienen costumbres a las que soy ajeno. Eso, la música fuerte, los compañeros, el olor a porro. Tenía que convivir con gente, aceptar, porque vas a tener problemas tarde o temprano. Yo con problemas, el vecino también, todos tenemos problemas y se complica, sería genial que cada uno tuviera su celda. Eso es difícil, y cada vez peor. Cuando estaba en el Patio B éramos doce en una habitación.

Recién hoy estoy más o menos bien. Tengo mi taller. Y vivo con un compañero, que piensa parecido a mi. Hay personas marginadas que no conocen otra cosa. Conocí gente que no se quería ir. Gente que la han despreciado en todos los ámbitos. Por ahí la falta de oportunidades los arrastra a la delincuencia.

- **¿Con qué recursos contás para afrontar el día a día?**

Nunca sabes qué va a pasar, todos los días estás esperando una sorpresa o algo intranquilo.

Mi herramienta es que no me interesa lo que hacen los demás, pasan cosas y no me entero. Lo que no me gusta me alejo.

En el pabellón tenes agrupaciones de gente con características similares, el de los chusmas, el que consume pastillas, el que no le interesa y hace su vida. Lo mío es mi taller. Trabajo todo el día. Si no tengo algo que hacer no salgo del pabellón. Trabajo desde que me levanto, a la siesta descanso, respeto los horarios de la siesta de los demás, después continúo. A mi eso me ayuda a pasar el tiempo, mantenerme ocupado, fui puliendo el oficio. Le paso una cuota alimentaria a mi hijo, llegamos a un acuerdo con la madre, la pago con los recursos que yo genero, con mi trabajo, con lo que se vende. Mi objetivo es contar con la plata de Francisco.

- **¿Frente a qué situaciones te sentís más fuerte?**

Cuando yo puedo trabajar o que por ahí el Servicio tiene cierto reconocimiento, vos vas y decís “necesito hacer esto” y te dicen “dale”. En el sentido que uno demuestra que no es una persona complicada o conflictiva ni tiene malas intenciones. Me fortalece saber que puedo continuar con eso.

- **¿En qué situaciones te sentís más vulnerable?**

A veces cuando suceden cosas que por un comentario de algún interno “x” pueden venir todos los oficiales y te preguntan, te cortan los beneficios, te sacan del pabellón. Cualquier persona te puede arruinar, hasta el mismo personal tendría la capacidad si quiere hacerlo.

Por ahí me siento medio a la deriva con ese tema. Hace falta un comentario para dejarte mal.

- **¿Qué me podés contar de vos en cuanto a tus características personales?**

Tengo mi familia y cuando me suceden las cosas me tomo el tiempo para analizar, cómo estoy parado, como solucionarlo, con quien puedo contar. Es sumamente necesario contar con amigos y familia.

Acá dentro he logrado conocer gente buena, que me ha demostrado ser buenos compañeros, poder hablar si estas mal, contar una experiencia, capaz no te dan un consejo pero si escuchan.

En los momentos complicados suelo ser bastante frío, reflexivo. Pongo música, me pongo a laburar y voy pensando.

Los primeros seis meses que no salía a ningún lado me volví loco, yo venía de trabajar 12 horas al día y me encontré durmiendo en una cucheta horrible, me sentía dependiendo de mi vieja a esta altura del partido y esas cosas son horribles. Nunca le pedí nada para salir, y hoy le estaba pidiendo un paquete de yerba, como que caes a lo más bajo que podes llegar.

Un día te encontrás que tenés tu casa, tu auto, tu trabajo, y al otro día dependes de que tu mamá te traiga un paquete de yerba, me sentía mal.

A veces juegan un poco con la gente. En relación a las pertenencias. Por ejemplo, que cambien lo que sí y lo que no, depende quien este, el tiempo que tienen que estar para dejar las cosas, es chocante.

Yo no tengo miedo de lo que me voy a encontrar. Sé que tengo la capacidad, puedo empezar de cero. Para eso no hay edad. Lleva tiempo, esmero, sacrificio.

En tema pareja está bueno contar con alguien, aparte de amigos y familia.

No me acostumbro pero lo asimilo.

ENTREVISTA N° 2 **NOMBRE:** José **EDAD:** 66 años

CONDENA: catorce años **TIEMPO DETENIDO:** 9 años y cinco meses

PRIMERA CONDENA

- **Desde tu vivencia personal, ¿cómo caracterizarías la cárcel?**

Uno viene a pagar una condena. Acá dentro no se pasa bien pero en los pabellones que he estado nunca hubo disturbios como escucho que pasa en otros pabellones.

He hecho todos los estudios, en eso se me pasó el tiempo. A mí me gusta.

No estás bien porque estás preso, porque te falta la libertad. Ahora ando pal diablo porque se me han tapado las venas, no puedo andar tanto, pero ando. Pero siempre me han tratado bien. No tengo nada para decir del personal que trabaja acá.

Siempre me entretenía con las plantas o alguna otra cosa, ahora no porque hay muchos jóvenes y las rompen con la pelota.

Tenés que saber dónde estás. No tengo juntas, bien con todos pero ando solo. Mi modo de ser es más bien solo, no comparto mate, en lo que puedo ayudar ayudo, pero no comparto nada.

- **¿De qué manera te ha afectado tu permanencia en prisión?**

Me afectó en lo familiar, yo últimamente trabajaba poco, ya estaba jubilado, trabajaba con mi hermano. Me quitó la libertad, extraño ir a los bailes. Los juegos no me gustan, no tengo vicios tampoco.

Tengo salidas, salgo el sábado y vuelvo el domingo.

Me costó el adaptamiento a la gente, no estaba acostumbrado a convivir con la gente, hasta ahora, a veces no te gusta una cosa pero no decís nada porque si no te trae problemas. Antes me rompían una planta y era para problemas, ahora ya tengo un pie adentro y uno afuera. Estás preso pero es donde uno vive, a mí me gusta que esté todo limpio.

Hasta ahora me cuesta adaptarme pero bien.

Uno como es acá es afuera. Me gusta respetar y que me respeten. Estoy orgulloso de la crianza de mis padres. Nunca una discusión con hermanos ni parientes.

Yo me siento contento porque la gente me saluda bien cuando voy a mi casa. No cambió nada, es todo como antes.

Aca no se puede contar muchas cosas, porque uno no sabe, capaz muestran una cosa y son otras. A mi no me gusta que me pregunten, no soy de contar todas mis cosas. A veces uno se pone a hacer chistes para pasar el tiempo.

La adaptación, conocer gente nueva, todos no son iguales, dormir con la música a todo horario, me han hecho maldades al principio.

Yo me siento bien, pero lo que yo hacía antes no lo puedo hacer ahora. Trato de estar bien, no siento que me haya deteriorado. Me cuido.

Yo te puedo decir cómo es cada uno, los puedo diferenciar.

Si uno comete un error tiene que pagar. Y está bien.

A muchas personas les puede afectar el encierro, a mi no me pasó porque estuve entretenido. Se nota en el carácter, en el modo de ser, uno ve que hablan o lamentan sobre sus hijos, sus parejas, y tal vez en la casa no le daban pelota. Y muchos se enloquecen por lo que pasa en sus casas. Yo estaba seguro de lo que tenía afuera y nunca me faltó nada.

Me afecta depender de otro por ejemplo, para salir del pabellón.

- **¿Con qué recursos contás para afrontar el día a día?**

A la mañana me levanto temprano, ya no trabajo porque me mareaba, me acuesto a ver televisión un rato, para qué voy a salir, para ver las mismas caras.

No tengo casi problemas, aca no encuentro una persona en quien confiar. Afuera eso es distinto.

Yo reconozco por lo que estoy preso, y salgo con la frente en alto. Me han ido a saludar.

Me gusta salir a pasear, me iba a Carlos Paz, me iba a Corrientes. Y si uno tiene animales se tiene que quedar. Gracias a Dios todos me quieren. Así que voy a ir de una casa a otra. Yo me siento con ánimos, y me siento bien. Aparte de algunas cositas, me siento bien. Antes por ejemplo me sangraba mucho la nariz, desde que entré acá no me pasó más.

Yo no me siento mal porque sé por qué estoy acá, y es la ley. El que tiene la culpa es uno. Yo hago las cosas como acá me dicen. Uno tiene que respetar las condiciones. Llegar a horario, quedarse en la casa en las salidas.

Algunos se creen mas homrecitos por estar acá.

A mucha gente le hace mal la convivencia, nunca va a ser la casa de uno. A lo mejor uno se deprime, si te enfermas no tenés a nadie.

Hay muchos que han estado en otras cárceles que dicen que acá están en un jardín de infantes. Estar en una cárcel es lo peor. La convivencia es lo peor. Tenés que ir llevandola.

Yo agarro lo que consumo solamente, por más que me quieren dar un montón, no lo acepto porque me parece que hay mucha gente que no tiene. No me gusta que se tire comida, que se desperdicie. No hay que ser avariento tampoco.

No hay que decirle chistes a las personas cuando recién se levantan.

Finaliza la entrevista porque debe retirarse.

ENTREVISTA N° 3 **NOMBRE:** Matías **EDAD:** 38 años

CONDENA: 8 años **TIEMPO DETENIDO:** cinco años y diez meses

PRIMERA CONDENA

- **Desde tu vivencia personal, ¿cómo caracterizarías la cárcel?**

Si uno se propone a formarse sobre todas las cosas las posibilidades están, en este caso a través de la educación y de los cursos que el sistema penitenciario nos brinda.

Para salir también están las posibilidades pero también depende de los que están arriba y las posibilidades que nos dan. Pero si no hay oportunidad, de esa forma no la veo.

Yo pensé que acá todo el día te ibas a tener que guardar de tu vida, sabía que estaban los espacios que estoy ocupando ahora, pero pensaba que todo el día iba a estar a las piñas.

- **¿De qué manera te ha afectado tu permanencia en prisión?**

A mi me afectó un montón, por ejemplo la separación me afectó un tiempo. Pero a través de eso pude tratar conmigo mismo y ver lo que tengo que modificar en mí. Me afectó la falta de compañerismo y amistad que uno tiene en la vida diaria. Con el tiempo di vuelta la página y estoy enfocado en otras cosas.

- **¿Con qué recursos contás para afrontar el día a día?**

Lo primero es la relación con los compañeros y los celadores, ustedes, los que vienen de afuera, docentes, tutores.

El abanico de oportunidades de la educación, el estudio que me lleva a no pensar tanto.

La recreación, los recreos que contamos en el pabellón para hacer educación física.

- **¿Frente a qué situaciones te sentís más fuerte?**

Siempre utilizando el diálogo, si pasa algo te llamo y te digo necesito hablar con vos. Aparte perdés el tiempo en los conflictos.

- **¿En qué situaciones te sentís más vulnerable?**

Ver acciones de injusticia del trato de uno con el otro, si bien yo antes pensaba que algunas cosas eran así ahora pienso que todo lo que se puede solucionar no es problema. Por eso el vínculo se consolida a través del tiempo, y no es fácil tampoco. Yo las veo desde la afectividad, no por acercarme por algún beneficio o buscando algo. Si doy algo es porque lo siento, hay personas con las que puedo contar.

- **¿Qué me puedes contar de vos en cuanto a tus características personales?**

Soy una persona macanuda y todos los días intento, me pego contra la pared y sigo intentando. En la forma de proyectar sí, a través del estudio se me abrieron un montón de cosas, proyectar a mañana. Puedo hacer esto que tenía pendiente, estudiar.

Para cuando me vaya quiero terminar la carrera, insertarme a través de la educación en los colegios, y conseguir algún otro trabajo. Se que me va a costar, pero puedo.

A través de la convivencia he sacado muchas cosas positivas.

Cuento con mi mamá, mis hermanos, mis tíos, mi hija.

- **Te voy a pedir que completes las siguientes frases:**

Yo soy tranquilo

Yo tengo capacidad

Yo puedo lograrlo.

ENTREVISTA N° 4 **NOMBRE:** Luis **EDAD:** 61 años

CONDENA: Dieciséis años **TIEMPO DETENIDO:** Once años

PRIMERA CONDENA

- **Desde tu vivencia personal, ¿cómo caracterizarías la cárcel?**

Para mí fue muy útil tener la oportunidad y no tener presiones exteriores, de sobrevivir económicamente, lo que me permitió tener tiempo para pensar y hacer cosas que antes no podía hacer.

A mí me parece que hay una contradicción entre el paradigma de la ley, el código penal y la 24660 que está basado en la idea de la rehabilitación social, y eso implica que “el culpable de que un ciudadano delinca es la sociedad” por lo cual debería hacerse responsable. Pero el paradigma en la práctica es el opuesto, surgió en la década del 80 en Estados Unidos, se considera que cada individuo puede hacer lo que le plazca, si elige el mal camino es culpa individual, no social.

Los gabinetes hacen mucho hincapié en lo individual, en el arrepentimiento personal y las salidas y beneficios dependen de esto.

En general es algo negativo, no es mi caso, pero sí. Cuando se decidió dejar de exiliar o matar, el valor más importante fue el de la libertad, el castigo es mayor.

- **¿De qué manera te ha afectado tu permanencia en prisión?**

Estando afuera como cualquier ser humano común uno tiene que ganarse el sustento, ocuparse de otras cosas, en este caso me permitió ocuparme de otras cosas, estar acá para mí es tiempo libre, puedo dedicarme ocho, diez horas a lo que me gusta.

No tengo referencias afuera. No tengo parientes, entonces no corte lazos con nadie. En cambio para el noventa por ciento de la gente sí, creo que lo que más les afecta es eso.

- **¿Sentís que la forma en que te ha afectado ha variado a lo largo del tiempo?**

Para mí fue un cambio muy grande, hoy me doy cuenta de muchas cosas que antes no me daba cuenta. Me parece que era bastante ignorante.

El primer año fue un año perdido, pero es necesario pasarlo para entender donde uno está, pagar el derecho de piso. Uno aprende viendo a los demás y encontré dos o tres que eran amistosos, amables y me ayudaron a entender cómo era la situación acá.

- **¿Cómo son las relaciones con los otros internos?**

Dentro de los pabellones no hay mucho que se pueda comercializar, me parece que pueden ser genuinas. Hay cuestiones de jerarquía, alguno que tiene más o menos poder, pero pasa en todos los grupos. Hay un prejuicio, la gente ve muchas películas.

- **¿Con qué recursos contás para afrontar el día a día?**

Lo espiritual, a veces estoy más tranquilo, más contento conmigo mismo, porque sigo aprendiendo. Vivo el día a día.

- **¿En qué situaciones te sentís más vulnerable?**

El tema material, no puedo saber que va a pasar mañana. Es un país muy desordenado, caótico, hay cierta dosis de incertidumbre en lo cual uno aprende a convivir. Trato que no me afecte.

- **¿Qué me podés contar de vos en cuanto a tus características personales?**

Confianza en mí mismo, cada vez más. Más capacidad de analizar las cosas, más marco teórico.

Sentido del humor nada.

Yo he tenido algún grado de síndrome de asperger. No me interesa tener relaciones sociales.

- **¿Tenés proyectos a futuro?**

Una de las cosas que aprendí es la capacidad que tengo de crear algo como un trabajo, o emprendimiento, actualmente mucho se hace virtual y si bien yo no entiendo de computadoras y no me interesa, veo la oportunidad de sacar un crédito haciendo asesoramiento académico.

- **Te voy a pedir que completes las siguientes frases:**

Yo soy viejo

Yo tengo tiempo y horas para dedicarme a lo que me gusta

Yo puedo seguir avanzando y evolucionando.

ENTREVISTA N° 5 NOMBRE: Emanuel EDAD: 27 años

CONDENA: once años y seis meses TIEMPO DETENIDO: cinco años y siete meses

PRIMERA CONDENA

- **Desde tu vivencia personal, ¿cómo caracterizarías la cárcel?**

Es un mundo al revés, es algo que a nadie se lo recomiendo porque es feo estar lejos de su familia, estar rezongando para tener algo, es algo que no lo recomendaría.

- **¿De qué manera te ha afectado tu permanencia en prisión?**

Me afectó mucho, me alejé mucho, perdí contacto con mi hijo, me divorcié, había creado mi propio imperio, perdí todo.

A lo que estaba en la calle me recupere un montón, porque yo vivía en un mundo en el que trabajaba y la mitad le daba a mi mujer y lo otro me lo deliraba. Aprendí a administrarme.

No es algo negativo, cada uno tiene su oportunidad y toma su propio camino. Yo tuve la oportunidad buena y tuve un desliz y ahora estoy acá.

Yo era muy impulsivo y con el tiempo lo empecé a controlar.

Se pueden hacer amigos, he hecho muchos vínculos.

El pabellón es puro compañerismo, limpiamos por grupo, la comida que trae la familia, la compartimos, hay unión, ponemos la mesa grande y estamos todos juntos.

- **¿Sentís que esto que te afecta ha variado a lo largo del tiempo?**

En el primer año estuve bastante bien, a medida que fue pasando me di cuenta que necesitaba mis cosas, que no podía pedirle todo a mi familia.

- **¿Con qué recursos contás para afrontar el día a día?**

Mi familia es la que me apoya y me hace seguir adelante. Por ellos ahora me siento bien, estoy viendo un progreso muy grande. Lo que quiero es irme y estar con ellos, es lo que me da fuerza.

- **¿En qué situaciones te sentís más vulnerable?**

Cuando no me dejan o no puedo hablar con mi hijo. Y a la vez me hace sentir más fuerte. Los obstáculos me debilitan y a la vez me hacen más fuerte.

- **¿Qué me podés contar de vos en cuanto a tus características personales?**

Soy una persona que me levanto todo el tiempo alegre, ando con uno, con otro. En el momento que tengo un problema me encierro en mi celda, a reflexionar un poco y cuando estoy mejor salgo.

- **Te voy a pedir que completes las siguientes frases:**

Yo soy fuerte

Yo tengo mis voluntades

Yo puedo con lo que se me presente.

ENTREVISTA N° 6 NOMBRE: Germán **EDAD:** 37 años

CONDENA: Cinco años y dos meses **TIEMPO DETENIDO:** Ocho años

PRIMERA CONDENA

- **Desde tu vivencia personal, ¿cómo caracterizarías la cárcel?**

Todas las condenas son diferentes. Ahora que volví tomé la decisión de venir a cumplir lo que debo. No es un lugar con la capacidad para todos. Hoy estamos cómodos, la convivencia es buena.

