

INTRODUCCIÓN

La presente investigación tiene como propósito analizar la psicología de las mujeres privadas de libertad en el penal de Morros Blancos de la ciudad de Tarija, centrándose en cuatro dimensiones fundamentales: las habilidades sociales, la resiliencia, la expresión de la ira y los mecanismos de defensa. Con este estudio se busca comprender cómo estos factores se manifiestan en el contexto carcelario, considerando que la privación de libertad representa una experiencia altamente estresante que incide en el comportamiento, la forma de relacionarse y la capacidad de afrontamiento de las internas.

Asimismo, se pretende identificar los recursos personales que poseen las reclusas para enfrentar la adversidad, las estrategias psicológicas que utilizan para manejar sus emociones y los posibles déficits en el área social y emocional que pueden dificultar su proceso de adaptación. Esta investigación busca aportar información relevante que permita comprender mejor las necesidades psicológicas de esta población y, a partir de ello, orientar futuras intervenciones que promuevan su bienestar, rehabilitación y reinserción social.

Estar encarcelado es una experiencia extraordinaria en un entorno extremadamente desagradable y opresivo e implica una compleja red de problemas de toda índole. Tales problemas se acrecientan aún más en el caso de las mujeres. Junto con los sentimientos de restricción y privación que toda reclusa encuentra, muchas mujeres se enfrentan a una serie de problemas adicionales como resultado de estereotipos sociales, prejuicios y responsabilidades adicionales, especialmente aquellas reclusas que están embarazadas, amamantando o sencillamente son madres. Diferentes factores que configuran la experiencia del encarcelamiento, como ser la sociabilidad, la capacidad de controlar la ira y, por supuesto, la capacidad de soportar la adversidad o resiliencia personal. (Yagüe, 2007).

No todo delito es la expresión de una intención manifiesta y consciente de cometer un hecho penado por la ley. A menudo detrás de toda acción, sea legal o ilegal existe una serie de mecanismos de defensa que son los detonantes del comportamiento antisocial. Los índices de encarcelamiento se multiplican de manera proporcional con las tasas de abandono familiar, pobreza y violencia doméstica. A falta de habilidades sociales rige la violencia y el delito es una reacción a bajos niveles de calidad de vida. Las mujeres son la población de reclusos de más rápido crecimiento dentro de las prisiones de los países latinoamericanos. El número de mujeres en prisión que fueron condenadas a más de un año aumentó en un 2% de manera paulatina y sostenida desde en 2014 a la fecha en las ciudades de más de 3 millones de habitantes. (Almeda, 2006).

La mayoría de las mujeres encarceladas proceden de grupos étnicos minoritarios sumidos en sectores sociales de gran pobreza. Para nadie es desconocida la relación entre frustración y agresión. Cuando la resiliencia llega a su límite y se pierden los mecanismos de control, la ira se desborda y surgen los comportamientos penados por la ley. La incorporación activa de la mujer al mercado laboral ha dinamizado su participación social y, con ello, los riesgos de interacciones conflictivas, ya sea en el entorno familiar, social y laboral. Según la Oficina de Estadísticas de la OMS (2000), más de un tercio de las mujeres condenadas a más de un año fueron encarceladas por delitos violentos; los delitos contra la propiedad y los delitos de drogas fueron los siguientes delitos más frecuentes. (Yagüe, 2007).

La baja tolerancia a la frustración está relacionada con el comportamiento violento. Estudios recientes en cárceles de mujeres establecieron de manera inequívoca la relación entre baja tolerancia a la frustración, niveles bajos de habilidades sociales y estrategias de resolución de problemas basados en recursos emocionales, con conductas agresivas y violentas. Estos individuos tienen bajo nivel de capacidad para soportar aquel conjunto de eventos o circunstancias que puedan frustrarnos, lo cual sumado a deficientes medios empáticos para negociar sus diferencias, acarrea con frecuencia conductas violentas y delictivas. La falta de habilidades sociales hace que ante la aparición de conflictos no seamos capaces de reaccionar de manera empática, recurriendo a la

represión (lo cual contiene y acumula las emociones negativas) o a la expresión directa y manifiesta de la agresión, fracasando en todo intento de negociación. (Sánchez, 2004).

Las habilidades sociales son esenciales para relacionarnos con los demás y para la adaptación al entorno inmediato, así como para generar vínculos satisfactorios con las personas con las que irremediablemente tendremos que mantener contacto. Las habilidades sociales es una limitación observada con recurrencia en las personas privadas de la libertad. Existen llamativas dificultades para crear relaciones sanas a través de una expresión equilibrada, clara y directa que acceda a comunicar deseos, necesidades, ideas y sentimientos por medio del respeto hacia ellas mismas y hacia los demás. (Townhead, 2006).

Las personas privadas de libertad deben afrontar con éxito la adversidad, el trauma, la tragedia, las amenazas y las principales fuentes de estrés. En este propósito la resiliencia cumple un papel crucial. Las mujeres privadas de libertad sufren de mayor presión y escarnio social pues tradicionalmente se les ha asignado roles tutelares y de inculcación de valores en las nuevas generaciones, por lo cual al verse involucradas en problemas judiciales se ven sometidas a mayor estrés y ansiedad. Dado el contexto de vulnerabilidad y victimización, así como la débil respuesta institucional otorgada en un medio adverso y estresante como es la prisión, la resiliencia o capacidad de resistencia y crecimiento es la única alternativa que puede mantener la cordura y estabilidad psicológica de las privadas de libertad. (Sánchez, 2004).

CAPÍTULO I
PLANTEAMIENTO DEL
PROBLEMA Y
JUSTIFICACIÓN

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La situación de las mujeres privadas de libertad genera serias reflexiones sobre el impacto que tiene la privación de la libertad en su bienestar psicológico y social. Este problema trasciende a las mujeres afectadas directamente, pues tiene implicaciones profundas para la sociedad tarijeña y boliviana en su conjunto. Estas mujeres enfrentan un deterioro notable en sus habilidades sociales, una reducción significativa en su capacidad de resiliencia, una gestión desbordada de la ira, y una prevalencia de mecanismos de defensa menos funcionales. Estas dificultades no solo complican su adaptación al entorno carcelario, sino que también representan obstáculos serios para su reintegración social.

Comprender cómo la privación de libertad afecta a las mujeres invita a una exploración más profunda de su mundo interior. Se puede observar que el encarcelamiento no solo representa una respuesta legal a sus actos, sino también una experiencia emocional y psicológica transformadora, que puede definir sus trayectorias de vida. Este impacto psicológico plantea preguntas sobre cómo enfrentan la ruptura con sus familias, sus rutinas y el propósito que guiaba sus vidas antes de la detención.

Desde una perspectiva analítica, resulta evidente que el entorno carcelario influye significativamente en sus habilidades sociales. En un espacio donde la desconfianza y la tensión predominan, se cuestiona cómo estas mujeres logran comunicarse, resolver conflictos o establecer vínculos emocionales significativos. La resiliencia, entendida como la capacidad para superar adversidades, también emerge como un desafío crítico. Aunque muchas mujeres muestran una fortaleza notable, otras sucumben ante la desesperanza, lo que pone en duda su habilidad para adaptarse y encontrar un nuevo propósito en esta realidad tan adversa.

Otro punto crucial es la gestión de la ira, una emoción natural pero difícil de manejar en un contexto de constante estrés y frustración. En este entorno, la ira puede evolucionar de una emoción común a un problema de gran magnitud. La

capacidad de canalizar esta emoción de manera saludable resulta esencial para evitar que se convierta en un impedimento para su rehabilitación.

Desde una perspectiva psicológica, la conducta delictiva en mujeres suele vincularse con la activación de mecanismos de defensa ineficientes, como lo señala el psicoanálisis. La prevalencia de mecanismos primitivos, asociados a un superyó narcisista y a una baja tolerancia a la frustración, puede derivar en comportamientos violentos. Este aspecto se agrava en el caso de las mujeres, cuyos mecanismos de defensa tienden a estar marcados por una emotividad intensa, lo que incrementa su vulnerabilidad en situaciones de estrés social. (Townhead, 2006).

Por lo tanto, abordar la psicología de las mujeres encarceladas requiere un análisis integral que contemple variables como las habilidades sociales, la resiliencia, la ira y los mecanismos de defensa. Estas dimensiones no solo reflejan su capacidad para afrontar las dificultades, sino que también constituyen el punto de partida para desarrollar estrategias de apoyo que puedan mejorar su calidad de vida y facilitar su reintegración a la sociedad.

El objetivo principal de esta investigación se centra en analizar la relación entre diversas variables psicológicas habilidades sociales, resiliencia, expresión de la ira y mecanismos de defensa y la experiencia vivida por mujeres privadas de libertad en el penal de Morros Blancos, en la ciudad de Tarija. Este estudio busca caracterizar el grado de desarrollo de estas variables en el momento de la valoración, sin ahondar en las causas específicas de los delitos cometidos ni en los efectos a largo plazo de la reclusión. Por ello, se pretende comprender cómo la privación de libertad impacta estas dimensiones psicológicas fundamentales.

Las habilidades sociales son competencias esenciales que permiten a las personas interactuar de manera efectiva con su entorno. Estas habilidades facilitan la resolución de situaciones sociales de forma aceptable para el individuo y su contexto. Según Gismero (2000 p. 49), las habilidades sociales son "el conjunto de respuestas verbales y no verbales, parcialmente independientes y situacionalmente específicas, a través de las cuales un individuo expresa en un contexto interpersonal

sus necesidades, sentimientos, preferencias u opiniones sin ansiedad excesiva y de manera no aversiva, respetando a los demás, lo que trae como consecuencia el auto reforzamiento y maximiza las probabilidades de conseguir refuerzo externo".

Por su parte, la resiliencia emerge como una capacidad crítica para superar adversidades y altos niveles de estrés, especialmente en un entorno tan hostil como el carcelario. En muchas ocasiones, las personas desconocen que poseen esta habilidad hasta enfrentarse a situaciones extremas que demandan una postura de lucha y superación. Wagnild y Young (1993p. 17) definen la resiliencia como "la capacidad de sobreponerse ante la adversidad, el conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan tener una vida 'sana' viviendo en un medio 'insano', dependiendo de afortunadas combinaciones entre atributos del sujeto y su ambiente familiar, social y cultural".