Después de la pandemia se redujeron las horas de visita y eso lo veo que está muy mal. Nos cuesta mantener la relación, dos horas cada quince días no alcanza. Se han separado muchas parejas, a mí lo que más me cuesta es con mi hijo. No sabes qué hacer, si aprovechar el tiempo para jugar, para aconsejar, cosas que uno le quiere transmitir.

- **¿De qué manera te ha afectado tu permanencia en prisión?**

Físico me afectó.

Tengo una buena relación de pareja, que me ayuda para sostenerme. Mi vida la tengo resuelta.

Tengo muchos proyectos, tengo trabajo a muchos años, ahora armamos un proyecto con otros internos, armamos una cooperativa de placas y columnas de cemento para hacer tapias. Están saliendo y queremos ampliar el lugar para que salgan más internos.

Lo económico no se nota. Es más la falta de afecto o la pérdida de familiares.

La mayoría tiene objetivos, salir, trabajar.

- **¿Con qué recursos contás para afrontar el día a día?**

Apoyo de mi familia. Cada día cuando te levantas eso es lo que siento.

Lo que hay compartimos entre todos, la convivencia está muy bien.

Lo laboral lo tengo resuelto

Hablo mucho con los otros internos, tratamos de tener objetivos en común, que es salir. Tenemos que cuidarnos entre nosotros. Este año fue positivo para nosotros, logramos cosas. Nos dejaron entrar materiales y arreglamos el pabellón.

- **¿Frente a qué situaciones te sentís más fuerte?**

Antes de que se equivoquen los hablo, doy consejo, buscamos la forma de resolverlo.

Del que se equivoca uno va aprendiendo.

- **¿En qué situaciones te sentís más vulnerable?**

Cuando uno esta mal en la casa, se queda encerrado. Pero siempre alguien se acerca.

- **¿Qué me podés contar de vos en cuanto a tus características personales?**

Yo confío mucho en mí, me siento seguro, soy emprendedor. Si me invita a correr Usain Bolt yo corro igual. Me considero emprendedor.

Hice varios cursos, hicimos un emprendimiento en el pabellón, donábamos sillas y mesitas a los jardines.

Te afecta el encierro, pero más te afectan las condiciones, los tratos o no se dan las oportunidades. Te frustra, si ves que otros tienen posibilidades y uno no.

Yo soy capaz, me creo capaz.

Yo tengo mi familia.

Yo puedo hacer lo que me propongo.

ENTREVISTA N° 7 **NOMBRE:** Lautaro **EDAD:** 31 años

CONDENA: dieciséis años y seis meses **TIEMPO DETENIDO:** ocho años y un mes

PRIMERA CONDENA

- **Desde tu vivencia personal, ¿cómo caracterizarías la cárcel?**

Sería como una escuela, me ha enseñado muchas cosas y también me ha hecho sentir sufrimiento. Me ha dado muchos sentidos.

Aprendí valores, lo principal. Yo era una persona adicta, muy metido en la cocaína, al principio de la condena seguía muy metido en eso, no veía la realidad de la vida, no le daba valor a mis hijos, los esfuerzos que hacía mi familia para traerme ya sea yerba o asado. Era como que se iba a acabar el mundo y tapaba todo con la droga. Ahora que estoy sobrio veo todo de otra manera.

Tuve pérdidas, hace dos años perdí a mi abuela, perdí a mi tío, sufrimiento también por mi familia. Ahora que veo las cosas te puedo decir que hoy le doy más importancia a mis hijos. La he visto sufrir a mi mamá, ella piensa que lo que yo hice tuvo que ver con la crianza que me dio. Y yo creo que ella fue buena, la decisión fue mía. Siempre estuvieron, nunca me abandonaron. Hasta cuando me trasladaron hicieron todo lo posible. Ahí vi mas todo lo que la familia trata de hacer para que uno esté dentro de todo bien.

Es sufrida para todos los presos.

- **¿De qué manera te ha afectado tu permanencia en prisión?**

Lo principal es que quedamos estancados en el tiempo. Es complicado actualizarse. No me imagino, por ejemplo, no me imagino la convivencia con mi pareja, que estuvimos juntos seis meses.

La comida estando en Paraná nunca pasé necesidad porque siempre me trajo comida, cosas para higiene. Siempre en grupo gracias a Dios. Nunca me pasó eso de estar solo, siempre mínimo quince éramos. A los que van ingresando le tratamos de poner la meta de irnos lo antes posible. Es feo estar pensando en la tumba, se la mostramos de otra manera, es mentira que tenes que estar continuamente con los ojos abiertos. Es una sobrevivencia.

El pabellón está mal mirado desde afuera. Pero adentro es tranquilo. Los problemas por ahí tienen que ver con algunos que quieren hacer las cosas mal y transmiten eso.

Otros pabellones por ahí comen todos separados o tienen una faca todo el tiempo, siempre atentos como una cámara 360 .

También la adaptación que tiene la gente por haber pasado más tiempo.

- **¿Cómo son los vínculos con los otros internos?**

Creo que se pueden hacer vínculos de amistad, con algunos se forma como una familia. En el momento que teníamos la visita adentro, una navidad o fin de año se cruzaban las familias, nos quedabamos las familias juntas con algunos. Mi familia se ha juntado a comer o compartido cosas en la calle.

Y también los conflictos. Que a veces llegan igual por más que uno los evite.

- **¿Con qué recursos contás para afrontar el día a día?**

La fuerza de voluntad, tiene que ser de uno, y después el apoyo ya sea interno, los compañeros o yo creo que tengo hermanos aca adentro, como externo, que seria la familia.

En la cárcel es muy difícil que alguien te aconseje, te diga cuida tus hijos, deja la droga. Tengo como objetivo salir lo antes posible. Tengo proyectos, lo primero sería enfocarme en un trabajo digno. Mi familia tiene recursos para ayudarme. Pero ayudar a mis hijos, mas que nada que pueda caminar mi nene con discapacidad.

- **¿Frente a qué situaciones te sentís más fuerte?**

Cuando uno siente el apoyo de la familia, o del compañerismo, o de ustedes, del Servicio hacia nosotros.

- **¿En qué situaciones te sentís más vulnerable?**

No poder aportarle una ayuda a la familia. Ellos son los que mas lo necesitan.

Peleas nunca tuve, ni a piñas ni con fierros ni nada.

- **¿Qué me podés contar de vos en cuanto a tus características personales?**

Pensar en uno, lo que uno haga que sea por uno.

Segundo pensar que afuera hay gente que tiene esperanza que uno puede cambiar, que uno puede y quiere.

Hay que ser fuerte, uno tiene que ser lo mas fuerte que pueda, mentalmente y de alma.

Yo soy fuerte

Yo tengo esperanza y voluntad

Yo puedo cumplir mi meta, afrontar cada paso o meta que yo me proponga.

ENTREVISTA N° 8 **NOMBRE:** Nestor **EDAD:** 33 años

CONDENA: ocho años **TIEMPO DETENIDO:** cuatro años y cuatro meses

PRIMERA CONDENA

- **Desde tu vivencia personal, ¿cómo caracterizarías la cárcel?**

Desde mi punto de vista, a lo primero sentís temor porque es algo desconocido, pero una vez que empezás a socializar, adaptarte, entender como es el manejo de todo, y con la ayuda de Dios no la veo como algo malo. Una vez que pasa el tiempo te adaptas, es llevadero, es lindo por la convivencia. Hay gente que piensa lo mismo, entonces se hace armonioso.

- **¿De qué manera te ha afectado tu permanencia en prisión?**

Poder relacionarme con mi hijo, lo deje muy chico, fue un golpe muy duro, la distancia. Mantenía el vínculo a través de mi papá, porque ellos hablaban con él y sabía cómo se encontraba. Tuve la oportunidad de que un compañero interno, que era vecino también me contó cosas, que estaba más grande, que estaba bien. Pero no tengo vínculo directo.

- **¿Con qué recursos contas para afrontar el día a día?**

Desde que empecé tuve temor a lo desconocido, pero lo espiritual es un recurso. Siempre me apegué a Dios, a la biblia, siempre me trajo paz en mi corazón. Me hice fuerte en todo momento pensando en mi hijo, en mi papá que todavía lo tengo.

Dios es mi sustento día y noche.

- **Esta cercanía con Dios era algo que ya tenías o viste fortalecido dentro de la unidad penal?**

Cuando mis papas llegaron a Argentina, ellos conocieron a Dios y se aferraron a ello y yo crecí con una biblia, me crié con eso, siempre la gente de la iglesia tuvo un lugar en mi casa. El quiebre mio fue a los quince años cuando me aparté, me alejé de la iglesia, no leía más la biblia, no iba con frecuencia a la iglesia y me involucré en otras cosas. Siempre tuve esa voz que me decía que él me había elegido, desde diferentes personas que no me conocían, todo a través de lo espiritual. Cuando me pasó lo mio se me vino el mundo abajo, porque uno no planea ciertas cosas. Y recordé todo eso que me habían dicho, y vi que había una oportunidad para mi. Sentí que Dios me había perdonado y había chances para mi todavía. Puede hacer cosas grandes y transformar a las personas.

Gracias a Dios tuve un compañero que se apegó a mí y me dio fuerzas, me decía que me quedara tranquilo. Podía ver que no había un doble sentido en lo que me decía, él me invitó al rancho, tomamos mate, me presentó a otros compañeros y me aconsejaron, me decían que no iba a pasar nada malo, que me quedara tranquilo. En ese tiempo había gente ya con trayectoria en la unidad penal. Y había gente que igual que yo quería salir adelante y dar aliento para superar la adversidad.

Por eso no creo que sea algo negativo, si venís a este lugar es como un freno en tu vida y te hace recapacitar, hay que aprovecharlo y darte ánimo para profundizar, tomarte el tiempo, calmarte, analizarte vos mismo, tu vida, que cosas podés proyectar y ver los errores para no cometerlos de nuevo. Siempre teniendo el consejo de buenas personas, hay personas que te aconsejan para bien y otras que te aconsejan para mal.

Es una barrera para tomar fuerza impulsarse, y superarse a sí mismo.

Sabemos que está todo limitado en este lugar, pero hay que hacerse a uno mismo, igual que afuera, uno esta con poco, con nada. Es un estilo de supervivencia. Hay que pelear por lo bueno. Si uno quiere vivir mal, incómodo, vive, pero si uno busca superarse puede estar mejor. Pero uno puede tratar de estar tranquilo.

- **En relación a esto que vos me estas contando ¿cómo son los vínculos con los otros internos, contas con personas que te esten acompañando fuera de la unidad penal?**

De mi parte he tenido gente que se ha acercado y no por interés, nunca nadie se quiso aprovechar de mi. Uno es grande y sabe que afuera también hay gente con las dos formas de pensar, uno es maduro y sabe cómo viene la mano muchas veces. Se pueden hacer lazos, deje muchos amigos en el pabellón anterior que estaba. Todos me felicitaron y me dieron aliento cuando cambie de pabellón, pude sentir eso, convivíamos 24/7, y he conocido gente nueva, me he adaptado a ellos y ellos a mi, nos vamos dando fuerza entre todos. Mis amigos no los vi mas desde que me mudé a Entre Ríos, soy de Río Negro. Y en Diamante mi rutina era levantarme temprano, ir a trabajar, llevar a mi nenito a la escuela, preparar las cosas, tenía conocidos y un solo amigo, que era compañero de trabajo y me apegue a él. Pero no le conté esto que me estaba pasando porque sentí que le podía fallar a mucha gente. Creo que si supiera que estoy acá estaría desde el primer día.

Siempre estuvo mi papá, hasta donde pudo también estuvo mi mamá. Tal vez no les hice caso pero los consejos que me han dado los tengo y los atesoro en mi corazón. Más allá del tropiezo soy alguien que sabe escuchar, me dejo guiar y se atesorar lo que me dicen las personas.

Cambie el carácter, porque antes no era una persona de escuchar o contestaba mal.

- **¿Frente a qué situaciones te sentís más fuerte?**

Me siento fuerte en todo momento, cada día es nuevo empezar y nuevas metas, nuevos caminos para avanzar. Más allá de la distancia, como vivo lejos, mi deseo es poder volver. Siempre busco avanzar, motivarme, no quedarme ni estancarme en nada malo.

- **¿En qué situaciones te sentis mas vulnerable?**

(No puede responder)

- **¿Qué me podés contar de vos en cuanto a tus características personales?**

Tenemos proyectos a futuro con mi papá, volver a casa, acá en Entre Ríos descubrí que tenía el oficio de panadero. El tiene todo organizado para poder tener una panadería juntos. Siempre hay que hacer las cosas bien, a través de esto uno se vuelve mas responsable, mas maduro, sirve para organizar la cabeza, saber donde tenes que caminar, y por donde te podés desviar.

Nada me desmotiva, por ejemplo hace cuatro años que quiero tocar la guitarra y cantar pero no me sale, pero se que en algún momento me va a salir. Se mantener la calma, soy paciente, eran características que estaban ahí ocultas. Nunca busqué la violencia, siempre busco solucionar con palabras. Y darle el lugar a las otras personas.

He encontrado a través de lo espiritual nuevas oportunidades. Todo tiene que ser nuevo y dejarlo fluir.

Yo soy reflexivo

Yo tengo la capacidad de impulsar a otros a salir adelante. Así como me ayudaron a mi, se que hay otras personas que llegan como yo y no me gustaría que pasaran por lo mismo, y que tengan ese consejo bueno de que no todo es ventaja, no todo es malo y aun en esos lugares cosas buenas se pueden encontrar.

Yo puedo superarme todos los días

ENTREVISTA N° 9 NOMBRE: Gabriel **EDAD:** 29 años

CONDENA: veinticinco años **TIEMPO DETENIDO:** ocho años

PRIMERA CONDENA

- **Desde tu vivencia personal, ¿cómo caracterizarías la cárcel?**

Es una escuela de supervivencia, porque aprendes a sobrevivir. Mi familia vive lejos, aprendí a ingeniarla, a tallar, a trabajar, hacer artesanías para tener mis cosas de higiene, mi ropa, plata, mis cosas. Los penales te dan herramientas para que vayas progresando en el camino, depende de uno agarrar esas herramientas, aprovecharlas. Pero también es feo en el sentido que aprendes un oficio pero no tenes la posibilidad de ejercerlo, de hacerlo afuera.

La cárcel es horrible, es algo feo pero que te enseña mucho. Acá aprendes lo bueno y aprendes lo malo. Lo primero que aprendes es lo malo, con el tiempo vas agarrando lo bueno. Lo primero que ves son peleas, discusiones, te asusta y ves muchas cosas que no tenes que ver. Con el tiempo ves que hay gente que no es igual y te enseña. Personas que valen la pena hablarlas, saludarlas, y gracias a Dios hoy en día son mis amigos. La parte mala es que muchos de esos se van y uno se sigue quedando, es un sentimiento amargo. Te pones contento porque se va y va a ser feliz, y a la vez uno está esperando también para irse, preguntándose cuándo me toca a mi.

- **¿De qué manera te ha afectado tu permanencia en prisión?**

Me afectó mucho, era un pibe, mi hijo tenía recién un año. Perdí mi mujer, decidí separarme cuando me dieron la condena de veinticinco, hable con ella y le dije que quería que sea feliz, no quería que arruinara su vida por mí, y hoy en día veo las fotos, estudió, sigue estudiando, es una excelente mujer, una madre espectacular y eso me pone feliz porque conmigo no iba a pasar eso.

Me afectó en lo emocional, me cuesta decir lo que siento, no puedo soltarme. En lo que más se me complicó fue lo afectivo, no me gustaba que me abrazaran o besaran sin permiso. Pasé muchas cosas acá dentro y eso me cambió mucho.

Antes era divertido, era feliz, tenía muchos amigos y después de esta condena -que considero injusta- la discriminación social, la falta de respeto, me cambió. Muchas personas me apuntan con el dedo, me están escrachando por Facebook hace años que me hacen lo mismo, antes me afectaba, me ponía mal. Intenté sacarme la vida, no pude, una persona me llevó al hospital, un celador, me salvó la vida y hoy es mi amigo. Hay personas que no quieren entender lo que pasó, por lo que estoy acá.

Lo sentimental es difícil. En el día tengo muchos sentimientos. Se me llena la cabeza de problemas. Me encierro en la pieza, escucho música o veo televisión. Trabajo para distraerme, hago artesanías, trato de olvidarme que estoy preso pero es difícil. Tu vida corre peligro siempre. Tenía un mejor amigo, me lo mataron en Federal hace poco.

Yo soy de joder pero lo hago para no demostrar mi debilidad. Me río para no mostrar que estoy hecho pedazos. Te hace crear un escudo, no podés mostrar debilidad acá adentro. Porque te come la reja, te deprimís, las personas te agarran para el boludeo, te quieren medicar. Yo me quiero ir, pero me quiero ir sano. No consumo hace siete años. La última vez que consumí pastillas fue cuando me quise matar.

Soy consciente de lo que pasa alrededor y de lo que hago.

- **¿Sentís que ha variado a lo largo del tiempo?**

Soy más maduro, antes era un pendejo atrevido, contestador, maleducado y agresivo. Hoy soy tranquilo, me río con todo el mundo, tomo todo en chiste. Me ayudó a no caer y levantarme todos los días. Tengo dos hijos, uno de doce y uno de un año. Cuando veo sus fotos sus videos, o escucho que se ríe en el teléfono me lleno de fuerzas, me cambió para bien.

Hace seis años mi vida hizo un click, dije no más. Porque mi vieja me está esperando, para mi ella es todo, es lo que más amo en la vida. Me dije a partir de ahora voy a hacer las cosas bien, quiero ser diferente, quiero cambiar. Hoy estudio, trabajo, le meto la mejor onda. A veces me pasa como ahora, que me retiro del juego, que dejo las cosas. Se me va la motivación y dejo.

Hoy soy tapicero, sé de albañilería, de electricidad, todo lo aprendí acá, pero lo que a mí me gusta son los malabares. Eso lo llevo conmigo acá (muestra un tatuaje de un monociclo en la pierna) me siento identificado con eso. Y no lo hacía por la plata, sino porque haciendo malabares podía sacarle una sonrisa, o cambiarle la cara a alguien. Ver que le haces bien a otro te reconforta.