En relación con la ira, esta se entiende como una emoción natural que, cuando se expresa de manera desproporcionada o recurrente, puede convertirse en un problema significativo. Investigaciones previas sugieren que las personas involucradas en actividades delictivas, como muchas de las reclusas, suelen carecer de estrategias adecuadas para gestionar esta emoción. Spielberger (1983p. 10) describe la expresión de la ira como "un estado emocional y su consecuente expresión conductual, que incluye sentimientos de variada intensidad, desde una ligera irritación hasta una rabia o furia intensa, acompañada o no de correlatos conductuales".

Por último, los mecanismos de defensa se entienden como procesos inconscientes que protegen al ego de tensiones internas o externas. Cuando el ego está bien organizado, tiende a respuestas más conscientes y racionales; sin embargo, las experiencias intensas pueden desencadenar respuestas emocionales menos funcionales, como la activación de mecanismos defensivos que, en ciertos casos, pueden incluir conductas delictivas. Ruiz Ogara et al. (2001p. 18) afirman que los mecanismos de defensa son "procedimientos inconscientes empleados por las personas para resolver tanto los conflictos y tensiones entre el yo, las pulsiones y

las exigencias superyoicas, como para conseguir una adecuada adaptación del self a la realidad".

Después de identificar y conceptualizar las variables que fundamentan esta investigación, se procede a plantear la temática en distintos niveles: internacional nacional y regional.

A nivel internacional, Townhead (2006), en su investigación promovida por las Naciones Unidas, concluye que “un menor desarrollo de habilidades sociales está asociado a una mayor incidencia de delitos violentos, siendo el nivel socioeconómico y el consumo de drogas factores significativos. (...) Se evidencia que el desarrollo de habilidades sociales está estrechamente relacionado con la calidad del comportamiento en el recinto penitenciario y las perspectivas de reeducación y reinserción social” (Townhead, 2006 p. 105-106).

Por su parte, Yagüe Olmos (2007), en su trabajo *Mujeres y prisión. Intervención basada en sus características y demandas*, subraya que “la resiliencia no es un atributo que se adquiere o se pierde de un momento a otro, sino que está intrínsecamente ligada a la trayectoria de vida de cada persona privada de libertad, influenciada por el contacto con el exterior, los vínculos familiares y las relaciones dentro del penal” (Yagüe Olmos, 2007 p. 51). La resiliencia oscila con el diario vivir y tiene que ver con diversos factores, como el contacto con los de afuera, el vínculo con los integrantes del grupo así como con los operadores penitenciarios que controlan el cumplimiento de tales iniciativas. El estudio revela que la resiliencia está controlada sobre todo por el imaginario relativo al pasado, que por la realidad presente del encarcelamiento. Su génesis, así como los procesos de estructuración y reestructuración, tiene que ver con las experiencias infantiles tempranas y por los modelos parentales a los que se vieron sometidas. Para mantener viva una resiliencia fuerte, así como otros subproductos asociados (autoestima, confianza, autonomía, proyección de futuro, etc.); hay que evitar la ruptura del contexto inmediato (la cárcel) así como aquel definido por el “afuera”, el cual involucra a familiares y amigos. Las mujeres con hijos y que perciben apoyo externo, de

familiares y amigos, son más resilientes y tienen mejores perspectivas de reinserción social. Existe elevada correlación entre niveles alto de resiliencia valores prosociales: altruismo, solidaridad, cooperación, integración, participación, los cuales tienen un impacto positivo en la disminución de los conflictos y un aumento de la tolerancia entre las reclusas y las autoridades del penal”. (Yagüe Olmos, 2007 p. 51).

Almeda (2006) en una investigación titulada “Mujeres y cárceles”, indica que el estudio ha demostrado que las mujeres que delinquen tienen causales procesales diversas, no hay un patrón reconocible, sino que son muy versátiles y cometen diversos delitos y varían en el tiempo de reclusión. El punto de coincidencia de todos los casos analizados es la escasa tolerancia a la frustración y la falta de control de la ira. El estudio partió del entendimiento del propio sujeto, más que del hecho antisocial. “En todas las mujeres reclusas está latente un locus de control interno ineficiente, en espera de un determinado hecho que gatille una respuesta violenta y descontrolada. Los actos antisociales o delictivos ocurren cuando los beneficios esperados superan a los costes estimados como son el castigo legal y la desaprobación familiar y social. Todas las mujeres del grupo de estudio habrían cometido el mismo delito que sus compañeras de haber valorado que los beneficios valían la pena. Múltiples investigaciones han demostrado la relación que tiene la falta de control de la ira y la comisión de diversos delitos, especialmente violentos con la presencia de fuertes sentimientos de ira, venganza, ansia de dinero o desprecio hacia otras personas. La falta de control de la ira energiza la conducta en dirección a la comisión del delito. La ira se considera como una respuesta emocional caracterizada por una alta activación del sistema nervioso simpático que desencadena respuestas cognitivas caracterizadas por una percepción subjetiva de daño y de atribución externa”. (Almeda, 2006, S/P).

A nivel nacional, no se han encontrado investigaciones que aborden de manera específica las variables analizadas en esta tesis. Sin embargo, hay estudios que ofrecen perspectivas relacionadas. Por ejemplo, Alanoca (2020), en su investigación titulada Aspectos psicológicos que se evalúan en la aplicación del

sistema progresivo en mujeres privadas de libertad del Centro de Orientación Femenina de Obrajes de La Paz, concluye que las mujeres con resiliencia elevada afrontan las limitaciones de la prisión con mayor entereza, aunque critica que “el sistema carcelario no incorpora programas de evaluación psicológica individualizados ni progresivos” (Alanoca, 2020, 349).

Otro estudio, realizado por Roth y Zegada (2016), titulado *La mujer frente al delito. factores asociados a la reincidencia delictiva femenina*, señala que “su vida anterior a la reclusión se caracteriza por haber sufrido una infancia irregular y una juventud en conflicto con la norma, a menudo confrontadas con la violencia y el consumo de alcohol u otras sustancias. Vivió desde siempre privaciones económicas condicionadas por el acceso a una escasa e incompleta educación que le permitía aspirar solo a empleos poco calificados con salarios paupérrimos, al margen de la seguridad social” (Roth y Zegada, 2016, s/p).

En otra investigación, realizada por Suxo (2015) y patrocinada por la Defensoría del Pueblo de Bolivia, titulada *Derechos humanos de las mujeres privadas de libertad*, se resalta la falta de atención en salud, particularmente en lo relacionado con la cuestión psicológica. La autora destaca que “la estadía en prisión conculca los derechos más básicos de las mujeres, como la ruptura de los nexos familiares, sobre todo el desapego hacia los hijos, pues siete de cada diez mujeres encarceladas tienen hijos, aunque algunas de ellas los crían en prisión” (Suxo, 2015 p. 6).

En el contexto regional, en el departamento de Tarija, solo se han identificado dos investigaciones relevantes sobre mujeres en prisión, aunque ninguna aborda específicamente las variables psicológicas consideradas en este estudio.

El primer estudio, realizado por Silva Irahola (2007), titulado *Características psicológicas de las mujeres reclusas en el penal de Morros Blancos de la ciudad de Tarija*, concluye que “la afectividad de las mujeres reclusas se caracteriza por una notable impulsividad, y pueden experimentar síntomas de depresión, ansiedad, compulsividad, obsesiones y paranoia. Las condiciones de

reclusión contribuyen a la percepción de ciertas situaciones como agresivas, lo que genera un alto grado de suspicacia hacia el entorno, situándolas en un estado constante de alerta y provocación, emergiendo así aspectos conflictivos de la personalidad” (Silva Irahola, 2007, 113).

El segundo estudio, elaborado por Montoya Villena (2020), bajo el título Perfil psicológico de mujeres privadas de libertad (por la ley 1008) en el penal de Morros Blancos de la ciudad de Tarija, describe que estas mujeres presentan “rasgos de personalidad como mucha tensión, poca fuerza del yo, sizotimia, inseguridad y poca fuerza del súper yo. Además, evidencian niveles altos de ansiedad y depresión, lo que incrementa la agresividad hacia los demás, asociándose a una baja resiliencia” (Montoya Villena, 2020, 97).

El penal de Morros Blancos, ubicado en la ciudad de Tarija, es una de las principales cárceles del sur de Bolivia y concentra a una población penitenciaria que supera la capacidad instalada. Diversos informes locales han señalado que este centro se caracteriza por el hacinamiento, la deficiente infraestructura, la limitada atención en salud y la escasez de programas de rehabilitación efectivos, lo que repercute directamente en la calidad de vida y en el bienestar psicológico de las personas privadas de libertad.

En el caso de la población femenina, la situación resulta particularmente preocupante, ya que muchas de las internas son madres y deben afrontar la separación de sus hijos o, en algunos casos, convivir con ellos en condiciones poco adecuadas para la crianza. Esto genera sentimientos intensos de culpa, ansiedad y desesperanza que agravan el impacto emocional del encierro. Asimismo, gran parte de las mujeres provienen de contextos de vulnerabilidad social, pobreza, violencia intrafamiliar y falta de acceso a educación, factores que predisponen a una menor disponibilidad de recursos personales para enfrentar la adversidad.

La dinámica carcelaria en Morros Blancos se ve marcada por tensiones constantes, conflictos interpersonales y episodios de violencia, lo que incrementa

la expresión de la ira y la necesidad de recurrir a mecanismos de defensa poco adaptativos, como la negación o la proyección. Al mismo tiempo, la ausencia de programas sistemáticos de desarrollo de habilidades sociales limita las posibilidades de que las reclusas manejen sus relaciones de manera asertiva y constructiva, lo que repercute negativamente en la convivencia y en su proceso de adaptación.

A estas dificultades se suma la escasa cobertura de apoyo psicológico especializado, lo que impide trabajar de manera adecuada en el fortalecimiento de la resiliencia y en la promoción de estrategias de afrontamiento más funcionales. Esta falta de intervención no solo mantiene a las internas en un estado de vulnerabilidad emocional, sino que además reduce sus posibilidades de reinserción social efectiva una vez cumplida su condena, reproduciendo así el círculo de exclusión y estigmatización.

En este escenario, el estudio de las habilidades sociales, la resiliencia, la expresión de la ira y los mecanismos de defensa de las mujeres privadas de libertad en el penal de Morros Blancos se convierte en una necesidad prioritaria, pues permite identificar los recursos y carencias emocionales de esta población. (Montoya Villena, 2020).

Al mismo tiempo, proporciona información valiosa para el diseño de programas de intervención psicosocial con enfoque de género, orientados no solo a mejorar la convivencia intracarcelaria, sino también a favorecer un proceso de rehabilitación que contemple las condiciones reales y particulares de estas mujeres. En base a esa problemática nos planteamos la siguiente pregunta:

¿Cómo son las habilidades sociales, resiliencia, la expresión de la ira y los mecanismos de defensa en mujeres privadas de libertad en el penal de Morros Blancos de la ciudad de Tarija?