Me cierro mucho, las personas me hicieron así. Cuando las personas te hieren, te humillan. Con el correr del tiempo uno cambia. He hecho cosas de las cuales no me enorgullezco y otras de las cuales me arrepiento mucho, pero también he hecho cosas buenas, eso es difícil de ver.

Las personas te marcan como criminal, como basura. Eso me genera rechazo hacia las personas, que me traten así sin conocerme.

He convivido con muchas personas de diferentes papeles, carátulas y aprendí que no hay que juzgar, más allá de lo que hayan hecho o no. No perdono a los que se meten con las criaturas. Pero antes que nada les pregunto por qué o cómo y si me convence su respuesta bueno, lo dejo pasar sino andá le digo.

- **¿Con qué recursos contas para afrontar el día a día?**

Siento decepción de las personas. Confío y terminan siendo todas iguales. Vos le brindas lo mejor, respeto a todo el mundo, pero al final te decepcionan. Esto me sirvió de lección, de experiencia.

Me levanto seis de la mañana, miro la foto de mi nene, y arranco. Pero hay días que no tengo ganas de nada. Soy muy paciente, mi característica es ser yo conmigo mismo. Hice un trabajito -la primera psicóloga con la que fui me lo dijo- agarrar un espejo y autoconfrontarme todos los días, decirme la clase de persona que soy a mi mismo, y la verdad me sirvió un montón. Y si hoy me levanto bien y sonriendo no es por eso, sino por mis vínculos. Trato de no pensar en eso y pienso en vamos, vos podes, tenes personas que te quieren y te esperan. Me lo digo siempre, fuerza mental, la esperanza es lo que me impulsa. Tengo esperanza en que puedo ser feliz. Tengo fe, mucha fe en mí mismo, sé que yo puedo. Pude hacer muchas cosas, por qué no puedo hacer esto.

- **¿Frente a qué situaciones te sentís más fuerte?**

Me siento fuerte ante el preso. Lo que pasó pasó, no lo puedo cambiar. Pero me supe plantar y no peleando. Me lo gané en actitud, con autoconfianza, jamás tuve que pelear. La persona que pelea lo hace porque se siente débil.

- **¿En qué situaciones te sentís más vulnerable?**

Frente a una persona que está en la calle, porque no tengo posibilidades de discutirle, plantarme, hablar de igual a igual porque no estamos en igualdad de condiciones. Por más que sepa que la otra persona está equivocada, tengo que agachar la cabeza, porque yo soy el preso, y tengo todas las de perder.

- **¿Qué me podes contar de vos en cuanto a tus características personales?**

Un poco lo que te venía diciendo.

Yo soy buena gente, me considero buena gente.

Yo tengo mucho por que pelear.

Yo puedo ser mejor y se que puedo.

ENTREVISTA N° 10 NOMBRE: Daian **EDAD:** 32 años

CONDENA: once años **TIEMPO DETENIDO:** siete años

SEGUNDA CONDENA

SECUNDARIO COMPLETO – UNIVERSITARIO EN CURSO

- **Desde tu vivencia personal, ¿cómo caracterizarías la cárcel?**

Para mí es un aprendizaje para no cometer otros errores. Acá adentro se pierden muchas cosas, perdí mi familia, todo. Muchas cosas malas pasan acá, es una bomba de tiempo acá adentro. Hoy no puedo estudiar en el pabellón por eso pido salir. Para estudiar tengo un horario de tranquilidad de siete a ocho y media, después ya no se puede. Perdés familia, se te fallecen familiares directos y no podes estar en el lugar. También tenés lo bueno, la educación y podes hacer amistades. Aprendes a valorar cosas, por ejemplo y lo más importante y que más te sirve es la mamá. Porque los que uno piensa que tiene como amigos en la calle acá adentro no los ves.

Yo paso el tiempo estudiando, leyendo que me gusta mucho, salgo afuera, camino, la recreación, si te quedas encerrado te hace mal, te autoflagelas, en la condena anterior nunca hice nada, he prendido fuego donde he estado.

- **¿De qué manera te ha afectado tu permanencia en prisión?**

En la primera me siguió mi familia, me traía a mis hijos. Ahora ya hace tres años que no veo a mis hijos. El boludo fui yo, le había prometido que iba a cambiar. Estaba con salidas, me invitaron a cometer un delito y fui. Y las consecuencias son estas.

En la segunda condena me autoflagelaba, varias veces. En lo físico no, porque los problemas los traje de afuera, acá mucha atención medica no recibimos. Yo tengo una fistula en la pierna, y el tratamiento se ha atrasado mucho. Los dolores son crónicos.

Vivo la vida normal nomas. No es que me guste estar acá sino que uno no se acostumbra, se adapta.

Yo siempre antes de hacer algo pensé las consecuencias, me adapte rápido porque encontré muchos conocidos, y yo venía de visita acá. Pero extrañé mucho a mi familia, más que nada a mi hijo que era recién nacido. El me llama y me dice que extraña.

Amigos afuera no le doy mucha importancia, porque mucha gente no está acá, se te acercan cuando estás afuera, pero para que los quiero.

Acá las relaciones son más por interés que por amistad. Hay mucha envidia, gente que le molesta que uno salga afuera, que gane espacios. Por ahí se dicen cosas. El tema material influye mucho también.

Lo único bueno que tenemos acá es el tema de la educación. Sanidad es cualquier cosa. En vez de ser profesionales, últimamente están re tumberos, le pedís algo y la respuesta es “no tengo”. Yo siempre cuando hago algo pongo los artículos de la ley, para que se den cuenta que uno no es ignorante. La comida en sí es incomible, yo entiendo que es difícil porque somos muchos. Si no fuera por nuestra familia por ahí uno no come, más que la papa y la carne, lo otro lamentablemente se desperdicia.

Yo he visto cómo cocinan, escupen la comida, le ponen pelos, hay ratas, porque los que cocinan son gente que está por delitos contra la integridad sexual, que nos tienen bronca porque saben que no los pasamos.

Mi familia siempre me enseñó a respetar de chico, después el camino lo elegí yo.

Después la consecuencias son estas, terminas preso, muerto o en silla de ruedas. La mayoría de mis amigos están acá.

Estar privado de la libertad es negativo y positivo, cuando vos entras venís con actitudes de la calle. Aprendes a pedir permiso, decir buen dia, cosas sencillas que te ayudan. Cosas que en la calle no hacíamos. A valorar la familia, las cosas de uno mismo, nos damos cuenta que las cosas cuestan mucho, el compañerismo.

- **¿Con qué recursos contas para afrontar el día a día?**

El estudio, hablar todo el día con mis hijos, hablar con mi mamá. Para salir de foco me engancho a leer, a hacer ejercicio. Tenés muchas cosas para no pensar que estas preso. A veces te quedas pensando en la lejanía, pero te aferras mas al encierro y es al pedo.

- **¿Frente a qué situaciones te sentís más fuerte?**

Respiro hondo y cuento hasta cinco, eso aprendí acá. Me lo decía un compañero porque reaccionaba, uno quiere ser más que otro, nadie se va a dejar pasar por encima. A veces es mejor hacerse el sordo. Algunos están apadrinados, se creen que tienen más poder. En otros penales no se portan como acá, juegan de locales.

- **¿En qué situaciones te sentís más vulnerable?**

Cuando tratan a alguien mal, cuando el servicio va y no me puedo quedar callado.

Cuando los pibes se lo agarran con los más débiles.

- **¿Qué me podés contar de vos en cuanto a tus características personales?**

Creo en Dios, creo en mí, creo en las cosas positivas que estoy haciendo. Uno usa el aprendizaje para uno mismo. Tengo sentido del humor. Para el día de mañana tengo conocimientos. Estoy pidiendo para trabajar en la panadería, porque con los cursos aprendí.

Terminé el secundario, afuera no lo hice por vago. Siempre me fue bien, cuando iba a la escuela en la calle era abanderado, cuando agarré la droga me costaba leer, no iba a clases.

Fumo porro de vez en cuando, pero deje la cocaína. No me llama la atención y por esa porquería perdí a mi familia.

Yo soy feliz con los hijos que tengo y me tengo fe de salir y estar con ellos.

Yo tengo mucha fe de poder terminar la carrera y salir en libertad antes de cumplir la condena

Yo puedo afrontar los problemas con más tranquilidad.

- **¿Tenés proyectos a futuro?**

Tengo mi viejo que tiene una minipyme. En la condena anterior me dijo que no me iba a dar todo de arriba, porque cuando yo nací él dejó a mi mamá y nos conocimos de grande. Me dijo que me iba a ayudar.

Otro proyecto es que sé mucho de panadería y me gusta ayudar a la gente, así que quiero poner un comedor comunitario en Santa Elena.

Yo trabaje en la calle como vendedor ambulante.

Actualmente estoy separado, conocí una chica acá enfrente, en la UP6 (unidad penal femenina). Por redes sociales conocemos gente, no es difícil. Lo difícil es por ahí superar lo que se imaginan de cómo es acá adentro, por la cantidad de gente encerrada, las causas, las requisas. Pero una vez que vienen, siguen viniendo.

Si uno no tiene la oportunidad es porque no quiere. Uno siempre puede. Si te propones una meta y te pones, te esforzás, lo cumplís. Sino que por ahí uno busca lo fácil.

ENTREVISTA N° 11 NOMBRE: Alberto EDAD: 60 años

CONDENA: catorce años TIEMPO DETENIDO: dos años

PRIMERA CONDENA

- **Desde tu vivencia personal, ¿cómo caracterizarías la cárcel?**

Un infierno... es descender a un nivel de intolerancia, de códigos distintos.

A la cárcel como tal es la privación de la libertad y ahí es donde me detengo para decir que eso es una de las peores cosas que podés tener, la cárcel no son rejas solamente, hay otras privaciones aquí dentro, como ser algunos derechos, el derecho a la salud, a comer bien, a la alimentación, y eso hace un combo que a veces es difícil de sostenerlo en el tiempo. Porque a quien se le hace costumbre yo pienso que estar acá dentro no le afecta tanto, pero quien ambiciona poder estar con su familia, con su gente, con sus seres queridos, esto es lo peor. Si bien tenes algunos beneficios como el estudio para aquellos que lo necesitan y afuera no lo hacen, esta bienvenido. Yo soy jubilado docente, y me preparaba para disfrutar de la jubilación y me enfrenté a este mundo nuevo, que día tras día es una lucha psicológica interna muy grande.

- **¿De qué manera te ha afectado tu permanencia en prisión?**

La primera parte cuando recién entré no podía dormir, tenía la cabeza muy acelerada, en cuanto a pensamientos y la gran pregunta del por qué y no aceptar en el ambiente. Y hablando con un psiquiatra, me sugirió desalojar de mi cabeza todos esos pensamientos escribiéndolos. Y gracias a ese consejo yo llegué a escribir un libro acá adentro, “Siete meses indebidamente” y eso hizo que estuviera ocupado durante el día, empecé a estudiar. Y en esta segunda etapa se me presentó la posibilidad de estudiar una carrera, de hacer un curso, el trabajo lo deje de lado porque me empezó a absorber mucho tiempo el estudio y querer llevar las materias al día y eso fue una forma de desconectarme del adentro, y sumergirme en la lectura y aprender cosas nuevas, que es mi mundo, porque yo fui docente. Lo que sí el desafío fue distinto, porque yo vengo de un profesorado de matemática y física, de materias duras, exactas, fue un desafío. Podría haber elegido una carrera más afín pero me sumergí en este desafío de la psicología porque me interesa. Vengo del afuera, de una asistencia psicológica a través de un psicólogo y psiquiatra, con los que he hecho una buena relación de amistad y siempre me interesó así que es la oportunidad.

Estar privado de la libertad con todo lo que eso implica,

Mucha gente piensa que uno está acá y tiene tiempo de ocio, y que eso es estar bien, estar descansando y sin embargo alguien que fue hiperactivo, familiar toda su vida, estar privado es estar privado de eso que uno más ama, de la familia, de los vínculos. Porque comer se come, dormir se duerme, techo hay. Yo vivo pensando en mi familia, en mi casa, en mis seres queridos, en mis amistades. Cuando salgo a la cancha y escucho el ruido de la calle uno se transporta y dice como uno no valora lo que tiene, uno valora cuando lo pierde. No valoraba una visita de amigos, o el campo al que iba, el común de lo cotidiano.

- **¿Contas con personas que te apoyan?**

Mi pueblo, mis amistades y conocidos, y sobre todo mi familia que si bien es chica, vivimos todo juntos, debo ser la pata que le falta a la mesa, en navidad, en las fiestas y cumpleaños porque compartíamos todo, el día a día, la comida, los eventos, las ceremonias. Me largué a llorar, ahora hay un embarazo y no puedo acompañar el proceso.

Dicen que hay que hacerse la idea de que uno está acá, pero no es una idea que me caiga.

- **¿Con qué recursos contas para afrontar el día a día?**

Uno sufre en la proyección, hay que vivir el día a día. Si bien me llevo bien con la población del pabellón en el que estoy, más con la gente de mi rancho, que hemos hecho una buena convivencia.

Yo sostengo que el vínculo humano aquí dentro es muy importante. Si a la soledad de la falta de la familia le sumas la falta de los compañeros se haría insoportable. Apuesto siempre a la convivencia, la buena convivencia, al aportar lo que uno sabe, desde cocinar hasta el brindar comodidades, poder incorporar una cocina, una heladera, para estar lo más cómodo que se pueda. Dialogar durante el día con ellos. Y durante el año lectivo sumergirme en los libros de lectura como para aprender. Porque es un tiempo virtual, la lectura te transporta, te relativiza el tiempo y al mismo tiempo aprendes cosas nuevas que te edifican. Para mi cada materia que he cursado y aprobado me ayudó a aprender y al mismo tiempo me hizo pasar el tiempo sumergido, porque una vez que entras en el libro te olvidas del tiempo y de la situación en que estas.

- **¿Frente a qué situaciones te sentis más fuerte?**

Que te reconozcan por tu nombre, que te traten bien en enfermería, en las aulas, en el estudio. En el profesorado parece que no estuvieras en la cárcel porque vienen con esa mentalidad de tratarnos como alumnos, te hace recuperar la dignidad de afuera. Con la presencia de los profesores, de ustedes, la gente que trabaja en educación. Y en el pabellón el sentirte útil para los demás, en mi caso me vienen a preguntar tareas que le dan o que no entienden algo de matemática. Y al sentirme útil y destinar mi tiempo para explicarles física o química, hago otra abstracción del lugar en ese momento que le destino a ellos.

- **¿Qué cosas lo ayudaron en la vida a superar las dificultades?**

La ayuda puede sugerirla alguien y vos la tomas o no, como es el caso de los psicólogos que al escucharte te dicen, en este caso este año me dijeron que estudie que haga lo que me hace bien. Porque estar ocupado, el jugar lúdicamente a las cartas, al ajedrez, a las damas, al domino, ese tiempo es un tiempo que se pierde pero al mismo tiempo lo ganas en alegría, en competencia, en compañerismo. La comunicación telefónica periódica con mi familia es algo que me ayuda a mantenerme en pie. El pensar que de aquí se sale, en la esperanza de que algún día volveras a lo habitual. Siempre tengo presente un mensaje que había dicho un papa en su momento que las cárceles tendrían que tener ventanas, simbólicamente lo dijo como diciendo para no olvidarse que afuera existe todavía el mundo que dejaste, ese mundo te espera, que sos parte y te espera afuera. Pienso en el futuro, pienso en lo que voy a hacer cuando salga. Como jubilado no tengo muchos proyectos ambiciosos en cuanto al trabajo pero si hay un emprendimiento familiar agrícola, de nueces pecan, ayudar a mis sobrinos con mi parte agrícola, ganadera, alquiler de un casco de una estancia y viajar. Ese es mi sueño que dije que iba a hacer ni bien me jubile y justo caí en esto. Uno siempre cree que va a llegar hasta los cien Dios mediante, los últimos años disfrutar lo mas que se pueda, viajando, haciendo encuentros de camaradería, de colegas y sobre todo la familia. La familia es ineludable, la que te acompaña, la que no te suelta la mano, la que esperas todo y extrañas todo.

- **¿En qué situaciones te sentis más vulnerable?**

Cuando estoy enfermo y un simple resfrío nomás que me baja las defensas y el ánimo hace que sea menos tolerante, que esté más angustiado. Tengo problemas de salud y cuando no corresponde con el pedido que hago de ecografías o algún estudio, y no me lo hacen o se demora me angustio o me pongo mal. El maltrato también muchas veces, cuando te despersonalizan, cuando te tratan como un número, en una requisita cuando se da vuelta toda la pieza y si bien hay códigos que aceptar te pone mal en el momento.

La visita me hace bien en la espera y durante el momento de la visita, ya sea de sobrinos, hermana. Me hace bien en el momento, y me hace mal en el después. El que se vayan, te querés ir con ellos, te queda esa sensación de abandono , me da ese sabor amargo de querer disfrutarlos más tiempo.

- **¿Qué cosas le trajeron problemas o dificultades?**

En el afuera gracias a Dios no he tenido dificultades porque creo haber tenido una vida digna, hermosa, sin contratiempos, ausencia de mis padres solamente. Cuando aparece este tema de la causa es ahí cuando empecé a ir al psicólogo y al psiquiatra porque hasta el día de hoy me cuesta aceptar que este tanto tiempo aca, por una cuestión que yo no la considero tan importante como para tener esta condena. Eso me llevó a rebelarme contra la justicia, contra mi mismo, contra el concepto de verdad, el concepto de parcialidad, de mentira, de armado, un montón de cosas relacionadas con la causa. Si tuviera que nacer y elegir una vida, elegiría la misma que lleve durante 60 años que me ha dejado muchos sabores.

- **¿Qué me puedes contar de vos en cuanto a tus características personales?**

Mi personalidad pasa un poco por lo intelectual y es mi fuerte, yo digo que el valor de la persona esta adentro, mas allá de que tenga o no dinero, una posición económica, su cabeza, su corazón, de nobles sentimientos, una persona relativamente alegre, es una herramienta que tengo para romper muchas veces el

huelo de un grupo, la participación en todo lo que sea dialéctico, en todo lo que sea charlas . me gusta opinar, me gusta ser parte, aprender de los otros. Compartir lo que yo pienso. Mucha paciencia. Mucho análisis. Escucho mas de lo que hablo: dos orejas una boca. Me he hecho de muchos conocidos que me valoran por eso, no se si por la edad o por una personalidad que se impone, por la presencia física y un sentido de la ubicación, no me prendo a la pavada, cuando se habla en el patio de las causas y todo eso no me prendo. Tengo mucha religiosidad por dentro, asi que por la noche y en todo momento tengo mucha fe y esperanza, vengo de una familia tradicional. No consumo ningún tipo de droga, pero acepto que lo hagan otros, no lo discrimino ni nada por el estilo porque se que es un vicio. Me gusta pasarla bien y que la pasen bien los que tengo al lado. Me gusta compartir, me traen un alfajor y somos tres, lo parto en tres partes. Me gusta hacer parte de mi vida a quien esta al lado en este momento.

Yo soy lo que pienso, lo que ven, lo que alcanzan a conocer de mi y mucho mas de lo que aparento o tal vez mucho menos de lo que creen.

Yo tengo fe, paciencia, sentimientos a flor de piel, sentido de agradecimiento, esperanza, ganas de vivir, ganas de disfrutar, tengo cuerda para rato.

Yo puedo como buen remador de la práctica del canotaje siempre digo que puedo remar río arriba en aguas turbulentas, sacar provecho de las cosas, soportar lo que muchas veces a prima fácil creo que no puedo y sin embargo lo hago, ser fiel a un estilo de vida. Ser consecuente con mis ideas. Yo puedo remar mi propia canoa.

ENTREVISTA N° 12 NOMBRE: Antonio **EDAD:** 61 años

CONDENA: doce años **TIEMPO DETENIDO:** cinco años y cuatro meses
PRIMERA CONDENA

- **Desde tu vivencia personal, ¿cómo caracterizarías la cárcel?**

La cárcel es un lugar de encierro en el que no tenés contacto con el mundo exterior de forma personal, sí de manera virtual o por teléfono, con tus afectos, con tus cariños. Pero no sirve de nada el encierro, es una vida muy ociosa. Por lo que yo veo si lo tomas de una forma personal y le quieres sacar provecho lo podes hacer, en el tiempo que llevo acá sacando la pandemia, hice siete cursos, trabajé, hice yoga, hice musicoterapia, intervine en cuanto evento se podía intervenir. Pero todo de manera personal, con el fin de que mi cabeza no quede chata. Porque lamentablemente mucha gente no tuvo las mismas oportunidades, yo soy universitario, tuve oportunidades. Hay gente con la que no tenés tema de conversación, su vocabulario es muy escueto, chato. Y tenes que convivir con un montón de gente, de distintos delitos, y tenes que adaptarte.

Hay casos puntuales que no es negativo, tienen que pagar de alguna manera. Pero le tiene que sacar provecho, que le devuelva al estado con sacrificio, acá adentro hacia afuera o directamente afuera. Por ejemplo el vendedor de droga, que devuelva o retribuya a la sociedad. Las cárceles se aliviarían mucho. O la gente que comete delito por drogas, por el consumo, que haya lugares de rehabilitación. Y es fundamental tener trabajo afuera, sino estas en la misma. Salis y te encontras que no tenes trabajo, la desesperación te lleva a delinquir o hacer cosas.

Las instituciones del país no funciona ninguna.

- **¿De qué manera te ha afectado tu permanencia en prisión?**

En lo personal, me sirvió para descartar un montón de gente que consideraba amigos, hoy los cuento con los dedos. Para los asados tenía un montón, ahora ya no. Mis hijos tuvieron problemas por mi causa.

El tema familiar me sirvió para la unión familiar. Más la relación con mi esposa, hoy la veo y es incondicional, no me dejó ni a sol ni a sombra. Me están esperando y luchan más que yo desde afuera.

El ámbito del encierro, lo se llevar, la he piloteado bien. Los tres primeros meses si, cuesta adaptarse. Después la vida es rutinaria, eso te afecta mucho y los fines de semana, los fines de semana largos son eternos.

La familia me sostuvo, es el puntal que vos tenes, llueve o truene ellos venían.

Hoy por hoy tengo todo, no me falta nada. La adaptación es lo que más cuesta. A los ruidos, al ritmo, a las peleas, a los gritos. Yo me alejo de las peleas. He tenido discusiones pero no he llegado a las manos. No sirve de nada pelearte porque después te vas a cruzar.

No formas una amistad pero con muchos vos te sentis mas afin, sabes con quien podés contar algo y que muera ahí. Hay mucha gente que ha hecho de esto su vida, que le interesa todo lo que hacen los otros, si se va o volvió.

A cada uno le va a llegar su momento.

Yo estoy en mi mundo, ahora me levanto, limpio, desayuno, hago crucigramas. Siempre tengo una actividad.

Las condiciones de vida son pésimas, la alimentación es malísima, la higiene es malísima, el hacinamiento, y la carencia de un montón de cosas. La vida es muy sedentaria, por mas que hagas algo, no es lo mismo que hacerlo afuera.

- **¿Con qué recursos contas para afrontar el día a día?**

Me encanta ir al taller, no te digo el primer año , pero cuando aprendí a usar las herramientas. De mañana iba, hacía cosas. Mi cabeza siempre estuvo afuera. De lunes a viernes trabajo, vuelves doce, doce y media, te bañas, preparás algo para comer y te acostas a dormir la siesta. Ves noticiero. Cuatro y cuarto me levanto, hago el mate, hago crucigramas, juego al ajedrez, a la noche me cocino. Fines de semana es un poco menos porque no hay actividades. Si tenía curso iba a los cursos.

Tenés que lavar ropa, coser, hacer algo, arreglar cosas.

Hoy somos 42 (en el pabellón), la época más difícil fue cuando éramos más de cincuenta. Mucha gente para tan poco lugar. Vivo con cuatro personas, uno no me gusta y ya se lo dije. Soy de decir las cosas de frente y no por la espalda.

Con lo de la religión me tienen cansado, yo soy creyente, pero tampoco tanto. Hoy estoy peleado con Dios, mi mujer me caga a pedo por eso. Rezo el rosario, rezo por mi familia.

Nosotros le pagamos a un chico para que lave el baño.

Después que limpiamos la droga, estuvimos mejor, somos cinco, seis referentes en el pabellón.

- **¿Frente a qué situaciones te sentís más fuerte?**

Cuando tengo algún problema con el juzgado, alguna denegación, eso me hace ir por más. Todos desafíos, lo que pueda hacer lo voy a hacer.

- **¿Qué cosas lo ayudaron en la vida a superar las dificultades?**

Todos los problemas que he tenido siempre los afronté, de una forma u otra. Un pilar grande era mi familia en todo sentido, mis hermanos, cuñados y en su momento cuando teníamos padres. Económicos, sociales, personales. Con mi mujer cuando discutíamos yo me iba a un rancho y cuando se nos pasaba volvía, porque en ese estado no se puede resolver.

- **¿Qué cosas le trajeron problemas o dificultades?**

La gente con la que me rodee. Mi mujer me dijo, no me gusta esa gente, y a veces por confiado uno está donde está. No saber a quien tomar como amigo o a quien darle cierta confianza.

- **¿En qué situaciones te sentís más vulnerable?**

Cuando pasa algo afuera con mi familia, si tienen algún problema y desde acá adentro no podes hacer absolutamente nada. Tengo una gran ventaja que es mi mujer, ella no me tira el problema, me cuenta cuando ya lo resolvió. Y hay cosas que te ocultan porque saben que no puedo hacer nada.

Uno se preocupa, piensa en cosas.

- **¿Qué me podes contar de vos en cuanto a tus características personales?**

Tengo sentido del humor cuando tengo que tenerlo, soy una persona seria, luchadora. Todo lo que afronte siempre luche, fui por más. Estudié profesorado de matemática tres años, como el país no tenía visión de nada, me fui a la policía, ahí hice el curso de criminalística, después la licenciatura, concursé en tribunales. Todo lo que emprendí lo logré, me costó, pero lo logre. Se que esto también.

Tengo el apoyo de amigos y de la familia. En mi casa todo se habla.

Soy muy temperamental. Muy de decir lo que pienso, es un gran error. Acá me ha servido, porque no me guardo nada. Ya me conocen y saben como soy. Es un arma de doble filo.

Pasa rápido el tiempo no te das cuenta.

Yo tengo... Lo que tengo está afuera y no lo puedo aprovechar. Tengo proyectos, primero disfrutar y malcriar mi nieta, seguir haciendo la vida que hacía con mi mujer, viajar, terminar mi casa, quiero hacerla íntegramente ecológica, dedicar el resto de la vida a las plantas, quiero tener una huerta, tener gallinas.

Yo puedo . Cuando vine acá no me bajaron los brazos, luche y sigo luchando. Y puedo, mi mujer me dice lo mismo, que podemos aportar nuestro grano de arena a cualquier institución. Siempre pude ante todas las adversidades, a veces no como uno quiere, pero como se puede siempre.

Yo soy de la filosofía que lo atamos con alambre y seguimos para adelante, no miro para atrás.

Si vos te quedas, te aplastás, la cabeza te trabaja y te estancas. De acá se sale. Bien, en el momento que te toque, se sale.

ENTREVISTA N° 13 NOMBRE: Nelson **EDAD:** 49 años

CONDENA: doce años **TIEMPO DETENIDO:** dos años y cinco meses

PRIMERA CONDENA

- **Desde tu vivencia personal, ¿cómo caracterizarías la cárcel?**

Uno cuando está por venir para la cárcel siente mucho miedo. También incertidumbre de lo que vaya a suceder y mucha expectación, estás continuamente esperando algo. Estás alerta en todos los sentidos.

No es tan fuerte como yo pensaba, no es tan duro. Por lo menos por donde yo transité. Sé que hay cosas peores que han sucedido porque me han contado. La infraestructura bastante olvidada, obsoleta. Y después yo me puse a pensar que por qué dejan así las cosas, quizá a propósito, para que no sea tan placentero, para que esta experiencia nos sirva para decir no quiero volver más. He encontrado buenas personas, de parte de los internos y del servicio también.

Muy poco se encuentran personas que realmente son solidarias, la mayoría, como la sociedad afuera también, hay muchas personas que hacen algo por uno, por interés. Hay más porcentaje. Lo he podido comprobar con mi enfermedad, porque lo inhabilita a uno para hacer muchas cosas. Yo me esforcé en todo este tiempo para hacer el bien al otro. Yo afuera era egoísta, pensaba en mí mismo, y me propuse forzar a mí mismo para cambiar esa debilidad mía. En los pabellones que estuve he hecho cosas para el otro, desinteresadamente, para procesarme a mí mismo, transformarme, para saber que se puede.

- **¿De qué manera te ha afectado tu permanencia en prisión?**

Me afectó negativamente, perdí todo, mi familia, aunque ellos tienen contacto conmigo, me vienen a visitar, me llaman, mi esposa, mis hijas, están conmigo de cierta manera, como pueden. Ese distanciamiento fue un tipo de castigo que surgió efecto en mí. Porque éramos unidos y de repente arrancarnos ellos de mí y yo de ellos fue fuerte, difícil y sigue siendo hasta ahora.

Me afectó también para bien. Yo dije me voy a esforzar para ser mejor, para que en el día de mañana sea una persona diferente. A pesar de que se que la sociedad condena y no olvida. Están aquellos que me van a señalar de por vida quizás, están los que me van a dar un tiempo para saber si cambié y si tengo algo para dar y otros que incondicionalmente van a estar conmigo a pesar de todo.

A mí me afectó para bien, no se si porque soy optimista, estoy haciendo cosas que no hubiese hecho o alcanzado afuera, quizá me hubiese descansado en los laureles, me hubiese quedado con lo que tenía. Cuando salga voy a salir brillante de esta prueba. Estoy logrando varias cosas.

Físico me ha afectado negativamente, se han despertado enfermedades psicosomáticas que no tenía por ejemplo artritis psoriásica, dolor en el nervio ciático, que antes me pasaba ante situaciones de estrés pero ahora se volvió crónico. Afuera yo solucionaba las cosas con alcohol, que en realidad no solucionaba, sino que agravaba todo.

Estoy contento por haber salido de ese círculo vicioso del alcoholismo. El día que me fueron a buscar había buscado una botella de vino como todos los días, vivía alcoholizado, la había puesto en el freezer e iba a cocinar. Mi hija estaba en su habitación, preparándose para la escuela. Mi día comenzaba bebiendo. Le dije que me iba hacer un mandado cuando me buscó la policía, yo pensaba que iba a volver pero no volví más, y mi hija no me habló más desde ese día. Ella tenía catorce años. Por todas esas situaciones se apuntalaron más esas enfermedades psicosomáticas.

No sufrí abstinencia, no tuve ganas de nada. Tal vez por la expectación de estar atento a todo lo que sucediera. Tampoco hasta el día de hoy que estoy cómodo entre comillas, la he sentido.

- **¿Con qué recursos contas para afrontar el día a día?**

Punto número 1 , espiritual. La búsqueda de Dios. Yo era creyente, estaba alejado, enojado con Dios por muchas cosas que no entendía, pedía en oración cosas y no se me daban, entonces me enojé con Dios y acá me amigué. Me tomé fuerte de su mano, porque no tenía otra cosa. Entonces me rendí, ganaste, me tenés en tus manos. De esta nada, haz alguien que valga la pena. Yo me daba cuenta que no valía la pena. No

importa lo que haya que esforzarse, vale la pena someterse a Dios y al proceso que tiene. Muchos no lo entienden. Pero yo me dije qué tengo que perder, si ya perdí todo. Me acerqué a Dios y él me ayudó y me libró de situaciones peligrosas, me defendió. Poniendo en mi camino personas que no me conocían y me defendieron. Y eso yo no lo veo como casualidad sino que el señor está obrando, veo la mano de Dios en todos lados. Soy miembro activo de las comunidades que vienen, cristiano evangelico.

Yo estaba haciendo gimnasia, soy paciente porque creo que voy a estar mejor.

La lectura. Primero de la biblia y otros libros,

El estudio es otro recurso que me gusta, estudiar. Estoy haciendo la secundaria. Hice dos cursos de portugués.

Recurso humano: me acerco a las personas que tengan optimismo.

Pienso mucho en mi familia, y es algo bravo, mi gente afuera no sabe como soy y como pienso ahora, y ellos van a tener que esperar a interactuar para saber ellos como resuelvo ahora las cosas. Si antes resolvía violentamente o con ira, ahora aprendí a resolverlo de la mejor manera, siendo criterioso. No tanto pensando en mí sino en el otro. Quedaron pocos, el círculo se achicó: mi mamá, mis hermanos, mi esposa y mis hijas. En el proceso, yo me fui preparando antes de venir, me fui anticipando por eso no me afectó tanto. Son como una motivación.

- **¿Frente a qué situaciones te sentis mas fuerte?**

(No responde).

- **¿Qué cosas lo ayudaron en la vida a superar las dificultades?**

Cuando acudí a Dios, él me ayudó.

La visita, que me llamaran por teléfono. Que me trajeran cosas, elementos de higiene, pertenencias. Eso me ayudó.

Me traen cosas y me olvido de agradecer pero cuando lo tengo en mi mano me siento muy agradecido y pienso en la gente que me lo mandó. Son pocas cosas porque no quiero pedir tanto, me quiero arreglar con lo poco que tengo. Cuando se me van terminando bajo el ánimo, y cuando llegan me levanta el ánimo, o en la visita.

Yo era una persona depresiva. Sufrí un estrés agudo, frente al televisor todo el año, fue tremendo. No quiero volver nunca más a eso. Y esto me está ayudando a pensar en eso, me pueden pasar cosas muy negativas, pero sé que lo voy a lograr.

Conocí gente muy positiva, me fijé como superaban, qué técnicas usaban y superé copiando lo bueno de la gente, de mi casa, de mi madre. Ella fue una persona que sufrió mucho y ha superado muchos obstáculos. El sentido del humor es algo que me llamó mucho la atención en personas que han pasado ya muchos años acá, tienen una entereza digna de imitar.

Estoy luchando con el desánimo. Me sumerjo en la vida espiritual, hasta ahora es lo más fuerte que tengo para sobreponerme.

Hay personas que son, genéticamente parece, infranqueables, indestructibles, tienen el ánimo arriba siempre. Están dispuestos para enfrentar cualquier situación negativa

En el otro pabellón me aferre a un amigo que ahora está con domiciliaria, muy inteligente, muy positivo, que a pesar de que perdió mucho, la esposa, la hija, la vista de un ojo, estuvo muy enfermo con covid. Cuando él se repone, me fije mucho, quería introducir eso en mí. Él vivía el presente, su actitud era como que estaba en un spa, tenía un colchón finito, no tenía almohada, usaba su propia ropa, al colchón de él lo envolvieron en un plástico porque se orinaba, él no tenía muchas pertenencias, tenía poca ropa, vieja, lo esencial nomás. Se fue con un bolsito, que era todo lo que tenía. Tenía muchos dichos. Aprendió mucho de su abuela o de su madre. “Yo no tengo que aparentar nada, porque sé quien soy y que tengo”. Y yo también aprendí eso, no aparentar. Afuera era apariencias, quería aparentar lo que no tenía y lo que no era. Y eso estoy aprendiendo acá. Y muchas personas no me conocen porque soy de hablar poco. Soy más de decir con las acciones. Eso me ayudó a fijarme en lo positivo que puede ser una persona a pesar del mal presente. No sé si pensaba en el futuro, porque el futuro no existe y el pasado ya pasó. No puedo sostenerme por el pasado. Uno puede haber sido alguien grande en el pasado, pero eso no me ayuda en el presente a lograr cosas. Y el futuro sí, hay que pensar en el futuro, hay que proyectar. Tengo miles de proyectos. Pero se basan en mi familia, en lo que yo también armé, con mi esposa. Muchas cosas se me frustraron, quise tener un varón y no se dio, quise que mis hijas sean músicas pero no se dio, por ahí pienso en qué fallé. Puede que el día de mañana sean músicas por su propia voluntad, o mis nietos. Yo me proyecto como la persona buena que no fui.

Quiero hacer cosas para gustar al otro. A mi me pasó en la niñez de querer satisfacer a mi papá. El puso todas las fichas en mi hermana, en mi no puso nada. El me dijo que no iba a servir para nada. Yo me sentí olvidado por él, sentí que no era nada para él, nunca me abrazó, nunca me dijo que me amaba. Yo quise cambiar la historia, no repetir eso con mis hijas.