1.2. JUSTIFICACIÓN

El estudio de las mujeres privadas de libertad en el penal de Morros Blancos resulta de gran **justificación científica**, ya que permite comprender cómo se manifiestan y se interrelacionan variables psicológicas fundamentales en contextos de privación de libertad. La investigación sobre habilidades sociales, resiliencia, expresión de la ira y mecanismos de defensa adquiere importancia porque estas dimensiones son determinantes en la adaptación al medio carcelario, el manejo de conflictos y la posibilidad de rehabilitación e integración social.

Desde la perspectiva psicológica, analizar las habilidades sociales posibilita identificar el nivel de competencia que poseen las internas para establecer vínculos interpersonales y resolver conflictos de manera constructiva. La resiliencia, por su parte, constituye un recurso esencial que refleja la capacidad de afrontar la adversidad, sobreponerse a situaciones traumáticas y desarrollar actitudes positivas frente a la privación de libertad. Del mismo modo, la expresión de la ira es una variable crítica en este contexto, ya que niveles altos o mal regulados de esta emoción se relacionan con conductas disruptivas y dificultades en la convivencia. Finalmente, el estudio de los mecanismos de defensa permite reconocer las estrategias psicológicas que utilizan las internas para afrontar la tensión emocional, diferenciando entre aquellas adaptativas y aquellas menos funcionales.

El presente estudio tiene **justificación social** pues Bolivia es un país con un alto índice de violencia social, la que cada día va en aumento, y como consecuencia de ello, se presenta el incremento de la criminalidad y la delincuencia, la misma que tarde o temprano repercute en las estadísticas de los centros penitenciarios. Las estadísticas históricas acerca de las personas que cometían delitos establecía que estos hechos eran propios del género masculino, pero en la actualidad, se presenta el fenómeno en el cual las mujeres están involucradas en actos criminales, muchas veces doblemente juzgados, es decir, por el delito y por la condición de mujeres. En la actualidad el incremento de la delincuencia femenina es considerada un problema de salud pública que afecta directa e indirectamente a un elevado porcentaje de la sociedad. La condena de una mujer no se circunscribe al individuo,

sino que abarca, sobre todo a su familia, particularmente a los hijos. En este sentido, el estudio de la psicología de las mujeres internas en instituciones penitenciarias es una demanda social debido a las repercusiones generalizadas que el encarcelamiento tiene en un vasto sector de la misma. (Sánchez, 2004).

El presente estudio tiene un **aporte teórico** en el campo de la psicología clínica y penitenciaria al integrar en un mismo análisis variables centrales para la comprensión del funcionamiento psicológico en contextos de privación de libertad: habilidades sociales, resiliencia, expresión de la ira y mecanismos de defensa. Si bien cada una de estas dimensiones ha sido estudiada de manera independiente en distintos contextos, la novedad de esta investigación radica en su abordaje conjunto, lo que permite obtener una visión más amplia y articulada del perfil psicológico de las mujeres privadas de libertad en el penal de Morros Blancos.

En el plano teórico, este trabajo contribuye a enriquecer el conocimiento sobre la manera en que se desarrollan las habilidades sociales en las dinámicas de convivencia y adaptación carcelaria, cómo la resiliencia opera como recurso protector frente a la adversidad, de qué forma la expresión de la ira impacta en el manejo de emociones en situaciones de tensión, y cuáles son los mecanismos de defensa más utilizados en este grupo poblacional. Este análisis comparativo y complementario amplía el marco conceptual existente y brinda un sustento teórico que puede ser utilizado como base para futuras investigaciones en poblaciones similares.

Asimismo, la investigación fortalece la comprensión de la relación entre factores de vulnerabilidad y recursos psicológicos en mujeres privadas de libertad, contribuyendo a la consolidación de un cuerpo teórico que vincula el estudio de variables emocionales y sociales con el ámbito de la rehabilitación y la reinserción. De este modo, se genera un aporte significativo a la psicología aplicada en instituciones penitenciarias, destacando la importancia de diseñar programas de intervención que respondan a las necesidades psicológicas específicas de esta población.

La investigación que se plantea en este documento tiene **justificación práctica** pues los resultados de la misma podrán servir como una fuente de promoción para el desarrollo e implementación de nuevos programas de intervención psicológicos y consejería para las mujeres que se encuentran recluidas dentro del penal, con el propósito de contrarrestar los conflictos psicológicos asociados a las habilidades sociales, a la resiliencia, expresión de ira y los mecanismos de defensa que estas puedan presentar. Los resultados encontrados permitirán encarar políticas institucionales destinadas a mejorar las condiciones relacionadas con la salud mental de las internas. Los datos que se exponen en este documento tienen la posibilidad de resultar beneficiosos para las mujeres recluidas, así como para los amigos, familiares y toda la sociedad en su conjunto.

CAPÍTULO II

DISEÑO TEÓRICO

2. DISEÑO TEÓRICO

2.1. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿Cómo son las habilidades sociales, resiliencia, expresión de la ira y los mecanismos de defensa de mujeres privadas de libertad en el penal de Morros Blancos de la ciudad de Tarija?

2.2. OBJETIVOS

2.2.1. OBJETIVO GENERAL.

Determinar las habilidades sociales, resiliencia, expresión de la ira y los mecanismos de defensa de mujeres privadas de libertad en el penal de Morros Blancos de la ciudad de Tarija.

2.2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.

- 1.- Identificar el nivel de habilidades sociales.
- 2.- Evaluar el nivel de resiliencia.
- 3.- Conocer el nivel de expresión de la ira.
- 4.- Identificar los principales mecanismos de defensa.

2.3. HIPÓTESIS.

- 1.- El nivel de habilidades sociales de las mujeres privadas de libertad en el penal de Morros Blancos de la ciudad de Tarija es “bajo”.
- 2.- El nivel de resiliencia de las mujeres privadas de libertad en el penal de Morros Blancos de la ciudad de Tarija es alta.
- 3.- El nivel de expresión de la ira de las mujeres privadas de libertad en el penal de Morros Blancos de la ciudad de Tarija es alto.
- 4.- Los principales mecanismos de defensa de las mujeres privadas de libertad en el penal de Morros Blancos de la ciudad de Tarija son negación y regresión.

2.4. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA
Habilidades sociales. “Conjunto de respuestas verbales y no verbales, parcialmente independientes, a través de las cuales un individuo expresa en un contexto interpersonal, sus sentimientos, preferencias, opiniones o derechos, que trae como consecuencia el auto reforzamiento y maximiza las posibilidades de conseguir un refuerzo externo”. (Gismero, 2002 p. 49).	Autoexpresión en situaciones sociales	• Inseguridad. • Timidez • Miedo	Escala de habilidades sociales(EH) De Gismero Gonzales Elena (2002). Escala. Habilidades sociales a nivel: Bajo. 0 a 25 Medio.25 a 50 Alto.51 a 75
	Defensa de los propios derechos como consumidor	• expresión libre de sus derechos. • Capacidad para pedir. • Siempre trata de comprender a los demás.	
	Expresión de enfado o disconformidad	• Expresión de sentimientos negativos. • Asertividad. • Evitar conflictos. • Le cuesta expresar su ira.	
	Decir no y cortar Interacciones	• Habilidad para decir no • Cortar interacciones que no se quiera sostener.	
	Hacer peticiones	• Capacidad para pedir. • Expresión de forma adecuada sobre lo que se desea.	
	Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	• Habilidad para establecer una conversación con el sexo opuesto. • Expresión verbal positivo	
Resiliencia. “La capacidad de sobreponerse ante la adversidad. El conjunto de	Ecuanimidad	• Capacidad de mantener calma. • Serenidad en situaciones difíciles. • Control emocional	Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993)

procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan tener una vida “sana” viviendo en un medio “insano”. (Wagnild y Young, 1993p. 17).	Sentirse bien solo	• Capacidad de disfrutar de tu propia compañía. • Sentirse cómodo en situaciones de soledad. • No necesidad de validación externa.	ESCALA: Nivel Bajo (25 a 75). Nivel Medio (76 a 124). Nivel Alto (125 a 175).
	Confianza en sí mismo	• Es decidido. • Creer en sus propias capacidades. • Superar desafíos. • Actitud positiva.	
	Perseverancia	• Resistencia a la frustración. • Autodisciplina. • Enfoque en los objetivos.	
	Satisfacción personal	• Felicidad • Contentamiento • Relaciones saludables. • Satisfacción con la vida.	
Expresión de la ira. “estado emocional y consiguiente expresión conductual que incluye sentimientos de variada intensidad, desde una ligera irritación a una rabia o furia intensa, acompañada o no de correlatos conductuales”. (Spielberger, 1983 p.10).	Estado de ira	• Furioso • Irritado • Comportamiento agresivo. • Dificultad para controlar sus impulsos. • Pensamientos negativos. • Gritar a las personas.	Inventario de Expresión de Ira Estado – Rasgo STAXI-NA del autor C.D. Spielberger (1983). Adaptación española de V. Del Barrio y A. Aluja en el año 2005. Escala por dimensiones y general:
	Rasgo de ira	• Se enfada rápidamente. • Es exaltada. • Pierde la paciencia fácilmente. • Se enoja cuando no reconocen su trabajo.	