Siempre les dije que podían lograr lo que se propusieran. Y yo siempre ayudé.

Las relaciones que estaban mal, en mi tránsito por la cárcel las pude acomodar. No quisiera perder esa familia que construí. Ojalá que no.

Yo siempre fui expresivo, porque me afectó tanto que mi papá no fuera afectivo conmigo. Necesité ayuda y no la busqué, a los psicólogos los veía como algo que no era tan bueno, hoy los veo diferente. Veo bien sus herramientas. Hoy no veo la hora de ir para hablar.

Hay cosas que no puedo hablar en el pabellón, cada uno tiene su mundo de problemas. Hay personas muy puntuales con las que sí.

- **¿Qué cosas le trajeron problemas o dificultades?**

Me ha traído dificultad cuando me fijo en las personas que no cambian, que esta cárcel no les hace click. Quizá yo estoy cambiando, me supero, y ellos no. Y me afecta por ejemplo, cuando faltan a su palabra. El hecho también de solidarizarse con el otro, cuando alguien pudiendo hacerlo no lo hace. Me afecta cuando alguien señala los defectos de otro y no se fija en los de él.

Si puedo alejarme, me alejo, y si me toca muy de cerca.. En estos días he tenido inconvenientes, algunas discusiones. Me exaspera que el otro no me entienda. Que se cierren en lo de ellos. Hay que dejar que se enfríe, que pase el tiempo. He ayudado a otros a enfrentar una situación, y no he encontrado que me ayuden a mi, y no es fácil.

Espero la sesión de psicología para llevar lo que me ha pasado. Para identificar, desmenuzar y lograr una solución. Pero estoy juntando cosas para llevar a las sesiones. Y preguntar cómo superar eso.

- **¿En qué situaciones te sentis más vulnerable?**

A enfrentar alguna situación familiar, por ejemplo el abandono. Porque si bien el interno o el que cometió el delito pienso que yo por ejemplo me merezco una pena, para recapacitar, para reflexionar, pero solamente para eso, no para siempre. Me gustaría que cuando esté en libertad mi familia esté conmigo. No se como voy a afrontar el afuera, el mañana. Me estoy preparando para que puedan verme y decir “estar al lado de él vale la pena”.

Tengo esperanza, estoy trabajando sobre ese miedo, esa vulnerabilidad.

- **¿Qué me podés contar de vos en cuanto a tus características personales?**

Te quiero dejar una reflexión: pensar en el maní. Cuando se cultiva sale sucio, para usarlo hay que limpiarlo. Tiene que ser procesado. Pero así no sirve para ponerlo en una torta, hay que procesarlo y picarlo, cortarlo, para usarlo fileteado en la decoración. Pero si uno quiere hacer pasta de maní, la que se usa para untar, no sirve así, necesita procesarlo. y si uno quiere hacer una golosina, como el mantecol, todavía tiene que procesarlo aún más.

Yo me considero ese maní en proceso.

Yo soy una persona en proceso.

Yo tengo un futuro muy hermoso, muy prometedor.

Yo puedo lograr lo que pensaba que nunca iba a lograr.

ENTREVISTA N° 14 NOMBRE: Hector EDAD: 49 años
CONDENA: ocho años TIEMPO DETENIDO: cuatro años
PRIMERA CONDENA

- **Desde tu vivencia personal, ¿cómo caracterizarías la cárcel?**

La cárcel para mi fue algo muy duro, nunca pensé que me iba a pasar. Acá aprendí un montón de cosas, afuera tal vez las hubiese pasado por alto, como el valor de las pequeñas cosas. El momento con la familia,

la esposa, hijos, hermanos. Y al estar en contexto de encierro, desde afuera uno lo ve desde otra perspectiva, porque no conoce. Es algo que no debería pasar nadie, pero mientras exista la justicia siempre va a haber personas que van a pasar por esto.

Al principio me costó, venía con una perspectiva de que era todo malo, lo que uno ve por la tele de todo lo que pasa, como yo era de una fuerza y fui instruido de otra forma, eso me ayudó. Me fui adaptando al sistema, conociendo a los compañeros, saliendo a trabajar.

De los cuatro años que llevo nunca tuve problemas con nadie.

A la convivencia me costó adaptarme, estaba acostumbrado a vivir con mi familia. No estaba acostumbrado a vivir con tantas personas. Hay gente con la que sí se puede hablar bien y hay otros con los que no se puede entablar una conversación buena. Siempre me volqué en tratar de pensar en cosas que no tengo que pensar. Hay compañeros que me decían que tenía que salir a trabajar, hacer cursos, eso me ayudó también a superar algunos miedos de estar encerrado, que te pasen cosas, de perder la familia. Después del año cambió totalmente, me empecé a desenvolver mejor, salir, ir al recreo y ya después lo vi de otra manera. Porque me enseñó muchas cosas, valorar lo pequeño, hacer otro trabajo que yo no sabía, como el trabajo de tornería, hacer escobas, los cursos que hice de peluquería, ajedrez.

Y después el trato con la gente, con los compañeros y el servicio. A veces uno se encierra, no quiere hablar con nadie pero no sirve de nada, uno necesita tener a otro para desenvolverse. Se pueden formar vínculos, de confianza pura no, pero sí pasajera. Hay personas que si por ahí uno puede, todos no somos iguales, todos pensamos distinto, pero con las que pensás parecido se pueden sacar cosas buenas y aprender juntos. Que nos sirva para el día de mañana, para ser mejores cada día.

- **¿De qué manera te ha afectado tu permanencia en prisión?**

Estar alejado de mi familia, nunca pensé estar alejado de mi esposa y de mis hijos. Eso sí me afectó mucho. En el momento que más me necesitan no estoy, uno de acá adentro no puede hacer nada. Si uno tuviera la posibilidad de tener un trabajo mejor, ganar un poco más y ayudar a la familia, sería otra cosa. Pero lamentablemente no se puede.

Cuando entre dije bueno, eso ya está, tengo que cuidarme y estar bien en lo mental y en lo físico, para poder salir y seguir laburando y ayudando, fundamentalmente a mis hijos.

Hago gimnasia, leo, aprendo canciones por esto de la cantoterapia que me ayudó muchísimo. Nunca me imaginé cantar, pero el compañerismo que se formó ahí me ayudó muchísimo.

- **¿Con qué recursos contás para afrontar el día a día?**

Siempre pienso y me levanto pensando en mi familia, que tengo que estar bien mental y físicamente para hacer un montón de cosas. Por lo que me espera afuera, eso es lo que me motiva para seguir adelante.

- **¿Frente a qué situaciones te sentís más fuerte?**

No responde.

- **¿Qué cosas lo ayudaron en la vida a superar las dificultades?**

Todo el dolor que viví durante el proceso, esto de no ver a la familia. Me ha hecho más fuerte.

- **¿Qué cosas le trajeron problemas o dificultades?**

La relación con mi señora, yo la entiendo por supuesto, no tienen la culpa, no tendrían que sufrir esto por mi culpa, me afectó hacerles este daño a ella y a toda la familia.

- **¿En qué situaciones te sentís más vulnerable?**

No. Siempre me siento bien, seguro. No tengo problema de salir y andar, porque no tengo problemas con nadie. Siempre salgo con cuidado, por supuesto. Se con quien voy a tratar y con quien no.

Mi familia la última vez que vino fue hace seis meses, porque por problemas económicos no pueden venir. No tengo comunicación con mi esposa por un problema que hubo, y por eso no puedo hablar con mis hijos menores porque están con ella. Mi hijo mayor me llama.

Yo estoy bien acá, tengo comida, un techo. Venir o traerme cosas se les complica mucho. Porque es mucho gasto. A mi hijo que trabaja le pido que le de plata a su mamá o hermanos que necesitan más que yo.

- **¿Qué me puedes contar de vos en cuanto a tus características personales?**

Soy una persona que me tengo mucha confianza, por eso siempre salgo adelante. Soy carismático, me doy siempre con todos. No dejo de lado a nadie. Trato de respetar a todas las personas, por eso no tengo

problemas. Se entabla una confianza y relación linda y por eso ando tranquilo. Mucha gente tiene miedo de salir porque tiene problemas.

Uno tiene que aprender a dejar pasar cosas por alto.

Tengo muchos proyectos. Me encantaría poner una peluquería cuando salga. O por ejemplo tener un torno, y hacer cosas en madera, aprendí a hacer tablas, palos de amasar, cucharas, escobas. A mi me sirve porque en mi pueblo no hay quien haga esas cosas.

Era profesor de taekwondo, eso me dolió también porque dejé a mis alumnos. Trabajé con chicos con capacidades diferentes.

Yo soy una persona muy capaz de poder hacer y ser mejor persona.

Yo tengo la certeza de que cuando salga todo va a cambiar y va a ser mejor.

Yo puedo hacer muchas cosas para ayudar a muchas personas, y está la capacidad.

Hay una frase de taekwondo: “Estamos capacitados para formar personas capaces de alcanzar el éxito y la felicidad”. Yo realmente me formé y me capacité para ser mejor y puedo ayudar a muchas personas con lo que uno sabe. Siempre fui solidario, siempre me gustó ayudar con lo que tengo al alcance y con lo que puedo.

Por ahí yo prestaba y bueno, después con creces.

Soy católico, creo en Dios, la virgen y los santos. He pedido muchas cosas, y hasta el día de hoy van cumpliéndose. Dios está primero sobre todas las cosas. Uno tiene que pedir con fe.

- **esta creencia en Dios era algo que ya sentías y practicabas afuera o fue algo que surgió al quedar privado de la libertad?**

Mi familia siempre me inculcó la fe. Acá me acerque mucho más. Hay gente que vive quejándose, no hay que quejarse, hay que pedir con fe y con el tiempo las cosas van a ir cambiando. Cuando uno tiene fe y pide las cosas se dan. A mi se me dieron un montón de cosas, tal vez se cierra una puerta y se abren varias.

La gente de afuera nos toma como que somos todos iguales. Todos pasamos por una causa distinta, pero te encierran en la misma bolsa. Yo no me preocupo por eso porque sé quien soy y como soy. Por supuesto tengo que mejorar en muchas cosas.

Siempre fui bueno, siempre me di con la gente, solidario, eso no lo perdí. Sigo igual. Y uno siendo así te lleva a ser mejor persona.

Quiero salir a hablar con mi esposa y ver que pasa. Ella me dijo que no quería hablar más conmigo porque le hacía mal. Uno puede salir y encontrarse con algo que no le gusta, y tiene que seguir igual. El que te recompensa es el de arriba, no las personas. Cuando salga tengo mucho para hacer. Obstáculos va a haber siempre.

Esto es una experiencia de vida muy grande. Hay mucha gente que no acepta. Cuando uno reconoce los errores es lo mejor.

Me afectó mucho lo del covid porque me preocupaba mucho por mi familia. Pero por suerte estuvieron y están bien, con salud que es lo más importante.

No estoy ansioso, estoy esperando. Cuando llegue el momento.

ENTREVISTA N° 15 NOMBRE: Daniel EDAD: 46 años

CONDENA: quince años y seis meses TIEMPO DETENIDO: seis años y seis meses.

TERCERA CONDENA

- **Desde tu vivencia personal, ¿cómo caracterizarías la cárcel?**

Para mi es algo que si lo sabes aprovechar dentro de nuestro contexto delictivo es algo muy productivo. A mi me sirvió muchísimo. En todo este tiempo me pude instruir, terminé la primaria, la secundaria. Si uno sabe aprovechar los tiempos, sirve, te enseña, te educa y te hace cambiar también.

Esto fue un aprendizaje, no digo que es bueno, porque no es bueno estar preso. Ahora tengo una mentalidad más abierta, el encierro me transformó la vida, a mi y a mi familia también. Tengo otra visión de las cosas.

Hay personas que llegan y no aprovechan el tiempo. En ese caso es como un depósito de personas. Es progresivo, porque uno progresa.

La primera vez que estuve era muy joven. En ese momento, joven, uno lo toma como que es una experiencia más. Con el tiempo te das cuenta que no es así, la cárcel no educa si uno no quiere aprender, sino que te transforma en un delincuente profesional. En ese momento fue como una escuela para lo delictivo más que para la reinserción social. En ese momento lo tomé así.

- **¿De qué manera te ha afectado tu permanencia en prisión?**

Me afectó bastante en la parte psicológica, la distancia con mis hijos, no poder ayudarlos cuando tienen problemas. Esa parte me afectó pero supe superarla y manejarla. Cuando uno pierde el control se va para cualquier lado. La primera vez agarre para cualquier lado, en la segunda pasó más o menos lo mismo, esta es diferente, no se si será porque uno esta mas grande. También me di cuenta del daño que le había hecho a la sociedad. Estando solo cuatro años y mirando series, me di cuenta del mal que había hecho, más que nada por la venta de drogas, el daño a los jóvenes .

Al principio solo me importaba el dinero.

A mis hijos les debo un par de años de ausencia. Tengo nueve hijos en total.

Cuando tomas conciencia de la cantidad de gente a la que le llegaba esa droga.

Gracias a Dios no estoy mal, tengo recursos.

Tengo proyectos, tengo muchas ganas de salir, de demostrarle a mi familia que se puede. Estamos re motivados. Mi esposa me apoya en todo. Cuando empiece a salir vamos a empezar a reconstruir nuestro negocio, lo que queremos. Esto nos va a ayudar a todos.

Tengo muy buena relación con todos.

- **¿Con qué recursos contas para afrontar el día a día?**

Tenemos alquileres, y ahorros en el banco que generan interés.

Los recursos humanos son la familia, ellos siempre están, vienen de visita.

- **¿Frente a qué situaciones te sentis mas fuerte?**

Ver crecer a mis hijos y ver como ellos necesitan que su papá esté al lado, más que nada en lo emocional, para ayudarlos en el estudio, no tanto en lo económico. Eso me motiva y da fuerza.

- **¿Qué cosas lo ayudaron en la vida a superar las dificultades?**

Siempre la familia, porque aca adentro uno pierde todas las amistades. Los que dicen ser amigos están un tiempo, después te das cuenta que no, que estaban por interés. A mi mama le digo que no venga, que estoy bien, me cuido, estoy trabajando. Es feo que las madres vean a sus hijos acá.

Para mi el trabajo no es una dificultad, siempre trabaje.

- **¿Se pueden construir relaciones de amistad con otros internos?**

Confiar en un interno se puede, pero existe mucha traición por parte de los compañeros. Son como la chusma del barrio. No podes confiar las cosas intimas, y eso se necesita.

Yo soy muy solidario, siempre estoy dispuesto a colaborar. Pero el tema de la confianza no se termina de generar porque los compañeros van y vienen. Por ahí son temporales.

No he tenido nunca un problema. Creo que mi forma de ser me ayudó, porque soy de colaborar en todo, si hay que pintar pinto, si hay que lavar lavo. Eso me ayudó bastante. Si uno respeta, lo respetan. Eso en cualquier lugar.

La visión me ha afectado muchísimo. Casi no puedo leer. Las luces están todo el tiempo prendidas, y mucho tiempo frente al televisor. En lo físico siempre hice deporte, siempre estoy haciendo algo. No he tenido más que una operación de vesícula.

- **¿Qué cosas le trajeron problemas o dificultades?**

He sido bastante inestable con mi pareja, tengo nueve hijos con cinco mujeres distintas.

- **¿En qué situaciones te sentis más vulnerable?**

(No responde)

- **¿Qué me podés contar de vos en cuanto a tus características personales?**

Una de las características que mas me define es ser solidario, siempre dar todo sin ningún interés. Amo mis hijos, doy la vida por ellos. Siempre trato de tomarme las cosas con humor, si hay un conflicto trato de calmar las aguas siempre. Yo era el más chico en la familia, pero siempre fui el que trato de organizar, estando siempre activo.

Yo soy una persona normal ,como cualquiera, que está tratando de salir adelante y superar los errores que ha cometido y tratar de ser mejor. Soy buen padre, me preocupo por cada cosa de los chicos. Estoy muy presente por más que esté en contexto de encierro. Buen compañero.

Yo tengo una esperanza terrible de que voy a poder hacer las cosas bien y a través de eso mi familia va a estar bien, porque yo soy el sostén y si estoy mal, ellos van a estar mal. Soy la esperanza para poder salir adelante. No me considero bueno, porque no soy quien para juzgarme a mí mismo, pero sacando lo delictivo he hecho las cosas bastante bien. Soy comprensivo, adaptable a casi todas las situaciones. Buen esposo.

Yo puedo superarme. Sé que puedo sacar a mi familia adelante. Sé que puedo estar mejor de lo que estaba, no en lo económico, sino en lo emocional, psicológico. He aprendido mucho. Puedo cambiar, más que nada por mi familia. Yo puedo. Trabaje, estudie, quiero seguir superándome, creo que puedo sacar adelante a mi familia. Puedo ayudar a muchas personas a través de la experiencia que he tenido.

Soy una persona muy creyente, estuve bastante comprometido con la religión y con dar la palabra. Siempre lo primero es Dios, más allá de la familia. Sin Dios no existiría la familia, no existiría nada. Todo lo que pasa es por el propósito de él. En algún momento voy a hacer algo por las personas que le hice daño. Cuando estuve en la Iglesia, hice un centro de rehabilitación en Anacleto Medina con dinero que ya no quiero por cómo lo obtuve.

Cuando uno está afuera es todo lindo: fiesta, casas, coche. Pero acá eso no te sirve de nada y lo peor es haberme perdido cosas que no tienen precio.

ENTREVISTA N° 16 NOMBRE: Elvio EDAD: 25 años

CONDENA: diez años TIEMPO DETENIDO: seis años

PRIMERA CONDENA

- **Desde tu vivencia personal, ¿cómo caracterizarías la cárcel?**

Un lugar frío, donde los sentimientos no los encontrás, se te hace difícil valorar. A mi me costó mucho, me dolió mucho estar preso porque no me sentía persona. Los primeros años viste, como que estás continuamente pendiente de otro, de una institución y no me sentía persona. No sentía que tenía vida por ahí. Estás muy marginado a muchas normas. A mi me gusta trabajar y ganarme la plata, y aca no podes.