	Control de Ira .	• Regulación emocional. • Mantener la calma. • No demuestra su enojo. • Controla su ira • Trata de relajarse. • Piensa en algo bueno para tranquilizar.	Ira-estado 15 ítems. Rango 15-60 Escala : Nulo (15-26), Bajo (27-38), Moderado (39-50), Alto (51-60). Ira-rasgo 10 ítems. Rango 10-40 ESCALA: Nulo (10-17), Bajo (18-25), Moderado (26-33), Alto (34-40). Control 24 Ítems. Rango 24-96. ESCALA: Nulo (24-42), Bajo (43-60), Moderado (61-78), Alto (79-96). Escala general: expresión de la ira. 49 Ítems. Rango 49-196. Escala: Nulo (49-85), Bajo (86-122), Moderado (123-159), Alto (160-196).
Mecanismos de defensa.	1.-Anulación	• Se preocupa en borrar lo	Escala de mecanismos de defensa

“Procedimientos inconscientes empleados por las personas para resolver tanto los conflictos y tensiones entre el yo, las pulsiones y las exigencias superyoicas, como para conseguir una adecuada adaptación del self a la realidad”. (Ruiz Ogara et al., 2001 p. 18).		malo del pasado. • Tendencia en complacer a los demás. • Recurre a bendiciones para liberarse del mal.	básicos (EMDB II). De Ruiz Ogara et al., 2001. Bajo (hasta 40), medio (41-75) y alto (76-100).
	2.- Desplazamiento	• Se desquita su mal humor con otras personas. • Tiene fobias. • Cuando esta triste compra cosas	
	3.-Formación Reactiva	• Trata de aliviar el dolor a los demás. • Puede ser intolerante a las opiniones. • Es pacifico.	
	4.-Identificación Proyectiva	Medio muy primitivo de proyectar la propia identidad sobre el objeto externo, diluyéndose los límites del SELF y los otros.	
	5.-Introyección	• Come cuando esta triste. • Se identifica espontáneamente con las películas. • Nota que muchos productos dañan su cuerpo.	
	6.-Negación	• Teme sentirse débil • Ve el lado positivo • Las desgracias no le afectan • No muestra sus sentimientos	

	7.-Proyección	• Tiene mala suerte • Cree que le tratan mal • La experiencia le demuestra que no se debe confiar	
	8.-Racionalización	• Se preocupa mucho de su salud • Cuando no entiende se preocupa • Trata de actuar con frialdad.	
	9.-Regresión	• Cuando se siente frustrado actúa como niño • Se siente abandonado • Cuando se enferma le gusta que lo mimen	
	10.-Represión	• Nostalgia por el pasado • Recuerda algunos sucesos desagradables. • Impacto en las relaciones.	
	11.-Sublimación	• Satisfacción ayudando • Los deportes le quitan la versión nerviosa • Canalización de impulsos	
	12.-Vuelta contra sí	• Autocrítica excesiva • Comportamientos autodestructivos • Sentimientos de inutilidad	

CAPÍTULO III

MARCO TEÓRICO

3. MARCO TEÓRICO.

En este capítulo se presenta toda la información relacionada con el tema de estudio y de las variables elegidas para describir psicológicamente a las mujeres privadas de libertad del Penal de Morros Blancos de la ciudad de Tarija.

En primer lugar, se hace una aproximación general al tema de estudio citando una breve historia de las mujeres en prisión y de las condiciones de las cárceles en Latinoamérica. Posteriormente se va desarrollando de manera paulatina, siguiendo el orden de los objetivos específicos, las diferentes variables tomadas para caracterizar la psicología de las mujeres en prisión: El nivel de las habilidades sociales, nivel de resiliencia, la expresión de la ira y los principales mecanismos de defensa en mujeres privadas de libertad del penal de Morros Blancos, lo cual ayudara a comprender mejor el trabajo de investigación.

3. 1. PRIVACIÓN DE LIBERTAD.

Se denomina pena privativa de libertad a un “tipo de pena impuesta por un juez o tribunal como consecuencia de un proceso penal y que consiste en quitarle al reo su efectiva libertad personal ambulatoria (es decir, su libertad para desplazarse por donde desee), fijando que para el cumplimiento de esta pena el sentenciado quede recluso dentro de un establecimiento especial para tal fin”. (Martín y Vila, 2016 p. 41).

3.1.1. Mujeres en prisión.

La prisión surgió, así, para el castigo físico de las personas que cometían ciertos actos, buscando causarles daño y dolor, y sin tener en cuenta que, hubieran hecho lo que hubieran hecho, seguían siendo personas, pues sólo se basaban en que el uso de la violencia era ya algo legítimo de los estados. Esta institución ha cumplido con el papel de medida de control social, sin tener en cuenta que es a la vez una construcción o una edificación en la que viven y comparten pocos o muchos meses y años de sus vidas las personas encarceladas. La institución de la cárcel intenta cumplir con unos objetivos sociales muy concretos, como son el castigo de

las actitudes y de los actos de los conocidos como "delincuentes", y el restablecimiento de la personalidad de los castigados (lo que conocemos como "rehabilitación"). A día de hoy, se puede decir que hemos avanzado, y que el dolor y el daño no son objetivos de la prisión. (Del Pozo, 2015).

Se ha considerado que las mujeres que cometían un delito, además de ser unas desviadas, hablando en términos delictivos, también lo eran de una forma social, y ahí empezaba su doble castigo. Las normas legales son las que establecen las legislaciones, pero hay ciertos castigos que las acompañan que van unidos a ellas indirectamente, y que no son necesarios para las personas penadas. Y dentro de estos casos, hay que diferenciar entre los que afectan a hombres y a mujeres, pues, siendo objetivos, las mujeres sufren el doble castigo institucional y social por el mero hecho de pertenecer al sexo femenino en la población. Las instituciones penitenciarias fueron creadas por hombres para castigar a otros hombres, su origen no contó con que las mujeres también deberían ser castigadas si cometían delitos, tanto es así que no se tienen en cuenta sus características personales. La población femenina encarcelada no se destaca por número el (los presos masculinos suelen multiplicar por mucho el número de mujeres en prisión) y tampoco por agresividad (las conductas por las que acaban en prisión las mujeres suelen ser menos violentas). Y ello ha sido la causa del trato tan diferente que sufren en comparación con los hombres. En la mayor parte de las cárceles femeninas de latino américa son una copia de las cárceles masculinas. Las mujeres no están separadas en módulos diferentes para las clasificaciones según los grados, como existe en el caso de los hombres, y que se considera vital para ellos mismos y para su propia mejora y avance en la rehabilitación. (Del Pozo, 2015).

Hombres y mujeres siempre han tenido unas necesidades diferentes, tanto físicas, como psicológicas, como sentimentales. Esto se hace más evidente dentro de los centros penitenciarios, donde cada persona, dependiendo de su sexo, se comportará de una u otra manera, y necesitará unas atenciones u otras, y buscará la consecución de unos objetivos u otros. En definitiva, las personas encarceladas,

dependiendo de su sexo, tendrán una estancia, una vida (temporal, de acuerdo a la condena que cumplan) y unas consecuencias diferentes entre sí. (Del Pozo, 2015).

3.1.2. El perfil de las mujeres encarceladas.

Los diferentes estudios de las mujeres en prisión en latino américa demuestran ciertos rasgos comunes entre las internas. La mayoría de ellas han sufrido abusos sexuales y maltrato (que les dejan secuelas físicas y sobre todo psicológicas). En la infancia, que por lo general responde a una etapa de marginación, sin muestras o sentimientos de afecto, y en muchos casos en condiciones de pobreza y en ambientes relacionados con el alcohol y las drogas. En cuanto a la educación y el mundo laboral, llama la atención el nivel básico de instrucción, cercano al analfabetismo que muchas mujeres presentan, además de su pésima cualificación y nula experiencia laboral y profesional. (Filella et al, 2008).

Estas mujeres suelen pertenecer a ciertas minorías étnicas (habitualmente son provenientes de etnias originarias), y normalmente tienen una autoconcepción negativa de ellas mismas, pues se consideran diferentes o menos favorecidas que el resto de la población femenina. Cuando una mujer entra en prisión, se siente culpable, con angustia, también preocupada, no sólo por ella misma, sino por sus familiares y por sus parejas. Y esto genera en ella una actitud determinada que la perjudica en el desarrollo de su vida en prisión, y puede llegar a hacer que no evolucione y/o podría hacer hasta que no se rehabilite. Los diferentes estudios de mujeres en prisión concluyen que las mujeres son diferentes, y viven su encarcelamiento de forma diferente a los hombres y por ello hay que promover medidas específicas. (Filella et al, 2008).

Una investigación realizada en Chile con 68 mujeres privadas de libertad buscó describir su bienestar mental a partir de la escala WEMWBS. Los resultados mostraron que, en promedio, las internas alcanzaron un puntaje de 53,8 sobre 70, lo que indica un nivel de bienestar moderado. Aunque la mayoría manifestó sentirse útil y con capacidad de realizar tareas en algún momento, un número importante

expresó limitaciones en aspectos emocionales y relacionales, señalando que rara vez se sentían relajadas, cercanas a otras personas o con la posibilidad de tomar decisiones propias. El análisis cualitativo complementario reveló que estas dificultades se relacionaban con el estrés constante generado por la vida en prisión, la pérdida de autonomía, el contacto limitado con las familias y la sobrecarga del trabajo penitenciario, que si bien proporcionaba cierta sensación de utilidad, también producía agotamiento. Estos hallazgos reflejan que el perfil de las mujeres encarceladas combina recursos de adaptación con importantes carencias emocionales y sociales, lo que evidencia la necesidad de diseñar programas que fortalezcan su salud mental, promuevan vínculos afectivos significativos y favorezcan un proceso de reinserción social más saludable .(Henríquez, L., Sánchez, C., & Mella.2023).

Es necesario un sistema especial y específico para tratar a las mujeres encarceladas en las prisiones. Un sistema que tenga en cuenta que el sexo de una persona la hace diferente, y hace que necesite un trato diferente. Y con "diferente" no es necesario referirse a "mejor" ni a "preferencial", sino simplemente a "diferente", puesto que una mujer y un hombre tienen que ser tratados diferentes porque tienen necesidades diferentes, pero sin necesidad de ser tratados de mejor o peor forma en referencia a su sexualidad. Todas las personas encerradas en prisión por la comisión de delitos deben tener el mismo trato, pero teniendo en cuenta que presentan unos requisitos y unas obligaciones diferentes, es decir, deben tratarse en atención a sus necesidades. (Filella et al, 2008).

3.1.3. Las consecuencias del encarcelamiento de las mujeres con hijos.

La existencia de tan pocos centros adaptados a mujeres causa dificultades, no solamente al Gobierno responsable de poder hacer cumplir las sentencias privativas de libertad, sino a las propias condenadas, que tienen que alejarse de sus vidas y ser privadas de libertad en centros que no pueden elegir. Además, aquellas que van a las prisiones de hombres con departamentos para ellas, sufren las políticas masculinas que priman en la prisión, disponiendo de menos recursos. Y las que van

a los centros para el sexo femenino, pero situados en las cárceles de hombres, aunque no predominen esas políticas para hombres, tampoco disfrutaban de espacios adaptados a sus necesidades, ni a las de sus hijos (no suelen tener zonas para guarderías para los infantes). (Graziosi, 2016).

Una de las grandes preocupaciones de las mujeres encarceladas es la presencia (o ausencia) de sus hijos menores de edad. Algunas legislaciones de países latinoamericanos contemplan la posibilidad de que los hijos menores permanezcan con sus madres por un periodo que va desde su nacimiento hasta los cuatro años de edad. En algunos casos, este periodo se ha extendido hasta los 11 años. Esta situación hace que los niños compartan el espacio y las condiciones de detención con el resto de las mujeres. En la mayor parte de los casos no hay establecimientos carcelarios que cuenten con espacios suficientes para construir guarderías, ya sea para los hijos que viven con sus madres o para los que las visitan. (Graziosi, 2016).