Yo le saque frutos, le saqué ganancia. Todos estos años no fueron en vano. Recuperé valores que había perdido en la calle por la droga, y acá recuperé eso. Valorar, recupere los valores al pasar el sufrimiento de ver a mi mama venir acá, que ahora no la tengo, y eso también, la perdí . Me fui armando de nuevo como persona.

Lo tomé como un centro de rehabilitación, para dejar de lado muchas cosas, empezar de cero, valorar a mi familia, trabajar, estudiar y no seguir perdiendo el tiempo. Por suerte me tocó de chico también, y no terminar de otra manera, no seguir perdiendo el tiempo y seguir haciéndole mal a la gente. A mi me sirvió mucho y me va a seguir sirviendo para toda la vida, porque lo voy a tener presente. Es feo, porque vivís cosas feas, ves cosas feas, por más que no estés en ese ámbito lo vivís igual. o la misma gente que se droga, que vende las cosas, que no valoran a la familia, ves cosas que yo no las quiero para mi de vuelta. Ahí me hago más fuerte y lo tomo para bien. alimento mi experiencia de vida.

la cabeza trabaja mucho.

- **¿De qué manera te ha afectado tu permanencia en prisión?**

a lo primero me dolió mucho, me costó estar acá, no quería. después fui cayendo y encontrando esos sentimientos que había perdido, más que nada sobre la familia.

encontré unos muchachos conocidos de la zona, que me aconsejaron para bien “trata de hacer la tuya e incluirte a los cursos” y ahí me empecé a abrir también, a esos ámbitos sanos por así decirlo. nunca estuve en conflictos.

me adapté, siempre tengo en cuenta no acostumbrarme. hacer artesanías me ayudó mucho, la escuela, cursos, siempre trabaje, en la huerta primero, el gallinero, fajina, y ahora en la carpintería. que ese si me ayudo a estar más aliviado. la rutina diaria.

Ahora que estoy saliendo estoy armando las máquinas en mi casa, y quiero tener un taller en el fondo. Todos los fines de año me pongo objetivos para el año siguiente, tener cosas claras para cumplir. a veces no se dan algunas cosas. por ahí soy medio quedado. es algo importante trabajar afuera, porque ahí te reinsertas.

- **¿Con qué recursos contas para afrontar el día a día?**

Mi familia está presente siempre.

y también en mi futuro, en ser persona. apenas me levanto ese es mi aliento. quiero ayudarlos como ellos me ayudaron. gracias a Dios ahora que estoy saliendo puedo tener mi mercadería, no me gustaba sabiendo como esta difícil todo que me traigan cosas.

mi aliento es eso, mi familia y mi futuro. Quiero trabajar todos los días, cobrar, tener mi plata, salir a pescar, ver a mis sobrinos.

- **¿Frente a qué situaciones te sentis más fuerte?**

fuerte en la convivencia y tranquilo. es algo importante para mi. a lo primero me costó, porque nunca me gusto estar acá, que está perfecto, porque si te gusta no valoras la libertad, la vida, no me quería adaptar. siempre trate de estar limpio, ordenado, limpiar donde estaba. hago lo posible por estar bien. afuera ves mucha marginalidad, mucha diferencia por ahí. en otros pabellones es más continuo esa sensación de que parece que estás en un buzón, un calabozo, y es feo.

por suerte la atención es buena, yo siempre fui respetuoso y recibo ese respeto.

- **¿En qué situaciones te sentis más vulnerable?**

estar preso y no poder actuar, trabajar, salir al parque. no tener mi plata.

Me dolió mucho cuando me cortaron la salida, me dolió mucho, a veces se tiene que prestar más atención en las personas. porque uno quiere superarse, hay personas que transgreden, pero me hice más fuerte. Todos los años anteriores siempre fui y voy a seguir tratando de hacer las cosas bien.

- **¿Qué me podés contar de vos en cuanto a tus características personales?**

soy una persona que piensa mucho, no soy de actuar caliente, soy de perdonar mucho.

Mi papá me decía que el día de mañana voy a tener justicia, porque fue una injusticia. uno no está preparado. yo pensaba que podía quedar detenido porque no estaba bien, no era una persona de bien, la droga me llevó a eso, por mas que mi familia estaba, yo decidía elegir la calle, la junta. y la droga cuando no tenes mas plata te lleva a robar. sabía que si seguía haciendo las cosas mal iba a terminar acá o de otra manera.

me la imaginaba mas dura, yo como nunca estuve en un ámbito malo, le esquivo, nunca anduve en nada, y me lleve bien. cuando estaba afuera pensaba que era peor. después la mejor manera de sobrellevar el tiempo con la rutina, uno le va dando importancia a lo que le tiene que dar.

Yo soy una persona de bien. Más allá de mi corta edad la vida me llevo, hoy día por mi familia y por mi, soy otra persona y por este lugar.

yo tengo objetivos, un plan de vida para dentro de poco. tengo confianza en mí, porque creo que estoy bien, fuerte mentalmente. Tengo muchas cosas. Tengo mucho, no estoy vacío, tengo herramientas para ser alguien. la verdad que acá dentro me costó mucho encontrarme, es muy frío, perdes algunos sentimientos, recuperas mucho pero perdes, mucha soledad hay aca.

- **¿Cómo son los vínculos con otros internos?**

los vínculos: hoy en día donde estoy puede haber más vínculos de personas, porque es más tranquilo, hay gente más conciente. pero no me quiero llevar nada de acá, puede haber personas que esten bien y si los veo afuera los puedo saludar, pero nada más.

recupere los vínculos con el afuera, por suerte, mis hermanos, mi papa, mi mama hasta que se fue, venia siempre todas las visitas, eso me dolio mucho, no llegar a tener una salida para compartir con ella.

Yo puedo ser alguien, aunque ya lo soy, me estoy proyectando para el día que esté afuera, después de este proceso. Es difícil seguir el día a día.

PRIMERA CONDENA

- Desde tu vivencia personal, ¿cómo caracterizarías la cárcel?

un lugar muy perverso en el cual uno encuentra potenciadas las vivencias humanas, sea para bien o para mal. Es un lugar donde uno puede ir adaptándose a los distintos tiempos y en lo que uno no debe acostumbrarse, a no hacer propio este lugar. creo que más del 90 por ciento de la capacidad de uno tiene que estar puesta en saber que este no es el lugar que a uno le corresponde, sino que es un lugar de paso y poder ir trabajando las distintas situaciones que nos han traído acá y de ahí ir trabajando día a día todo aquello que está a nuestro alcance. creo que el acompañamiento primario es la familia de uno, los que están incondicionalmente, junto con cada una de las herramientas que podemos tener a nuestro alcance. Si uno no está mentalmente bien, no es un lugar fácil.

Para mí fue un shock el primer día estar privado de mi libertad. Esa adaptación va de la mano de las personas que te tocan, tanto desde el Servicio Penitenciario, como de aquellos que están en la misma situación que uno, los pares. Hay una línea muy delgada en cómo me adapto para bien, como cada día puedo afrontar mi condena. y también está en ser desinteresado y decir que pase lo que tenga que pasar. uno va construyendo para bien o para mal. para hacer mal la tiene más fácil que para hacer bien: todo lo malo que la prisión te puede provocar, desde el no sentirse uno parte del sistema sino resistirse e ir en contra constantemente de lo que lo rodea a uno, desde la convivencia con los pares hasta no respetar la autoridad e ir en contra de todo aquello que uno lo puede encauzar para arrimarse cada día a la libertad de uno, en los tiempos designados que uno tiene por ley, cada etapa, más en una condena larga.

En primer lugar el acompañamiento de la familia, desde ahí como cada uno va tomando las herramientas que te ofrece el Servicio, sabiendo que hay falencias que superan a uno en la cotidianeidad del día a día de estar privado de la libertad. El hecho de ser paciente y esperar e ir día a día. Soy paciente, me he hecho de paciencia. creo que un poco mi carácter de saber soportar hizo también que vaya aprendiendo a poder sobrellevar ese día a día. Más del 90 por ciento es mental, como uno se posiciona, y después está el hecho de cómo uno toma cada una de las herramientas. Hay personas que no quieren saber nada de la autoridad, no permiten que esas herramientas se hagan propias de cada uno, desde el acompañamiento psicológico, como abrir esa reja día a día. Si uno se permite quedar encerrado desde lo mental, facilita que uno no quiera intentar salir. Doy gracias porque desde un comienzo porque tanto personas del servicio, como personas que han pasado conmigo y ya se han ido, uno ha sabido recibir cada una de esas advertencias o buenos consejos, poder saber decidir qué es lo que uno tiene que hacer en el día a día para poder sobrellevar una pena de quince años en mi caso.

- ¿De qué manera te ha afectado tu permanencia en prisión?

En lo físico sí, bien, cuando yo ingrese tenía un peso de 135 kilos. En ese momento yo no fumaba y agarre de nuevo el cigarrillo estando en prisión, eso deterioró un poco mi salud a tal punto que un día sentí un fuerte dolor en el pecho, y eso hizo cambiar para mí, pensar que tenía que hacer algo por mi salud. Deje el cigarrillo de un momento para el otro y me dediqué a tener una vida más sana dentro de las posibilidades. Yo trabajaba en la cocina, eso me permitió tener un poco de libertad para ver que podía comer, y educar el cuerpo para poder tener una rutina de ejercicio, y sentir que en el esfuerzo físico en el día a día cómo se iba a sanar el cuerpo, porque por ahí el interno carece de atención médica, o posibilidades de alcanzar un suplemento. uno aprende a adaptarse a distintas situaciones.

También note, yo era una persona que sufría de asma en mi juventud, acá nunca tuve un episodio. creo que fue mental.. las condiciones edilicias uno pensaría que ayudaría a tener más episodios pero no. Un invierno nos tocó estar más de 20 días sin agua caliente, y uno se fue adaptando a esas circunstancias y sobrellevandolas, mentalmente.

He pasado por todas las etapas, nunca tuve ningún problema. siempre que tuve dificultades con mis pares las he sabido manejar. el hecho de ver las cosas malas te hace madurar. también uno más joven es más impulsivo.

uno puede hacer algo en cualquier situación adversa, a veces solamente es salir de una situación para que eso no genere una situación mayor. que por ahí pasa, que de una pelea surge una muerte, o un traslado. uno va aprendiendo a medir, como uno reacciona, como uno toma cada circunstancia que viene.

yo doy gracias a que mis padres siempre han estado al lado mío, que para ellos fue un proceso como fue para mí, gracias a Dios tienen salud, los dos tienen más de setenta años. Más allá del tiempo transcurrido, hoy hay una luz y estoy más cerca que hace diez años cuando recién llegaba a todo esto. Uno pierde amistades, pero también uno pierde en la familia, porque yo perdí a mi abuela, a mi tía. Después el hecho de ver situaciones de enfermedad, ver que una persona sale del pabellón y no vuelve. Eso lo afecta y lo

hace pensar “yo no quiero pasar por esa situación”, y hace que uno adopte ciertas medidas para decir que es lo que tengo que hacer para que esto sea lo menos dañino posible. y una de esas herramientas ha sido el estudio acá, para ocupar la mente en algo que no solo es beneficioso a futuro, sino que me distrae de la monotonía de quedarse y no hacer nada, de esperar que el tiempo pase. en lo personal que cada situación me afectó para bien, aunque hayan sido adversas, uno siempre busca el hecho de poder tomar eso para bien, no quedarse con lo malo. aceptar que hay cosas que son irremediables y tiene que pasar como la muerte, y otras que uno las tiene que trabajar internamente. desde el principio yo pude hacer terapia, uno hoy mira para atrás y dice bueno yo pude hacer esto porque hubo gente que me marcó, puedes ir por acá, o por allá. en lo psicológico, poder uno hablar sin tener miedo a que lo que uno exprese se vuelva en contra, sino que te orienten, puedes tomar esta medida, o tener estos pensamientos.

- **¿Cómo es la convivencia?**

hay muchas situaciones ligadas a intereses, con los años uno aprende a leer a las personas, yo me doy cuenta enseguida cuando una persona viene por algún beneficio de él y cuando no. y en ese sentido está el hecho de uno ponerse en esa línea de ser vulnerable a que uno lo conozcan, abrirse en cierta manera y confiar. se puede confiar, he tenido personas que nunca me han fallado y han venido personas que solo han sido de interés, en lo que más se da es en el hecho de poder sacarte algo. y está en uno saber tener un orden y saber decir sí, y saber decir no.

a mí no me ha preocupado, cuando he tenido que alejarme porque no me convenía, o no ha habido feeling no me ha resultado difícil.

en mi caso desde el día uno, en el shock de verse desprovisto de todo, de encontrarse solo, uno piensa en que es un camino largo pero va a terminar. y va mucho en cómo uno se va superando día a día. siempre hay una posibilidad para salir adelante. Nunca he tenido que hacerme de amigos, siempre he tenido la posibilidad de que la persona venga, se ponga a charlar, tomar mate y de ahí ir viendo a la persona.

- **¿Con qué recursos cuentas para afrontar el día a día?**

el recurso mío, mi familia está, mi padre, mi hermano, mi hija, están ahí esperándome. han pasado al lado de uno todo este tiempo y uno sabe que están ahí y que han estado incondicionalmente. ese recurso ligado a la fe de cada uno, en mi caso yo soy creyente en Dios, que me ha ayudado mucho también. aferrarse a lo tangible en lo inmediato y también ir construyendo cada pensamiento en lo bueno,. estamos acá en este presente y sabemos que viene algo mejor. doy gracias porque desde el día uno siempre he podido avanzar, nunca me estancué. lo que más cuesta por ahí es esperar. no hay que acostumbrarse porque cuando uno se acostumbra va perdiendo esas ganas de decir ya viene lo bueno, ya estamos ahí en el umbral, empezamos a dejar atrás esta parte que nos tocó vivir.

Desde chico he sido educado a través de nuestros padres.

así mismo y todo hay gente que no, se resiente tanto la persona que se aísla de toda creencia, que también es producto de lo malo, cuando la persona no sabe cómo tomar lo que le pasa e ir transformándolo en algo bueno. uno tiene que aprender a que todo no viene de arriba y uno tiene que esforzarse para obtener la libertad en este caso. esa libertad se va construyendo.

- **¿Frente a qué situaciones te sentís más fuerte?**

tal vez hoy me siento más fuerte porque lo veo, ante algún pedido que tal vez antes decía que sí sin pensar, por más que yo necesitara por decirte algo, poner un límite, no sentirme avasallado, de que te pasen por encima. doy gracias a que me he podido moldear para bien, y brindarle a la otra persona sin esperar. también poder decir lo que me ha servido, ofrecer el conocimiento de lo que ha transitado, no es que uno habla por hablar sino que puede tener sustancia. Yo me siento mucho más fuerte en mi carácter, saber tomar decisiones, saber decir que no, decir que sí. antes tal vez era muy manejable.

- **¿Qué cosas le trajeron problemas o dificultades?**

no he perdido cosas significativas, uno va con los pies sobre la tierra. uno se va dando cuenta que hay cosas que van a estar y otras no.

- **¿En qué situaciones te sentís más vulnerable?**

cundo veo lo malo en el sentido que uno no puede hacer nada, uno se siente desprovisto de poder ayudar a la otra persona, o la situación de uno mismo, de la familia que uno no puede hacer nada. sea una situación límite o solo una en la que se necesita la presencia de uno, sin ser extremo. pienso que uno acá tiene los dos caminos, o se pone frío y duro o te hace ver más lo humano, que no quiere decir que uno se deje llevar

por quien sea, sino de decir desde esta situación hay cosas buenas que salen, serán contadas con los dedos de una mano pero hay situaciones que salen para bien.

- **¿Qué me podés contar de vos en cuanto a tus características personales?**

soy una persona que me ha costado creer en mí mismo, en que uno pueda alcanzar los objetivos. En ese sentido esta situación me ha llevado a ver que uno con determinación, esfuerzo y trabajo, logra los objetivos. soy una persona que se compromete cuando tiene un camino a poder dar lo mejor de uno y estar siempre dispuesto a aprender para no errar en ese camino. no rendirme. aprender a ser constante, a tener una confianza también en la otra persona, con respeto, con esfuerzo uno va alcanzando esas cosas. hoy en día si tengo que fijarme una meta se que lo hago, sabiendo que lo puedo alcanzar. tal vez antes mirando hacia atrás tenia personas que ayudaban a que llegara.

- **¿Tenés proyectos?**

Uno de los proyectos es terminar el secundario, en lo laboral si, tenemos proyectos de construir en la costa del Uruguay en un terreno cabañas para alquilar. Soy electricista de profesión, así que espero seguir perfeccionandome y trabajando de eso. No soy una persona que se quede con una cosa. con la artesanía me he ganado la vida aca, aca aprendi a tener constancia también en eso y no me ha ido mal . tratar de terminar la carrera de música, que había iniciado y no pude terminar acá.

cuando aprendes algo nuevo siempre está el desafío de poder mejorarlo. así sea de una manualidad, de hacer un arbolito, a un proyecto más ambicioso de decir soy electricista, el año pasado estaba estudiando autocad para hacer los planos de vivienda o complejos más grandes, la estructura de una instalación, y así poder tener un ingreso mejor. uno ha aprendido a poder empaparse de información para poder mejorar.

yo como preso soy parte de la sociedad también. pienso que cada uno desde su lugar puede aportar ese granito de arena.

Proverbios: tiempo y ocasión nos acontecen a todos por igual.

Yo soy una persona que ha aprendido a ser muy paciente.

Yo tengo la capacidad de poder afrontar cada situación con otra mirada hoy a mis 43 años.

Yo puedo ponerme metas en mi vida que no son descabelladas, sino que son acordes a lo que soy y puedo.

ENTREVISTA N° 18 NOMBRE: Gustavo **EDAD:** 49 años

CONDENA: diez años **TIEMPO DETENIDO:** cuatro años y siete meses

PRIMERA CONDENA

- **Desde tu vivencia personal, ¿cómo caracterizarías la cárcel?**

Un lugar donde uno tiene que adaptarse. Depende como vos quieras vivir. No es muy fácil. Es un lugar complicado, pero depende de uno cómo quiere adaptarse al lugar. Es una ciudad en miniatura. Yo que soy de un pueblito chico, diría que es una ciudad grande pero miniatura. Gente complicada, sabemos que acá hay de todo, hay drogas, hay pastillas, hay facas, hay problemas continuamente. Mucha gente enferma lamentablemente, que no quiere cambiar y complica el proceso de algunos que quieren cambiar o realmente se arrepienten de sus causas.