El hecho de que los hijos menores de edad vivan con sus madres depende muchas veces de la capacidad física del establecimiento y del grado de hacinamiento. Cuando la legislación o los reglamentos internos lo permiten, las guarderías se improvisan en piezas o cubículos no preparados, sin atención médica especializada. Esta situación, además de constituir una clara violación a los derechos humanos, implica un fuerte mecanismo de control social de la mujer, ya que las reclusas se ven obligadas a mantener una conducta sumisa para que las autoridades penitenciarias les permitan conservar a sus hijos. Por otro lado, aquellas madres que conviven con sus hijos en las cárceles ven restringido su acceso a los programas laborales y educativos, ya que deben ocuparse de su cuidado. (Graziosi, 2016).

Separar a las mujeres de sus hijos es una forma de tortura, pues éstos sin duda hacen más llevadera la vida en prisión. De todos modos, esto puede significar una socialización negativa para los niños, que pueden verse expuestos a situaciones de violencia. Sin embargo, la falta de opciones para estos menores, pues existen

muy pocos centros que reciban a los hijos menores de edad de las mujeres privadas de su libertad y casi todos están en manos privadas, dificulta la solución de este problema. Muchos de estos niños terminan en la calle, acrecentando los problemas sociales. Todo esto se explica, en definitiva, por la estructura familiar centrada en la madre que prevalece en nuestra sociedad, caracterizada por la ausencia total o parcial del padre. (Jiménez, 2004).

Otra situación, también dolorosa, es la de las madres lactantes o que acaban de dar a luz. Aunque algunas legislaciones permiten la detención domiciliaria en tanto dure el periodo de embarazo y lactancia, esto no siempre se contempla en la norma jurídica o en los programas penitenciarios de todos los países latinoamericanos pues implica mayor presupuesto para los gobiernos. Las entrevistas realizadas con madres que pasaron por esta situación permiten indicar que las mujeres que van a dar a luz son conducidas a un hospital público, donde se las trata en forma discriminadora y vejatoria debido a su condición de trasgresoras. (Jiménez, 2004).

Un aspecto del régimen penitenciario claramente discriminatorio para las mujeres es el de la visita íntima. Muy pocas cárceles latinoamericanas de mujeres han reglamentado este derecho que, aunque quizás no esté formalmente negado, no se ha implementado debidamente. Y en los pocos establecimientos en donde existe la visita íntima o familiar para las mujeres, éstas son objeto de fiscalizaciones y exigencias que los hombres reclusos no sufren, como el uso forzoso de anticonceptivos o la obligación de estar casada o mantener un vínculo de pareja estable con el visitante. Del mismo modo, hay que señalar la discriminación de las mujeres reclusas lesbianas, a quienes se les niega el derecho a recibir visitas íntimas de sus compañeras. La discriminación queda más clara si se tiene en cuenta que, lejos de lo que ocurre con las mujeres, en algunas cárceles bolivianas de hombres se permite el ingreso de prostitutas, sin control sanitario alguno. (Jiménez, 2004).

Otra grave violación a los derechos sexuales y reproductivos es la falta de atención médica especializada. Una investigación realizada en Centroamérica constató la falta de médicos ginecológicos y de pediatras para los hijos que

conviven con sus madres. Pero la situación de los hijos, la falta de atención médica adecuada y las visitas íntimas no son las únicas formas de discriminación que sufren las mujeres en las cárceles. A ellas debemos añadir las situaciones de violencia sexual, un tema denunciado por organizaciones como American Watch y Amnistía Internacional. Debido a estas denuncias cada vez más frecuentes, se ha conseguido que la custodia de las prisiones femeninas esté a cargo de mujeres. Sin embargo, en algunos países latinoamericanos la vigilancia externa sigue a cargo de policías, que en muchas ocasiones abusan sexualmente de las detenidas, particularmente cuando las acompañan a las audiencias de sus juicios. (Jiménez, 2004).

3.1.4. Las mujeres en las cárceles bolivianas.

La población femenina privada de libertad, en la actualidad es del 20%; los hombres privados de libertad constituyen más del 80% de la población penitenciaria. Los delitos identificados, por los cuales se procesa y condena a las mujeres con el tiempo y desarrollo de las sociedades, ha ido variando ya no sólo contemplando delitos relacionados con el ámbito familiar, sino delitos de narcotráfico. Así, se encuentra a mujeres jefas de hogar vinculadas al narcotráfico como “transportadoras o mulas”; a mujeres jóvenes que tienen problemas de consumo y cometen delitos contra la propiedad para satisfacer la dependencia y los casos de mujeres que cometen homicidio y asesinato, en algunos casos, como respuesta y salida a una larga historia de violencia contra ella y cometida por sus cónyuges. (Suxo, 2015).

El 90% de la población penitenciaria femenina se encuentra entre los 22 y los 59 años de edad, el 8% es adolescente y 2% pertenece a personas mayores. Cada población representa grupos con necesidades específicas, a pesar de ser todas mujeres en privación de libertad. En Santa Cruz, La Paz y Cochabamba (el eje central) existe el índice más alto de mujeres adolescentes. La situación procesal de las mujeres refleja el estado del sistema procesal penal de todo el país, caracterizado por la retardación de justicia y con el uso de la detención preventiva como regla, mostrando las fallas en el cumplimiento del principio de celeridad. El 76% de las

mujeres se encuentra en detención preventiva y sólo el 24% que tienen sentencia ejecutoriada, comparten los establecimientos penitenciarios de varones, separadas de manera improvisada. (Suxo, 2015).

La situación procesal de las mujeres privadas de libertad es reflejo de la asistencia legal que reciben. El 57% de ellas no tiene abogado/a de Defensa Pública, por carecer de recursos económicos y el 41% cuenta con abogados particulares. Como se sabe, la Defensa Pública tiene mucha carga procesal, lo que resta efectividad a todas sus intervenciones. Por otro lado, en cuanto a los/as abogados particulares, los testimonios recogidos dan cuenta que la impunidad campea porque cobran, les visitan e informan al principio y luego desaparecen porque, en gran parte de los casos vistos, las mujeres no tienen familiares o amigos/as que les apoyen en el seguimiento a sus causas. Por esto, hay abandono de los casos. Este aspecto es mucho peor para las mujeres de otros departamentos, de otras provincias y extranjeras. El 38% corresponde a mujeres solteras, 25% casadas, 25% en concubinato, 6% a viudas, 3% divorciadas; cada grupo tiene características que reflejan diferencias en cuanto a las obligaciones económicas y el régimen de visitas que, por ser mujeres y madres, inciden en el estado emocional de ellas. (Suxo, 2015).

Las mujeres embarazadas se encuentran concentradas en el Centro de Orientación Femenina de Obrajes en La Paz, Morros Blancos en Tarija, Palmasola en Santa Cruz y San Sebastián en Cochabamba. En cuanto a la situación legal de las mujeres, alrededor del 70% se encuentra en detención preventiva y menos de un tercio con condena. Las embarazadas, las mujeres mayores y las extranjeras, principalmente, no pueden acceder al beneficio de la detención domiciliaria, básicamente por los costos que implica su ejecución. De manera general, todos los grupos de mujeres mencionados están acusadas por delitos de narcotráfico en cifras que superan el 60% y cerca de un tercio están vinculadas con homicidio, robo, falsedad material. (Suxo, 2015).

Dentro y fuera de los recintos, se evidencian al interior de los establecimientos penitenciarios muchas manifestaciones de violencia: entre

mujeres que tienen condena y “antiguas” a las nuevas y sin condena; de las nacionales a las extranjeras; de las mayores a las jóvenes; de las “urbanas” contra las indígenas originaria campesinas; de las lugareñas hacia las de otros departamentos o provincias; del personal de seguridad hacia el conjunto de mujeres; pero, fundamentalmente, a las adolescentes y extranjeras. Más de un tercio de la población femenina, en promedio, es separada, divorciada o abandonada; es decir es jefa de hogar y tiene hijos/as a su cargo. Algunas viven con sus niños al interior de los recintos y comparten su alimentación con ellos. Las solteras se concentran, en más del 40%, en las adolescentes y jóvenes; aunque gran parte de ellas tiene hijos. Alrededor del tercio son casadas o concubinas. Casi la totalidad de mujeres ha reportado haber vivido violencia en su relación con su cónyuge. (Suxo, 2015).

3.2. HABILIDADES SOCIALES

3.2.1. Concepto de habilidades sociales.

Las habilidades sociales nos sirven para desempeñarnos adecuadamente ante los demás. Son formas de comunicarnos tanto verbal como no verbalmente con las otras personas. Son aquellos comportamientos eficaces en situaciones de interacción social. Las habilidades sociales son el arte de relacionarse con las demás personas y el mundo que nos rodea. Las habilidades sociales “Son el conjunto de respuestas verbales y no verbales, parcialmente independientes en situacionalmente específicas, a través de las cuales un individuo expresa en un contexto interpersonal sus necesidades, sentimientos, preferencias opiniones o derechos sin ansiedad excesiva y de manera no aversiva, respetando todo ello en los demás, que trae como consecuencia del auto reforzamiento y maximiza las probabilidades de conseguir refuerzo externo”. (Gismero, 2000, 59).

3.2.2. Clasificación general de las habilidades sociales

Las habilidades sociales han sido clasificadas de diferentes maneras. Una de las clasificaciones de mayor consenso es la postulada por Salovey y Mayer, que

ha servido de base para diferentes investigadores. Según estos autores las habilidades sociales se clasifican en:

- **Empatía.** Capacidad de ponerse en el lugar de la otra persona.
- **Inteligencia emocional.** La inteligencia emocional es la habilidad social de una persona para manejar los sentimientos y emociones, discriminar entre ellos y utilizar estos conocimientos para dirigir los propios pensamientos y acciones.
- **Asertividad.** Haciendo referencia a la habilidad para ser claros, francos y directos, diciendo lo que se quiere decir, sin herir los sentimientos de los demás ni menospreciar la valía de los otros, sólo defendiendo sus derechos como persona.
- **Capacidad de escucha.** Es decir, ser capaz de escuchar con comprensión y cuidado, entendiendo lo que la otra persona quiere decir y transmitiendo que hemos recibido su mensaje.
- **Capacidad de comunicar sentimientos y emociones.** Poder manifestar ante las demás personas nuestros sentimientos de una manera correcta, ya sean positivos o negativos.
- **Capacidad de definir un problema y evaluar soluciones.** Es decir, la habilidad de una persona para analizar una situación teniendo en cuenta los elementos objetivos. Así mismo, los sentimientos y necesidades de cada uno.
- **Negociación.** Capacidad de comunicación dirigida a la búsqueda de una solución que resulte satisfactoria para todas las partes.
- **Modulación de la expresión emocional.** Habilidad de adecuar la expresión de nuestras emociones al entorno.
- **Capacidad de disculparse.** Ser conscientes de los errores cometidos y reconocerlos.
- **Reconocimiento y defensa de los derechos propios y de los demás.** Habilidad de ser consciente de nuestros derechos y los de los demás y defenderlos de una manera adecuada. (Salovey y Mayer 1990, citado por Sánchez y Moreno, 2018).

Para Gismero (2000), autora que se toma en esta tesis para medir las habilidades sociales, esta se clasifica en seis grupos:

Las habilidades sociales primarias, que consisten en escuchar, iniciar una conversación, mantener una conversación, formular una pregunta, dar las gracias, presentarse, presentar a otras personas y hacer un cumplido.

Las habilidades sociales avanzadas, que consisten en pedir ayuda, participar, dar instrucciones, seguir instrucciones, disculparse y convencer a los demás.

Habilidades relacionadas con los sentimientos, que consisten en conocer los propios sentimientos, expresar sentimientos, comprender los sentimientos de los demás, enfrentarse con el enfado de otro, expresar el afecto, enfrentar el miedo y auto recompensarse.

Habilidades alternativas a la agresión, consisten en pedir permiso, compartir algo, ayudar a los demás, negociar, emplear el autocontrol, defender los propios derechos, responder a las bromas, evitar los problemas con los demás y no entrar en peleas.

Habilidades para hacer frente al estrés, que consisten en formular una queja, responder a una queja, demostrar deportividad tras un juego, resolver la vergüenza, arreglárselas cuando le deja de lado, defender a un/a amigo/a, responder a la persuasión, responder al fracaso, enfrentarse a los mensajes contradictorios, prepararse para una conversación difícil y hacer frente a presiones del grupo.

Habilidades de planificación, que consisten en tomar iniciativa, discernir sobre la causa de un problema, establecer un objetivo, determinar las propias habilidades, recoger información, resolver los problemas según importancia, tomar una decisión y concentrarse en una tarea. (Gismero, 2000)

3.2.3. Dimensiones en la Escala de habilidades sociales

Las dimensiones en la escala de habilidades sociales de Gismero son:

Autoexpresión en situaciones sociales. Es la autoexpresión en situaciones sociales; hace mención a las habilidades de expresarse uno mismo de manera espontánea y sin ansiedad en diversas situaciones, ya sea en una entrevista laboral o en una reunión social.

Defensa de los propios derechos como consumidor. Refleja la expresión de conductas asertivas frente a desconocidos en defensa de los propios derechos en situaciones de consumo (no dejar colarse a alguien en una fila o en una tienda, pedir a alguien que habla en el cine que se calle, pedir descuentos, devolver un objeto defectuoso, etc).

Expresión de enfado o disconformidad. Hace referencia a la capacidad de expresar enfado o sentimientos negativos justificados y / desacuerdos con otras personas. Una puntuación baja indicia la dificultad para expresar discrepancias y el preferir callarse lo que a uno le molesta con tal de evitar posibles conflictos con los demás (aunque se trate de amigos o familiares).

Decir no y cortar interacciones. Esta dimensión refleja la habilidad para cortar interacciones que no se quieren mantener (tanto con un vendedor como con amigos que quieren seguir charlando en un momento en que queremos interrumpir la conversación, o con personas con las que no se desea seguir saliendo o manteniendo la relación) así como el negarse a prestar algo cuando nos disgusta hacerlo. Se trata de un aspecto de la aserción en lo que lo crucial es poder decir no a otras personas y cortar las interacciones - a corto o largo plazo - que no se desean mantener por más tiempo.

Hacer peticiones. Esta dimensión refleja la expresión de peticiones a otras personas de algo que deseamos, sea a un amigo (que nos devuelva algo que le prestamos que nos haga un favor) o en situaciones de consumo (en un restaurante no nos traen algo tal como lo pedimos y queremos cambiarlo, o en una tienda nos dieron mal el cambio) Una puntuación alta indicaría que la persona que la obtiene es capaz de hacer peticiones semejantes a estas sin excesiva dificultad mientras

que una baja puntuación indicaría la dificultad para expresar peticiones de lo que queremos a otras personas.

Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto. Hace referencia a la habilidad para iniciar interacciones con el sexo opuesto (una conversación, pedir una cita...) y de poder hacer espontáneamente un cumplido un halago, hablar con alguien que te resulta atractivo. En esta ocasión se trata de intercambios positivos. Una puntuación alta indica facilidad para tales conductas, es decir tener iniciativa para comenzar interacciones con el sexo opuesto y para expresar espontáneamente lo que nos gusta del mismo. Una baja puntuación indicaría dificultad para llevar a cabo espontáneamente y sin ansiedad tales conductas. (Gismero, 2000)

3.3. RESILIENCIA

3.31. El concepto de resiliencia.

La palabra resiliencia se refiere a la capacidad de sobreponerse a momentos críticos y adaptarse luego de experimentar alguna situación inusual e inesperada. No es posible hablar de hechos estresantes, críticos o traumáticos, sin referirse a la resiliencia. La resiliencia es indispensable para soportar situaciones traumáticas, como la reclusión en una penitenciaría. La resiliencia es “La capacidad de sobreponerse ante la adversidad. El conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan tener una vida “sana” viviendo en un medio “insano”. Estos procesos dependen de afortunadas combinaciones entre atributos del sujeto y su ambiente familiar, social, y cultural”. (Wagnild y Young, 1993, 17).

Sin embargo, la resiliencia, como dimensión científica, es relativamente reciente. Hasta hace pocos años la palabra resiliencia no aparecía en el diccionario de la Real Academia Española de la Lengua. Esta palabra es importada de otras lenguas como el inglés que contiene términos similares: resiliente, resiliency; así como de otras lenguas románicas como el francés resilir o resilience. Más allá de la importación del término, el vocablo tiene su origen etimológico a principios del

siglo XVI proveniente del latín resilio y resilire, cuyo significado se asocia al hecho de dar un salto, saltar hacia o salir rebotado.

Actualmente la Real Academia Española señala en su versión online tres acepciones al término resiliencia. En primer lugar, la resiliencia se relaciona con la psicología y se define como la “capacidad humana de asumir con flexibilidad situaciones límite y sobreponerse a ellas”. En segundo lugar, la resiliencia se vincula a la ingeniería mecánica como la “capacidad de un material elástico para absorber y almacenar energía de deformación”. En tercer lugar, desde el campo de la ecología, cuyo significado de la resiliencia es la “capacidad de un ecosistema de recuperar la estabilidad en ser afectado por perturbaciones o inferencias” o la “capacidad de responder a las perturbaciones o desajustes del ciclo de la materia de un ecosistema y de recuperar la misma composición específica”. (Melillo, 2004 p.31).

3.3.2. Factores que influyen en la resiliencia.

La resiliencia está estrechamente relacionada tanto con las características, habilidades, capacidades y cualidades personales; con las características y cualidades del ambiente familiar, social y cultural donde una persona se desarrolla; así como con las relaciones que se establezcan entre estos contextos y la persona. La resiliencia está relacionada con las características de la persona, de su entorno y de los contextos en los que la persona interactúa. Es en esta interacción con el medio donde pueden darse situaciones de riesgo y donde pueden desarrollarse respuestas más o menos ajustadas. La resiliencia se entiende como una predisposición a desarrollar una respuesta más ajustada de la que a priori debería darse delante de una situación adversa en un contexto determinado; como un proceso dinámico de carácter evolutivo que implica una adaptación personal y social positiva del individuo a pesar de la exposición a riesgos muy significativos.

No obstante, no es tanto la persona la que es resiliente, sino que lo es su evolución y proceso de vertebración de su propia historia vital. Dado que la

resiliencia representa una manifestación de una conducta adaptativa delante de una situación de riesgo, lo que determina la respuesta es el equilibrio entre los factores y mecanismos que facilitan una respuesta adaptativa (factores de protección) y los factores y mecanismos que dificultan dicha respuesta (factores de riesgo). Los factores de protección hacen referencia a las influencias que modifican, mejoran o alteran la respuesta de una persona ante algún riesgo que predispone a un resultado no adaptativo.

En cambio, los factores de riesgo se entienden como “aquellas condiciones biológicas, psicológicas o sociales que aumentan la probabilidad de que aparezca una determinada conducta, situación o problema que comprometen en menor o mayor medida el ajuste personal y social de las personas”. (Heyzer, 2001 p. 27).

La conjunción de factores de riesgo y de protección es lo que determina una respuesta más o menos ajustada, siendo estos factores los que permiten comprender qué elementos influyen en que una persona tenga una respuesta más o menos adaptativa, a la vez que permiten comprender por qué una persona está más vulnerable o más resiliente.

En otras palabras, los factores de riesgo y factores de protección se conjugan entre sí determinando una respuesta más o menos ajustada de una persona ante una situación de riesgo en interacción con su entorno. La presencia de un factor puede darse en presencia o ausencia de otro, pudiendo haber una relación multicausal que determine la situación de riesgo. Los factores de riesgo no son equiparables a experiencias negativas directas, puesto que cada persona puede percibir una situación de riesgo de formas muy distintas, e incluso, lo que para una persona representa una situación de riesgo, para otra quizás no lo sea. De igual modo, los factores de protección no son equiparables a experiencias positivas directas ya que siempre se manifiestan de modo indirecto ante la presencia de riesgos, modificando en un sentido comparativamente más adaptativo que el esperable.

Otra característica a tener en cuenta es la dimensión temporal de los factores de riesgo y de protección. Ambos pueden ir asociados a situaciones permanentes o transitorias. De tal modo que un factor de riesgo o de protección puede estar presente en una situación a lo largo de toda la vida de la persona o por el contrario, puede manifestarse en momentos puntuales, e incluso puede presentarse de forma intermitente en diferentes momentos de la vida. Esto significa que la resiliencia puede cambiar con el tiempo, sobre todo si la persona se enfrenta a riesgos muy altos, así como en función de la percepción del riesgo que tenga, pudiendo manifestarse en algunos aspectos, situaciones y contextos vitales y en otros no.