Venía preparado por Jesús (el psicólogo). Me costó al principio porque caí en los calabozos. Yo pensé que la cárcel era eso. Cuando pase a pabellón vi que era distinto y me fui adaptando al ambiente. Siempre con respeto, sabiendo que hay que respetar a todos por igual. Con eso llegue a todo sin tener ningún tipo de problemas. Por ahí algunas discusiones porque soy medio defensor de los débiles o cosas que no me gustan y me tengo que meter, eso lo aprendí acá, a meterme. Cuando es injusto, me tengo que meter. Es lo único que por ahí he tenido algunos roces con algunos.

Salir a trabajar me ayudó mucho a desenvolverme como persona, a evitar problemas en el pabellón.

- **¿De qué manera te ha afectado tu permanencia en prisión?**

Físicamente me ayudó porque vivo haciendo gimnasia, ejercicio todos los días. Fue una de mis metas salir mejor de lo que entre.

Afectiva me hizo mal por el tema de los chicos, mi esposa y mis hijos, me cayó mal, y sigo igual, que por mi culpa ellos no tienen su sueldo y las cosas que tienen que tener. Si bien están bien, le están faltando cosas que podrían tener.

Tengo contacto, cuando pueden me llaman y hablamos, antes podíamos recibir visitas y venían. Me están esperando mucho, por eso doy gracias a Dios. Mucha gente me acompañó. Yo fui muy creyente. La secretaria del juicio vino a visitarme, de mi causa sé que soy culpable, ella renunció porque vio cosas injustas y el sufrimiento, y no quiso ser cómplice de eso, y seguimos en contacto. Hacemos planificación familiar con mi esposa. Conocí mucha gente en el camino, los profes de carpintería y de huerta, que hoy por hoy es mi firmante y estoy esperando la audiencia.

No me imaginé que el penal me iba a abrir puertas para el futuro.

Cuando falleció mi psicólogo de afuera estuve muy mal.

En el penal he perdido un poco los tiempos. No me acordaba del cumpleaños de mi mamá. Eso me dolió un poco. Pero averigüé y pasó nomás.

Hay que hacer cosas para tener la mente despejada.

Me gusta planificar. Mi meta era ser abanderado. Me preocupo por estudiar y por hacer las cosas. Y lo logré gracias a Dios. Eso lo pude hacer acá, porque afuera arrancaba re bien y en tres meses dejaba, agarraba otra cosa y así, nunca tuve eso de hacer algo y terminar.

- **¿Con qué recursos contas para afrontar el día a día?**

Me levanto temprano, salgo a trabajar a la conejera. Hasta las 12:30, llego al pabellón, ya tenés la comida, me baño, a veces duermo un ratito, y a la tarde salgo de nuevo a trabajar. Tengo la llave así que eso me distrae mucho. En época de clases salgo mas temprano y ya me preparo para la escuela.

Si salgo con la laboral sería igual, venir de ahí, prepararme y salir a la escuela para terminar. Yo ya me siento afuera.

- **¿Cómo te hace sentir pensar en el tiempo que te queda de condena?**

Pienso que me voy a ir pronto, no pienso que voy a terminar la condena cumplida completa, creo en el sistema que me condenó y que me premia por las cosas buenas que voy haciendo. Creo que todo el que ha hecho las cosas bien se ha ido antes. Siempre me decía la psicóloga esto es un polvorín, con una chispa se puede terminar todo.

Cuando uno está por salir aparecen todos los problemas, la gente que no tiene firmantes, que no se quiere ir, que no quiere trabajar, te busca problemas para que a vos también te vaya mal. Me da lástima, más de uno te dice que no tenés que preocuparte por los demás, pero siempre me preocupé. Acá aprendí lo que es ser cristiano, me tocó bañar a don X, y lo pude hacer gracias a Dios. Hay gente que le molesta que ayudes a otro, hay gente egoísta y mala, gente que dice que no hizo nada, que no fue.

Una de mis metas o ideas sería poder ayudar en el tema de la causa, poder dar charlas en escuelas. Es algo que me queda pendiente. Me gustaría poder ayudar, hay mucha gente que necesita.

Lo que más entendí acá es que hay gente que no se hace cargo de las cosas. Desde lo más mínimo. Yo no lo entiendo. Acá hay que lavar, hay que hacer un montón de cosas.

- **¿Cómo son los vínculos con el resto de los internos?**

El 90 por ciento se acerca por interés, y tenes un 10 por ciento que podes hacer una amistad. Muy buenas amistades. Hay gente buena como en todos lados. Que haya cometido un hecho no quiere decir por ahí que no sea buena persona. Me han tocado penitenciarios buenos, y me han tocado penitenciarios malos. Le mandé cosas a otro compañero y no le llegaron.

- **me decías que sos muy creyente, ¿ya eras creyente antes de ingresar a la unidad penal? ¿Es algo que se fortaleció en este tiempo?**

Siempre creí en Dios, pero no leía, me ayudó mucho. Hoy leo siempre, me guío siempre por la palabra y la verdad que está todo ahí, a veces uno no lo quiere ver nomás. Lo que preguntes, lo que busques, está ahí. La forma de vida, como tenemos que comportarnos, la convivencia, como tiene que ser la relación con la esposa, hijos, padres. Acá aprendí a ser cristiano. Aca hay mucha gente que es religiosa, se enamora de una iglesia y hace lo que le dicen, y se olvidan de lo más importante, que es ayudar al otro. Lo dije una vez y no les importó.

- **¿Frente a qué situaciones te sentis mas fuerte?**

Me siento fuerte por el acompañamiento de mi familia. Si no lo tuviese no se, es lo que me da fuerza, que me estén esperando, eso me ha ayudado a seguir adelante con más facilidad, con más ganas de salir.

- **¿Que cosas lo ayudaron en la vida a superar las dificultades?**

(No responde)

- **¿Qué cosas le trajeron problemas o dificultades?**

Problemas me trajo lo de la causa. Tendría que haber sido otra causa, pero esto me ayudó también a valorar la gente que me acompaña que son muchos, a descubrir quién estaba conmigo cuando estaba afuera que compartía un asado, una pesca, quien iba de vacaciones conmigo, me ayudó a ver mi entorno y ver quienes están realmente y van a seguir estando, son de fierro. Estoy muy contento y agradecido. Una amiga me ayudó con todo lo que es estudio, carpetas, hojas, a pagar la luz de mi casa. Hoy mi nena está pasando una semana con ellos, mis amigos van siempre.

Me gusta hacer arbolitos acá. Y cuando fui de acercamiento lo lleve y ya lo tiene una familia amiga.

- **¿En qué situaciones te sentis más vulnerable?**

Me he sentido mal cuando se ha enfermado alguno de mis hijos, porque no podes salir de acá corriendo y llevarlo a algún hospital o clínica.

Es importante ponerse una meta y decir acá voy, si fracaso fracaso, pero voy.

Nunca me sentí mal acá, ni he tenido problemas con los otros ni en el pabellón, ni en el trabajo que hay de todos lados. Lo que sí, me hice más fuerte de carácter. Nunca me deje pasar por encima por nadie, tampoco soy prepotente, capaz que afuera si era de callarme la boca. Me fortaleció en ese sentido, creo que en el pabellón me respetan todos. También soy como uno de los referentes, siempre les digo, estudien, trabajen. Algunos te escuchan, otros no. Si me toca salir se van a dar cuenta que si haces las cosas bien, tiene su resultado.

- **¿Qué me podés contar de vos en cuanto a tus características personales?**

No me van a ver triste nunca. Me gusta proyectar cosas y que salgan bien, obvio.

Me gusta aconsejar, me gusta dar buenos consejos. De analizar a otro y hacerlo ver las cosas, siempre para bien. Me enoja cuando son tercios.

Soy compañero con los que son compañeros. Soy solidario. Creo que todos en el pabellón tienen algo mío. Si yo tengo me gusta que también los otros tengan.

Hoy en día me he puesto un poquito más egoísta, porque la gente no agradece, y no es que quiero que me agradezcan, sino que es esto de que se acerquen por interés. yo soy del monte pero no soy tonto. Pero aunque me enoje un rato se me pasa enseguida.

No me gusta lavar los platos.

Yo soy una persona diferente a lo que era. Se lo que quiero. He tenido muchas dificultades en la vida. Tengo padrastro, tengo mi padre biológico, por ahí no la he pasado bien, pero después de tantos años... Y aprendí en este lugar a salir adelante de muchas dificultades, y proyectarme y decir esto quiero y de ahí no salgo. Hoy sé que tengo una familia que me espera, que la valoro y doy la vida por ellos y sé que no voy a tener más problemas, porque sé que quiero trabajar para ellos.

Yo tengo la capacidad para salir y afrontar cualquier dificultad. Siempre con respeto. Eso siempre lo digo. Es una de las herramientas fundamentales.

Yo puedo porque sé que tengo la capacidad, tengo una mente diferente. Me han ayudado mucho Jesús Zamponi, Nora, Leonardo. Les agradezco por su trabajo que hacen. Si uno presta atención a los psicólogos el trabajo que hacen es muy bueno. A veces la mente va para un lado y el corazón va para otro, y ellos están para hacer ese puente.

A mí me queda grabado todo. Hay gente que habla y dice esto no nos va a pasar nunca a nosotros. Pero el mundo es un pañuelo. Yo conocí tres casos. Una persona le agarró un ACV hace muchos años, lo llevaron a una clínica, lo recibe el director de la clínica y no lo quisieron recibir por la causa, lo trajeron acá y los compañeros de pabellón lo ayudaron, salió adelante. Después de 8 años cayó el doctor de la clínica. Y se encontraron acá. Lloraron, se pidieron perdón.

Otro caso, la familia lo abandonó acá, no lo vino a visitar, ni llamó, ni un kilo de yerba le mandaron y ahora el hijo entró, y por la misma causa. Y el hombre lo pidió.

Yo aca tengo vecinos que no lo puedo creer.

ENTREVISTA N° 19 NOMBRE: Victor EDAD: 46 años
CONDENA: quince años TIEMPO DETENIDO: seis años

PRIMERA CONDENA

- **Desde tu vivencia personal, ¿cómo caracterizarías la cárcel?**

Un lugar feo, donde realmente se ven las necesidades, pasamos muchas necesidades, hay poca comprensión, y donde realmente aprendes a valorar muchas cosas que estando afuera no lo hacía. Es un lugar feo porque faltan muchas cosas para el interno, como contención, apoyo psicológico, veo cosas que no se hacen por las personas, si bien nosotros venimos a pagar una deuda, también a mejorar como personas y no están dadas las herramientas, si no es por uno mismo que toma una decisión de vida para mejorar. A veces considero que hay mucha discriminación, pocos valores también. Eso hace que sea un lugar poco agradable. Muchos tienen una condena grande, y no se toman el tiempo de conocer a la persona, de darle la oportunidad al interno de demostrar que está arrepentido y hay un cambio en su pensamiento y en el daño que ha causado, un arrepentimiento de eso.

- **¿De qué manera te ha afectado tu permanencia en prisión?**

Me ha afectado para bien, creo que si no hubiese pasado por esta situación nunca hubiera cambiado la forma de pensar que tenía y lo poco que valoraba pasar tiempo con mis hijos, con mi familia, no hubiese cambiado la mentalidad. No es la mejor forma de cambiarla, pero acá te das cuenta de muchos valores.

He perdido familiares, amigos, porque por ahí no se entiende como vive uno acá adentro. En realidad perdés las amistades que no son amistades, los que están hasta el día de hoy lo hacen de corazón.

Después no.

La adaptación fue difícil, muy difícil, me llevó mucho tiempo amoldarme, no solo al sistema y a la gente, sino a mí. Me aislé mucho tiempo en mí mismo, en no querer escuchar, era procesar todo lo que me estaba pasando hasta encontrar el camino que me llevó a entender el daño que causé, el error que había cometido, empecé a pensar muchas cosas estando solo.

Después empecé a escuchar a los otros, las vivencias de las situaciones de vida de estar acá adentro, la gente grande que tiene muchos años presa, que se han arrepentido y eso te lleva a ver como es el camino que quieres seguir. Y uno se da cuenta cuando te dicen cosas buenas y cuando no.

- **¿Con qué recursos contás para afrontar el día a día?**

Yo me propuse que iba a salir de acá. Mucha gente que estaba cerca mío, mi familia inclusive, me dio la espalda. Y yo me propuse que iba a mejorar, cambiar e iba a salir. La que me ayuda mucho es mi pareja, mi hija Florencia. Por ellos trato de hacer las cosas lo mejor posible, para reencontrarme con ellos y poder empezar una vida de nuevo. Salir de acá es como empezar totalmente de cero en todos los aspectos.

- **¿Frente a qué situaciones te sentís más fuerte?**

Con lo que transcurso todos los días puedo. Salir a trabajar, estudiar.

- **¿Qué cosas lo ayudaron en la vida a superar las dificultades?**

El esfuerzo, el apoyo de las distintas parejas que he tenido, la motivación o contención de la otra persona hace que uno no baje los brazos.

- **¿Qué cosas le trajeron problemas o dificultades?**

Mi carácter, mi forma de ser, no callarme la boca cuando me tengo que callar, a veces hablar más rápido de lo que pienso y después arrepentirme de lo que dije.

Desde que estoy hace dos años con la psicóloga, lo he ido cambiando y lo practico a diario. Aprender a escuchar a mi pareja, a mi hija, ver lo que ella quiere y siente también, tratar de no criticarla, apoyarla, ayudarla en lo que se pueda.

- **¿En qué situaciones te sentís más vulnerable?**

En las fechas, el cumpleaños de mi papá que ya falleció, pero sigue ahí esa espinita, en Navidad, en Año Nuevo, en el cumpleaños de mis hijos. Esas fechas me ponen mucho más sensible.

- **¿Qué me podés contar de vos en cuanto a tus características personales?**

He cambiado, he tratado de ser un poco más comprensivo, no me enoja tanto. Tengo mucha empatía con las otras personas. Trato de ponerme en el lugar del otro, para lo malo y para lo bueno, escuchar. Tratar de ayudar en lo que se pueda. No importa si das una mano y no hace falta que te devuelva, con un gracias es suficiente y tratar de que la gente que está mal esté un poco mejor.

Creo que a lo largo de los años que llevo las personas son malas, son envidiosas, siempre están viendo donde te pueden sacar ventaja, son muy mentirosas, muy. Y ponen a los hijos, a la familia, a lo mal que están pasando. Creo que uno solo pude considerar como amigo, que rancheamos juntos tres años. Y cuando se fue en libertad nunca se olvidó. Después creo que somos compañeros, no hay amistad, son pocas las personas en las que podés confiar.

Yo soy una persona que cometí un daño irreparable, lo cual estoy pagando y trato de mejorar día a día para no volver a cometer lo mismo. Soy consciente del daño que le he causado a la otra persona que es irreparable, porque creo que estando en este contexto sufro las consecuencias que esa persona sufrió, mi familia, mis hijas, mi mujer de ese momento y la víctima.

Yo tengo un vacío enorme, por todo lo que me ha pasado.

Yo puedo cambiar como persona. Es algo que me he propuesto, una meta, salir de acá de donde estoy, empezar de nuevo y demostrarle a la sociedad que no soy la causa que voy a cargar en mi espalda el resto de mi vida.

Como proyecto tengo que poder seguir haciendo las cosas bien, encuadrarme y si Dios quiere, que vean el cambio que he tenido para poder gozar de los beneficios. No estoy pensando en otra cosa.

Es todo un proceso, si bien tenga o no beneficios no termina ahí la condena., es una responsabilidad demostrar que uno ha cambiado de verdad. Te pone como triste porque son varios años que quedan por delante. Pero a su vez uno puede pensar en los beneficios y también me genera ansiedad porque es mucho lo que falta por recorrer. Ahí pienso en mi mujer, en mi hija. Por ahí me pongo triste, porque mi causa no ayuda para ver a mis hijos, porque son menores la mayoría. Y trato de ir poco a poco como hice hasta ahora, seguir trabajando, estudiando y que el día de mañana pueda reencontrarme con ellos antes de que termine la condena.

ENTREVISTA N° 20 NOMBRE: Marcelo **EDAD:** 57 años

CONDENA: prisión perpetua **TIEMPO DETENIDO:** catorce años

PRIMERA CONDENA

- **Desde tu vivencia personal, ¿cómo caracterizarías la cárcel?**

Es un entorno de encierro, obviamente que al principio es muy duro, no? Pero haciendo las cosas bien y tratando de superarse uno en todo puede ir accediendo a beneficios para que este encierro sea más llevadero. Yo empecé a trabajar, demostré mi capacidad, me abrió ciertas puertas para cambiar de pabellón. Después el estudio me abrió otros tipos de puertas, de ir a rendir afuera. Lo que me he planteado me ha abierto ciertas puertas. Gracias a Dios nunca tuve un problema acá dentro, ni con el Servicio ni con los internos.

- **¿De qué manera te ha afectado tu permanencia en prisión?**

El primer año de estar detenido perdí a mi padre, eso me golpeó fuerte. Y después que transcurre el tiempo se te va yendo la vida. Soy consciente de que estoy entrando en la última parte de mi vida. Entonces lo que más anhelo es pasar ese último tiempo con mis seres queridos. Sobre todo mi madre que es una mujer mayor, poder compartir la mesa con ella, con mis hijos. Eso golpea bastante, sobre todo en las fechas especiales, navidad, año nuevo.

Y ahora que empecé a salir a trabajar, los cambios en la ciudad. Al principio sentí que estaba en otra ciudad. En mi carácter, en mi forma de ser. Lo que pasó es algo que voy a tener que cargar el resto de mi vida. Uno se tiene que hacer cargo de lo que ha hecho, pero por más que se haga cargo, le pagues a la sociedad, es algo con lo que vos vas a cargar el resto de tu vida.

Los primeros años fueron duros, yo era la primera vez que vivía esto, era un mundo totalmente extraño. Creo que lo que mucho me ayudó, fue seguir haciendo lo que hacía afuera en lo profesional. Después me propusieron estudiar y me gusta. Yo ingresé con el secundario finalizado, había hecho tres años de ingeniería, pero había dejado por cuestiones económicas. Pero me gusta la vida universitaria.