En cuanto a la relación entre violencia de género y resiliencia no se puede asegurar que en aquellas personas en las que se da una situación traumática siempre se dará conflictos con la resiliencia, o más bien dicho, que tendrán una resiliencia baja. Esto se debe a que tanto la persona como sus contextos de desarrollo también contribuyen activamente a los resultados que produce la combinación de factores de riesgo y factores de protección. Las personas responden de manera peculiar a dichas influencias y afrontan mejor o peor la resolución de sus quehaceres vitales.

Por último, la resiliencia se considera como una capacidad que puede ser fomentada y desarrollada, un proceso de crecimiento, de adaptación y superación, que enfatiza las fortalezas y los aspectos positivos de los seres humanos. Esta adaptación personal y social suele resultar de una buena capacidad para utilizar los recursos internos y externos que permiten a las personas enfrentarse con éxito a la adversidad. Gran parte de las capacidades resilientes se observan en el tipo de relaciones e interacciones concretas que las personas son capaces de establecer en su entorno familiar y social.

Esta concepción actual de la resiliencia no ha sido siempre igual, siendo su recorrido mucho más rico y amplio. Quedarse en este nivel daría una visión muy empobrecida, con una falta notable de matices, sobre la evolución que ha ido tomando la resiliencia. Por lo tanto, en las siguientes páginas se profundiza en los

antecedentes del concepto en las distintas corrientes que se han ido dibujando con el tiempo. (Heyzer, 2001).

3.3.3. Construcción de la resiliencia en el contexto familiar.

El principal factor influyente en la construcción de la resiliencia es la familia. Diversos estudios han demostrado que la resiliencia se transmite a través de los patrones conductuales a los cuales se ha visto expuesto el individuo en la dinámica familiar. La familia resiliente es la que se desenvuelve en una dinámica de interacción positiva, basada en el afecto y el apoyo mutuos, protege a sus miembros de circunstancias negativas del entorno social y estimula la formación y la autonomía de los hijos. De esta manera, ayudándoles a ser competentes como futuros adultos, las familias contribuyen al desarrollo de la resiliencia. Los factores internos del individuo y los factores del entorno inmediato que favorecen la resiliencia son difíciles de diferenciar, pues están íntimamente relacionados. Se sabe que se reducen las fuentes de estrés infantil al poseer una buena constitución física y un sistema inmunitario adecuado, en la ausencia de contagios y enfermedades importantes, cuando las intervenciones médicas son puntuales y de carácter preventivo. Un niño fundamentalmente sano y de apariencia agradable tiene más posibilidades de evolucionar sin trastornos psicológicos que un niño con anomalías físicas, discapacidades y necesitado de cuidados socio-sanitarios (Gismero 2000.)

Tanto el desarrollo prenatal como las maneras de realizar la crianza en las primeras edades remiten a las características de los padres, su formación y equilibrio mental. Incluso las actitudes positivas de los padres pueden contribuir a hacer más llevaderas las dificultades derivadas de ciertas limitaciones físicas, discapacidades o enfermedades de los hijos. El temperamento ha sido destacado como uno de los factores constitucionales no inmediatos que favorecen la resiliencia. Los niños de temperamento fácil, los que sonríen, los que agradan a primera vista, los que olvidan con prontitud las pequeñas frustraciones de cada día, son fáciles de educar y atender, y vinculándose socialmente de manera adecuada

construyen un recurso protector que les puede llevar a ser resilientes. En cambio, el temperamento difícil, asociado a la actividad excesiva o muy escasa, la destructibilidad, el negativismo, altos niveles de reactividad e irritabilidad supone un riesgo de alteraciones psicológicas posteriores. (Villavicencio y Sebastián. 2001).

Habría que pensar si lo que llamamos temperamento no está a su vez influido por las condiciones de desarrollo prenatal, las cuales remiten a la salud física y emocional de la madre y a sus condiciones de vida. El temperamento del recién nacido influye en las primeras cadenas de interacción con los padres, pero el inicio de las relaciones no determina toda la personalidad del niño. Si coinciden un temperamento difícil, unos padres problemáticos y en unas condiciones sociales desfavorables, las relaciones se pueden volver muy conflictivas desde el principio. Incluso desde antes de nacer, la vida del niño está asociada a las personalidades, historias, condiciones, expectativas y valores de los padres.

La confluencia positiva de estos factores puede favorecer la creación de un nicho ecológico estable y favorable a la vinculación afectiva segura. El niño pequeño es capaz de adaptarse positivamente a distintos escenarios o climas familiares. La formación del apego seguro en un entorno familiar afectuoso y estable es uno de los mejores factores de protección y de desarrollo de la resiliencia para el niño. La estabilidad o inestabilidad temprana del medio permite poner en marcha ciertos aspectos del temperamento como la reactividad a la frustración y crear estilos de afrontamiento más tendentes a la resistencia o a la vulnerabilidad. El apego seguro y el clima familiar positivo y protector proporcionan seguridad y establecen las condiciones para la exploración y el conocimiento del medio, para ampliar el marco de relaciones sociales y en definitiva para progresar en la autonomía, competencias de la infancia todas ellas protectoras frente a las adversidades futura. (Villavicencio, 2001).

La mayoría de las características individuales asociadas a la resiliencia proceden de la educación y por lo tanto pueden aprenderse. En los distintos contextos socioeducativos las relaciones protectoras que contribuyen a la resiliencia

son aquellas en las que se acepta al niño tal cual es, le transmiten un sentimiento de persona digna, valiosa, merecedora de afectos y atenciones, las que permiten trabar una relación constructiva. Un niño puede creer que la vida tiene sentido positivo y puede superar o sobrellevar una situación difícil cuando siente que es aceptado por alguien significativo para él y, al mismo tiempo, es alguien en quien poder focalizar sus necesidades de afecto de forma estable.

La relación que confiere al niño sentimientos de seguridad afectiva, altos niveles de autoestima y autoeficacia, promueve la autonomía, establece metas adecuadas a sus características y posibilidades, facilita las relaciones extrafamiliares y la formación de amistades, que es proporcionada por padres de todo tipo de contextos sociales, posibilita superar las adversidades y evitar los trastornos psicológicos. Cualquiera que sea la forma de estructuración, la familia sigue siendo el espacio de refugio en las dificultades personales y el punto de apoyo para los nuevos proyectos, en todas las etapas de la vida. No obstante, la construcción de la resiliencia trasciende el ámbito familiar hasta la comunidad. Los individuo y las familias pueden encontrar apoyos sociales entre sus parientes, vecinos, grupos y asociaciones. Se debería profundizar en el estudio de las características de las comunidades que pueden cumplir esa función de resiliencia para los individuos y familias en riesgo de descompensación. (Villavicencio, 2001).

3.3.4. Resiliencia según el Modelo teórico de Wagnild y Young.

El presente estudio, se basa en el modelo propuesto por Wagnild y Young (1993). Los autores entienden la resiliencia como un rasgo de la personalidad que modera el efecto negativo del estrés y promueve la adaptación de la persona. Para los autores la resiliencia

implica vigor, valentía y adaptabilidad ante los infortunios de la vida. Además, consideran que las personas deben desarrollar una serie de recursos que favorezcan la resolución de conflictos en su día a día y que permitan su adaptación a nivel conductual. (Wagnild y Young 1993).

Para los autores mencionados la resiliencia posee las siguientes dimensiones:

1. Ecuanimidad: Es la posesión de un fuerte deseo de continuar la lucha para conseguir logros u objetivos personales, no rendirse y mantenerse firme frente a lo adverso o situaciones complejas. Hace referencia al equilibrio que debe existir entre las experiencias y la propia vida, estados de tranquilidad o serenidad para la mente permitiendo al individuo no ser dominado por sus emociones, por el contrario, obtendrán un adecuado manejo de las adversidades tomando decisiones correctas. Refiere a la postura inquebrantable que adopta el sujeto para enfrentar la situación, caracterizándose por una respuesta tranquila, ajustándolo a su experiencia y sin desmoronarse a ella. Se entiende como el enfoque balanceado de la vida de las internas y de sus experiencias, moderando así las respuestas extremas ante la adversidad.

2. Sentirse Bien Solo: Equivale a entender que la vida de cada individuo es exclusiva e importante genera satisfacción, existen situaciones que deben ser afrontadas solas, para conocer el significado de libertad. La capacidad de disfrutar la vida sin depender de alguien o de un grupo. Resalta la libertad de disfrutar la vida en independencia de grupos sociales que formen parte de un factor de riesgo, con la capacidad de no dejarse influenciar en sus formas de diversión o costumbres apegadas a lo socialmente correcto. Se entiende como el camino único de cada persona que, si bien algunas experiencias son compartidas, existen otras que se enfrentan individualmente.

3. Confianza en sí mismo: Es la habilidad de creer y depender de sí mismo, reconociendo fortalezas y debilidades, aspectos clave que ayudaran a enfrentar de mejor manera los infortunios. Pone en manifiesto la valía personal y el sentimiento de respaldo a ella, así como, la capacidad para sentirse y mostrarse autónomo en decisiones y actitudes a las

situaciones adversas. Es definida como la creencia que tiene uno de sus propias capacidades y limitaciones.

4. Perseverancia: Refiere a la postura inquebrantable que adopta el sujeto para enfrentar la situación, caracterizándose por una respuesta tranquila, ajustándolo a su experiencia y sin desmoronarse a ella. Es el acto de persistir a pesar del desaliento o la adversidad, además involucra la voluntad de las mujeres privadas de libertad a persistir en la batalla para reconstruir la vida de uno y practicar la autodisciplina.

5. Satisfacción personal: Significa encontrar el propósito o significado que existe en la vida y el cometido que esta tiene contribuirá a que el individuo pueda alcanzar plenitud y obtenga la idea de que en la vida todos somos importantes y necesarios. El grado en que el actor es capaz de encontrarle sentido a su vida y sentirse satisfecho de ella, al encontrarle un sentido positivo y constructivo. Hace referencia al propósito en la vida y a la razón para vivir propio de cada una de las internas dentro del penal.. (Wagnild y Young 1993).

En la adaptación peruana (Novella, 2002) estos son los factores de la Resiliencia:

1. Ecuanimidad: Denota una perspectiva balanceada de la propia vida y experiencias, tomar las cosas tranquilamente y moderando sus actitudes ante la adversidad.
2. Sentirse bien sólo: Nos da el significado de libertad y que somos únicos y muy importantes.
3. Confianza en sí mismo: Habilidad para creer en sí mismo, en sus capacidades.
4. Perseverancia: Persistencia ante la adversidad o el desaliento, tener un fuerte deseo del logro y autodisciplina.
5. Satisfacción personal: Comprender el significado de la vida y cómo se contribuye a esta.