- **¿Con qué recursos contas para afrontar el día a día?**

Es muy rutinaria la vida acá, pero es preferible eso a que haya algún tipo de alteración. Trabajo, ahora salir afuera, interactuar con la gente afuera me dio un aire. Ahora que retomamos el estudio después de la pandemia, también es un incentivo para ocupar el tiempo. Y hago gimnasia que me gusta también.

- **¿Frente a qué situaciones te sentis mas fuerte?**

Por los años que uno lleva, ya sabe que se pueden generar ciertas situaciones si uno no las sabe sobrellevar. Uno va adquiriendo experiencia.

- **¿Qué cosas lo ayudaron en la vida a superar las dificultades?**

Estar en una relación muy estable y con quien estoy.

Empezando por la familia, y en la parte más sentimental quien es mi pareja ahora.

En 14 años no he tenido problemas con ninguno, he cosechado amigos. Amistad es una palabra muy fuerte, pero hay buena convivencia, buen compañerismo.

La convivencia no me costó, me costó adaptarme a cómo se convive, pero tampoco fue motivo de conflictos. Me brindaron mucho apoyo al principio.

- **¿Qué cosas le trajeron problemas o dificultades?**

Problemas en sí, no. Sentí el cambio de pabellón, al principio. Pero no hay mal que por bien no venga. Sufrí un mes, pero después me pude instalar mejor y se me hizo más fácil sobrellevar la vida carcelaria.

- **¿En qué situaciones te sentis más vulnerable?**

Siempre estamos vulnerables. Nosotros nos guste o no nos guste, tenemos que adaptarnos a un régimen penitenciario. Podemos tener un poco de libertad en ciertas cosas pero seguimos estando bajo ese régimen.

- **¿Qué me podés contar de vos en cuanto a tus características personales?**

Me considero que no soy una persona conflictiva para nada, en cuanto puedo ayudar a alguien si está en mis posibilidades lo hago. En lo que respecta a lo profesional, a los estudios, soy muy exigente conmigo mismo.

Hay que pensar un futuro, planificar, es un motor importante, porque sino qué sentido tendría. Estamos hablando de una condena larga. Saber que puedo acceder a algo, a tener un trabajo, tener una relación ayuda mucho.

Deje de lado pensar en todos los años que tenía por delante, porque sabía que eso no me iba a hacer bien. Ahora si los proyectos toman más fuerza. El recorrido más largo ya lo he hecho.

Yo soy un hombre que cometí un error, la vida lo golpeó duro en dos ocasiones, con lo del hecho y con la muerte de mi padre.

Yo tengo esperanza de poder recuperar lo que he perdido, mi familia, mis afectos y si Dios me da vida, poder iniciar una familia nuevamente.

Yo puedo concretar lo que he planeado, tratar de recibirme en la parte del estudio y hacer las cosas bien para salir una vez de aca.

ENTREVISTA N° 21 NOMBRE: Mauricio EDAD: 56 años

CONDENA: nueve años TIEMPO DETENIDO: tres años

PRIMERA CONDENA. Había estado detenido en otras oportunidades, pero no condenado.

- **Desde tu vivencia personal, ¿cómo caracterizarías la cárcel?**

Lo que percibo de la cárcel es que se podrían hacer mucho mejor las cosas, no hay rehabilitación en realidad. Hay cosas que aparentan ser para rehabilitación pero no.

Me parece genial el servicio, no me parece malo. Es lo que esperaba.

Yo ya sabía lo que era porque tenía gente del Servicio amiga. Me prepare para venir a estar preso, tuve la oportunidad de prepararme por el tiempo y por esta gente amiga. Me preparé psicológicamente, con psicólogos. Yo la estoy pasando bien, obviamente que estás preso. Si uno se comporta, la gente del Servicio te trata diferente a los que los insultan, que gritan.

Me estoy haciendo cosas para mejorar mi confort. Lo que no tengo es el espacio físico, pero me voy adaptando, hago estantes. Me cocino lo que quiero.

Me cambian los tiempos, no puedo tener ya. Pero puedo tener lo que quiera.

- **¿De qué manera te ha afectado tu permanencia en prisión?**

En lo afectivo yo me prepare para venir, corté todas las relaciones afuera para no tener inconveniente. Y acá lo que me ha afectado es que no tengo gente con quien relacionarme, que tenga otro tipo de cultura. La mayoría de los detenidos aparte de ser delincuentes no tienen mucho más. Hay mucha gente que no ha

vivido, fuera de esto. Y supongo que cuando salgan van a seguir igual. Muy pocos casos puede haber que realmente veas. Dicen una cosa y después en el comportamiento se desdicen. Poco para rescatar realmente. A algunos si les ha pegado. Yo soy muy de observar, yo me he preparado para observar a la gente, por mi rubro comercial, y uno se da cuenta que cuando salgan van a hacer la misma macana.

- **¿Con qué recursos contas para afrontar el día a día?**

En lo personal mi preparación, durante años, para estar preso. En encontrar la forma de manejar mis emociones, mi paciencia, esperar, por ejemplo tenía problemas de estrés lo supere afuera, cuando estar preso sería uno de los principales focos de estrés. Aca yo lo único que tengo que hacer es esperar que llegue el día, no tengo motivos para estresarme, salvo algún problema de convivencia pero afuera también. El psicólogo acá también es muy buen apoyo, se ocupan. Desde el principio pedí que me trataran. He ido por mi propia voluntad a pedir consultas. Cuando veo algo que está mal en mi trato de corregirlo.

- **¿Cómo son las relaciones con los otros internos?**

Vienen todos por interés, lo que parece buen vínculo que lo he intentado, termina siendo por interés. Adentro y afuera también. Yo les he intentado hacer negocios afuera, invertir, y por eso se acercan.

- **¿Frente a qué situaciones te sentis mas fuerte?**

No me siento ni más fuerte ni más vulnerable. Me siento bien. Sé llevarlo. Si bien no tengo años acá dentro, tengo años preparándome. Al principio trabajé, no me sentía cómodo, deje. Ahora volví, espere el momento que pudiera ir y estar cómodo. Creo que me puedo manejar para mi beneficio.

- **¿Qué cosas lo ayudaron en la vida a superar las dificultades?**

Mi autoestima.

- **¿Qué cosas le trajeron problemas o dificultades?**

Confiar. En lo que me queda no vuelvo a confiar en nadie, ni hijos, ni padres, ni nada. no lo voy a transmitir. Si lo transmito, se me vuelve en mi contra.

Estuve los últimos años viajando, solo viajando, sin trabajar, y me di cuenta que los demás confiaban en mí, pero yo nunca confié en nadie. Yo iba viajando solo y los demás se arrimaban, no yo a ellos. Y los descartaba cuando me iba.

Yo me ocupe de evaluarlos antes de estar preso, deje todo el mundo afuera, no me interesa. Si he llamado a alguien es para ayudar a otro, por mi beneficio. A mi nadie me ha traído nada, me he procurado todo, no he recibido pertenencias ni dinero, vivo muy bien para estar preso. Me he procurado comer bien, muy prolijo con mi dieta, me hago traer con los demás lo que necesito. Quiero salir bien.

Mi preocupación ahora es mi salud, quiero salir super bien. Lo que quiero aprender, lo estoy haciendo que es el teatro. Esas cosas quiero hacer ahora. Voy a aprovechar el tiempo, lo que no estudie antes, lo voy a estudiar ahora.

- **¿Qué me podés contar de vos en cuanto a tus características personales?**

Mi autoestima me llevó a poder hacer todo, dirigir gente, pagarle y llevarlos a que hicieran lo que yo quería. En base a la autoestima todo, me gusta ser el mejor en todo, soy muy competitivo. Y si en algo me va mal, trato de superarlo como sea. Por ejemplo en la convivencia si me va mal, me corro a un costado, busco las herramientas. Siempre hay herramientas.

Yo a los 40 me sentía totalmente realizado. Me sentía en condiciones de poder morirme, que ya estaba todo hecho. Tenía una nena discapacitada a la que no le podía soltar la mano, que ya se murió, así que no me ata nada.

Ahora me gustaría ayudar a gente que vaya conociendo en la calle viajando, estoy en una condición que puedo hacerlo. Me gustaría enseñar a la gente a estar mejor.

Dentro de esto hago lo que quiero. no me siento preso, me siento como inconcientemente creo, que se sienten las personas normales que trabajan todos los días y vuelven a su casa satisfechos de haber conseguido su comida. Ahora ni siquiera lo considero una pérdida de tiempo. Me lo tomé como un tiempo para hacer otras cosas.

No me pudieron meter preso, necesitaba sacarme el estrés de encima.

Ningún proyecto, cuando salga veré lo que hago. Y acá tampoco. Todos los días veo lo que voy a hacer. Mi motorcito es poder hacer lo que yo quiera. No quiero estar preso, pero estando preso lo voy a hacer de

la mejor manera. Todos los días tengo algo. Ojala me hubiera dado cuenta antes, que hacer proyectos, comprometerme me parece estúpido.

Pensé en matarme, pero me di cuenta que no. Encontré esto de querer enseñarle a los demás. Y puedo mostrarle a los demás que soy superior a todos ellos por haber estado preso. Lo voy a superar, y voy a salir super bien. Donde vaya voy a generar, lo que tengo lo vendo, no pienso tener una casa. No necesito dinero, me creo que con la capacidad que he hecho, voy a hacer que me inviten, que me lleven.

Yo soy .

Yo tengo lo que quiero.

Yo puedo hacer lo que quiero.

ENTREVISTA N° 22 NOMBRE: Eduardo **EDAD:** 62 años

CONDENA: once años **TIEMPO DETENIDO:** seis años y seis meses

PRIMERA CONDENA

- **Desde tu vivencia personal, ¿cómo caracterizarías la cárcel?**

Puede ser buena como puede ser mala, según el camino que uno quiera recorrer dentro de la cárcel. Hay malos hábitos y hay cosas muy buenas para aprender.

Sirve para reconocer los errores que uno haya cometido y corregirlos, sirve para enseñar inclusive a otros, lo que uno haya vivido fuera o dentro de la institución, y se aprende mucho sobre todas las cosas. Yo a los chicos les recomiendo recorrer el camino bueno, tratar de salir de las adicciones que ya trajeron de afuera para que se note el cambio, que inclusive la familia note el cambio cuando salga.

Quienes recorren el camino bueno se nota el cambio, la familia nota el cambio y quienes recorren el camino malo se perderán en él y volverán. Seguir con las adicciones, aprender a robar si no sabían, aprender a atacar con elementos punzantes y muchas cosas malas de las cuales tal vez afuera no las conocían y aca aprendieron a utilizarlas. Hasta en el dialecto que manejan o manejamos se nota la diferencia. La persona que consume llega un momento que no razona, no así el que no lo hace. Se nota la diferencia en la forma de actuar, el dialecto. En este tiempo ya viendo una persona sabemos si es consumidor o no. Lamentablemente no tenemos elementos en la institución para decir vamos a corregir eso que viene de afuera, sería importantísimo tener un espacio físico y especialistas para atenderlos y sacarlos de la adicción. Sería un espacio de reinserción. Pero no se cuenta con eso ni en la parte de droga ni en relación a las agresiones, para controlar el temperamento de cada uno. Sería importantísimo, hasta en la parte religiosa. No solamente dar un culto sino poder escudriñar la biblia y aprender de ella para tratar de ser mejor.

El servicio tiene que tratar con lo que tiene. Los psicólogos mismos no cuentan con los recursos necesarios para poder trabajar y conocernos a fondo. Hoy se hace terapia grupal, que no sé si sirve.

El encierro es algo negativo para el ser humano, porque uno no cuenta con los medios para reinsertarse a la sociedad. Yo creo que el encierro lastima mucho psicológicamente, lo agobia, lo hace malo. Lo veo y lo he vivido. Desde los dos meses que entré empecé a intentar salir. Te das cuenta porque se pelean por cualquier pavada. Es importante salir a trabajar no por lo que te pagan sino para despejarse, para conversar. No se encierra solo a la persona, sino su mente y se vuelve agresiva.

- **¿De qué manera te ha afectado tu permanencia en prisión?**

Tuve la suerte de poder salir del pabellón, recorriendo todos los lugares. El servicio me trató siempre con respeto, y yo a ellos, con los maestros, los profesores. Eso siempre fue lo primordial para mí. Gracias a Dios no tuve inconvenientes.

Adaptarte te tenés que adaptar porque es algo que por un tiempo determinado, once años que no es poco, vas a convivir con muchas personas, adaptarse a cosas que no estás acostumbrado. Fue un proceso duro, muy duro. Muchas cosas que rechazaba afuera, lugares que pensaba que no iba a frecuentar, tipo de personas, ahora están todos juntos.

No me puedo adaptar a consumir si nunca consumí, para ellos adaptarse es fumar un porro o consumir una pastilla. Yo jamás lo hice y no lo voy a hacer. Pero en lo que es la convivencia he podido adaptarme, me escuchan, los escucho, trato de ayudarlos. Hay chicos que me han dicho que se quieren matar porque piensan que no van a aguantar y los he acompañado toda la noche. El proceso mío ha sido eso, ayudar y aprender de los que ya han tenido procesos más largos y me ponían ejemplos "cuidado con esto, no cometás el error de.." aprendí el camino bueno.

Mi mentalidad hoy por hoy es salir, trabajar, salir adelante trabajando y haciendo las cosas bien. Y lo malo que haya hecho no volver a esas cosas.

Todo lo que se ve acá adentro también está afuera.

Decimos comúnmente la calle es una escuela, esta es la facultad. Te podes recibir de buena persona o mala persona, que es lo que vas a salir a demostrar después.

En relación a los vínculos, está la aproximación por interés, y está el otro que es algo más sentimental. Están las dos cosas, hay personas que piensan y sienten como yo y si tienen algún problema uno está al lado.

Acá dentro nacen los celos, la desconfianza. Yo pase por eso, hasta que dije “para, confiás o no confiás”. Si confiás no haces ningún comentario fuera de lugar, y si no confiás, no tiene que seguir la relación porque ni acá ni afuera va a funcionar.

Lo mismo cuando dicen “para la gorra no trabajo”: no trabajan para la gorra, trabajan para despejarse. Porque el encierro agobia, los hace pensar cosas malas

- **¿Con qué recursos contas para afrontar el día a día?**

Estando acá uno se aferra mucho a la parte religiosa. Por eso siempre digo que doy gracias a Dios que me da fuerza para salir a trabajar y seguir. Antes de ingresar era creyente, pero iba a la iglesia a calentar el banco. Fue acá que me acerqué y conocí con más profundidad. No se si es el encierro, la necesidad de creer en algo, o si es algo más profundo. Te ayuda a dejar la soberbia, muchas cosas que no eran buenas.

Siento que muchos celadores me han apoyado y se han tejido relaciones parecidas a una amistad. Me han aconsejado, te van guiando. Y eso te da fuerza y creo que estoy aprendiendo de todos algo.

Uno que afuera se creía que se sabía todo, se da cuenta que no.

Hacer el trabajo que estoy haciendo me gusta. No se si es que uno se acostumbra a esto, o uno lo hace con gusto, porque le gusta.

Yo hoy por hoy lo que necesito si o si es tener ese diálogo con la sociedad. Lo que he vivido me ha ayudado para la reinserción en la sociedad. Y que importante sería salir y poder contarle a los jóvenes que si siguen en cierto camino se van a encontrar con este lugar y contarles como es.

- **¿Frente a qué situaciones te sentis mas fuerte?**

El grupo de personas que está conmigo me hace sentir más fuerte, ellos me dicen que vaya a hablar yo porque soy más tranquilo. No quiero decir que sea mejor, no me siento mejor que nadie.

- **¿Qué cosas lo ayudaron en la vida a superar las dificultades?**

El haber estudiado, haber aprendido, haber conocido a muchas personas que me han ayudado. El ver y aprender para después transmitirle a mis hijos. Ver que hoy por hoy las metas se van cumpliendo: mis hijos estudiaron, se recibieron, mis nietos están estudiando. Y eso me hace sentir orgulloso. Lo hicimos de a dos con mi mujer, por más que me había separado, sin el apoyo de los dos no lo hubiésemos logrado.

Tratar de hacer las cosas bien, aunque hayamos cometido errores.

Afuera está mi pareja, que hace 27 años que estamos juntos y en este tiempo siempre me apoyó, mis hijos también.. con mis hermanos no tengo mucho contacto pero su apoyo siempre está.

- **¿Qué cosas le trajeron problemas o dificultades?**

La envidia de los demás. Porque uno está haciendo dentro de esta institución algo que ellos no han podido lograr: donde trabajo, la confianza del servicio.

- **¿En qué situaciones te sentis más vulnerable?**

Ante la maldad, por ahí te hacen una “caserita” o por cosas que te echan la culpa. Te duele que te acusen de algo que no hiciste, si estás haciendo el camino bueno.

- **¿Qué me podés contar de vos en cuanto a tus características personales?**

Soy charlatán, me gusta hablar mucho. Me gusta estudiar a la persona, que el solo hecho de verlos o que se expresen y poder ver una imagen de como es la persona. Tratar de ayudar y no atacar, no levantar falsos testimonios con respecto a una persona, porque lo han hecho conmigo y es horrible la sensación que uno siente. En el pabellón trato de no hablar, observar y escuchar. Porque a veces una palabra te puede traer más problemas.

Me ha ayudado la parte religiosa, porque en otro momento podría haber agredido pero ahora no.

Yo soy inocente.

Yo tengo fe.

Yo puedo superarme. En el sentido de mejorar, salir adelante. Para muchos esto es la muerte, para mí no. Para mí fue una etapa de aprendizaje para poder superarme.

- **¿Tenés proyectos?**

Vivir junto a mi pareja, disfrutar los años que nos quede de vida, tener nuestro propio geriátrico, ya que los dos nos hemos dedicado a eso también y seguir el camino de Cristo.

Uno es como que vuelve a nacer, tiene que empezar de cero. Lo del geriátrico si bien tiene su parte remunerada, es para ayudar al prójimo, porque necesitan tiempo, cuidado, atención. Porque son los últimos años de vida y se tiene que pasar bien. Por ahí la misma necesidad de que los hijos tengan que salir a trabajar lleva a que no se puedan ocupar.