3.4. EXPRESIÓN DE LA IRA

3.4.1. El concepto de expresión de la ira.

Desde inicios de la vida humana manifestamos emociones para poder comunicarnos con nuestros semejantes, dentro de ellos, la ira, que es una emoción que se puede presentar desde la niñez hasta la vejez, ya que es propia del ser humano, sin embargo, esta solo es una parte, ya que existe la agresividad, la rabia, la cólera, etc., que diferentes autores manifiestan sus posturas y los niveles de cada una de ellas. La ira tiene dos fuentes: una primaria, en donde considera que surgen consecuencias a raíz de un acontecimiento específico; y una valoración secundaria, donde se realiza una evaluación cognitiva que permitirá balancear la capacidad del sujeto para afrontar la situación a la que se enfrenta. Si bien la ira es un sentimiento de enfado muy grande y violento, sin embargo, dicha emoción no siempre es expresada de manera abierta. A ese proceso de expresión o contención se denomina: Expresión de la ira. La expresión de la ira es el “estado emocional y consiguiente expresión conductual que incluye sentimientos de variada intensidad, desde una ligera irritación a una rabia o furia intensa, acompañada o no de correlatos conductuales.” (Spielberger, et, al, 1983 p.10).

3.4.1. La ira como estado – rasgo.

Spielberger (1983), menciona que la ira es un constructo psicológico innato y que se presenta antes que la hostilidad y la agresión y que podría ser originada por las limitaciones de no poder cumplir con sus objetivos; en este sentido la ira es un instrumento o medio para conseguir algo, pero también es un rasgo temperamental. La ira es una emoción innata, vista en los infantes de pocos días, la cual es originada cuando la persona presenta diversas dificultades y no puede cumplir con sus metas propuestas, respondiendo de manera negativa. Durante el proceso de socialización la ira descontrolada puede afectar las relaciones interpersonales, debido a que, puede responder con alta intensidad de la ira o también no responder manifestándose frustraciones en la persona. (Sebastián, 2016). Al ser

la ira una emoción está sujeta a un ciclo temporal. Empieza, alcanza su punto culmen y luego declina, a esto se denomina la ira como estado. Sin embargo, la ira puede entrar a formar parte de la personalidad y ser reconocida como un rasgo. La presencia momentánea de la ira se reconoce como estado, pero la permanencia subsecuente y repetida implica que forma parte de los rasgos estables del individuo. Spielberger, generó su propia teoría sobre el Rasgo y Estado en el estudio de la ira. Spielberger define a la ira como un estado emocional caracterizado por sentimientos de enojo o de enfado con intensidad variable, la hostilidad, en cambio, es la actitud y la agresividad es la conducta. Menciona la diferencia de los conceptos estado de ira y rasgo de ira. Define al estado de ira “como un estado emocional o condición que consta de sensaciones subjetivas de tensión, enojo, furia o rabia con activación arousal del sistema nervioso central” (Spielberger 1983 pag.7)

Por tanto, es preciso definir los términos básicos:

“La ira: Es una emoción negativa generada por estímulos que suponen una molestia, riesgo u obstáculo para el logro de un objetivo.

Estado de Ira: Es una condición caracterizada por sensaciones subjetivas y pasajeras de tensión, irritación, enojo, entre otros. Esta surge frente a un determinado estímulo.

Rasgo de Ira: Son las características de la personalidad de una persona, éstas marcan la frecuencia o tendencia a comportarse de una misma manera en diferentes situaciones.

Expresión de Ira: Es la respuesta física y psíquica ocasionada por la emoción negativa generada por los acontecimientos que pueden poner en peligro la integridad física y/o psíquica de una persona”. (Spielberger 1983 p. 8).

Las personas iracundas por lo general sufren de ataques desproporcionados de agresividad, pero esta decae pronto. La ira como estado emocional, es una reacción transitoria entre el individuo y el medio ambiente. En este caso, dicho estado emocional sugiere que un individuo siente o reacciona coléricamente en un determinado tiempo y lugar. La ira como estado emocional, es una condición

psicobiológica, la cual incluye sentimientos subjetivos negativos que varían en intensidad desde una pequeña irritación o molestia hasta furia o rabia intensa. Este estado de ira fluctúa en un período de tiempo como función de frustraciones, percepciones de afrontamiento, injusticia, o provocación. La ira como rasgo de personalidad, se refiere a las características de una persona en términos de una disposición o tendencia a reaccionar como un individuo.

“Cuando nos referimos a un individuo de carácter colérico, estamos describiendo un rasgo, no un estado emocional. Individuos con niveles elevados de ira/rasgo logran percibir un mayor número de situaciones que provocan ira (por ejemplo, molestia, irritación, enfado, rabia, furia) que aquellos sujetos con niveles bajos de ira /rasgo. Los primeros, son propensos a experimentar elevaciones en estados de ira con mayor frecuencia e intensidad bajo situaciones de dificultad, o frustración”. (Spielberger 1983p.9).

La ira debe ser ubicada en una dimensión continua, que va desde un punto neutro, hasta una explosión descontrolada de agresividad y violencia. La ira /estado y la ira /rasgo son términos conceptualmente distintos, sin embargo, están íntimamente relacionados. El primero es provocado o percibido bajo cierto contexto situacional; el segundo es sensible a esta provocación o percepción. Cuando nuestro interés de estudio está fijado en la ira como un estado emocional, se asume un grado de variabilidad en la reacción. Cuando dicho interés está dirigido a la ira como un rasgo emocional, se asume un grado de consistencia y estabilidad en la reacción. (Spielberger 1983).

3.4.2. Expresión de la ira (interna y externa).

La ira debe ser entendida como un sentimiento fundamentado por emociones e ideas vista desde punto de vista diferentes, estas se van transformando de manera cual los individuos expresan irritación en la conducta, incluso un enojo intenso. Existe una diferencia radical entre la emoción (estado) o sentimiento (rasgo) de ira y su expresión o no; según la personalidad los individuos expresan o

reprimen la ira. La ira es un componente emocional o afectivo que hace referencia a una emoción displacentera formada por sentimientos de intensidad variable, conlleva experiencia subjetiva con pensamientos y sentimientos característicos, activación fisiológica y neuroquímica, y un determinado modo de expresión o afrontamiento; existe consenso en definir la ira y sus formas, pero no en las formas y niveles de expresión de la misma. De lo anterior se desprende que la ira sea considerada como un concepto más básico que la hostilidad y la agresión. La ira traducida como comportamiento recibe también el nombre de agresividad.

Por su parte la agresión fue definida como la motivación para dirigir sus impulsos hacia la destrucción de los objetos o hacia el daño de una persona. Spielberger (1983) considera que la experiencia de ira puede estudiarse a partir de dos manifestaciones, ira estado e ira rasgo. La primera, es la experiencia temporal de sentimientos subjetivos de tensión, enfado, irritación o furia en respuesta a una serie de eventos; suele ir acompañada de aumentos en la activación fisiológica. La ira rasgo, por otro lado, se refiere a la disposición a experimentar episodios de ira de forma frecuente y/o pronunciada, que puede ser por la percepción de un amplio rango de situaciones como provocadoras, por la predisposición a experimentar de manera intensa conflictos y situaciones negativas, o debido a la interacción de ambas tendencias. Además, considera que hay dos modos fundamentales de expresión de la ira, interna y externa.

“La ira interna se define como la presencia de sentimiento y pensamientos de enojo, sin que éstos se manifiesten en comportamiento abierto, los pensamientos y recuerdos de la situación que ha provocado la ira pueden ser reprimidos. La ira externa hace referencia a la tendencia a manifestar abiertamente los sentimientos de ira que se experimentan. Existen dos formas de expresión de la ira externa, una comunicativa, que incluye expresiones no amenazantes de ira o formas socialmente adecuadas de expresarla, y una forma agresiva, con expresiones de ira con el objetivo de lastimar. Respecto al afrontamiento para disminuir la sensación displacentera de la emoción de ira, existen tres estilos diferentes que son a) suprimirla, b) expresarla y c) controlarla”. (Spielberger 1983, 10).

En la supresión de la ira, el sujeto afronta la situación reprimiendo la expresión verbal o física. En la expresión de la ira el sujeto manifiesta conductas airadas, verbales o físicas, hacia sujetos y/u objetos, pero sin la intención de producir daño a una persona. Finalmente, con el fin de llegar a una resolución positiva del conflicto, en el control de la ira el sujeto canaliza su energía emocional hacia fines más constructivos. (Spielberger 1983). Para medir la ira emocional, Spielberger (1983) publicó la construcción del Inventario de estado-rasgo y expresión de la ira, STAXI.

3.4.3. La escala de expresión de la ira de Spielberger.

C.D. Spielberger (1983), al publicar su “Inventario de Expresión de Ira Estado-Rasgo en Niños y Adolescentes, proporcionó un instrumento novedoso que distinguía entre el comportamiento agresivo momentáneo y las conductas perseverantes que forman parte de la personalidad. Dicha escala ha correlacionado positivamente con las cinco dimensiones de los modelos de personalidad de los CINCO GRANDES y otros instrumentos estandarizados. El Inventario de estado-rasgo y expresión de la ira, STAXI, posee 44 reactivos, creado originalmente para evaluar la experiencia, expresión y control de la ira. El instrumento cuenta con seis factores los cuales se indican a continuación: ira/estado, ira/control, ira/contenida, ira/manifiesta, rasgo-ira/temperamento y rasgo-ira/ reacción. La estructura factorial reportó ocho factores en cuatro dimensiones (dos para Estado de ira, dos para Rasgo de ira, dos para Expresión de ira y dos para Control de ira).

“En su versión final, el instrumento cuenta con tres componentes:

- a) La escala de ira-estado. Hace referencia al estado emocional pasajero y circunstancial que acompaña a la expresión conductual de la ira.
- b) Escala de ira-rasgo. Están implicados rasgos estables de la personalidad que definen al individuo como agresivo o no.

c) Escala de expresión y control de la ira. Existen 24 reactivos de esta escala que valoran la expresión comportamental de la ira y su proyección, ya sea externa o interna”. (Tobal 2001p. 37).

Interpretación de escalas y sub escalas estado de la ira (e)

Las personas con altas puntuaciones en E, probablemente experimentan sentimientos de ira relativamente intensos. Si el Estado de la ira, es más alto que Rasgo de la ira, los sentimientos de la persona probablemente estén determinados por la situación. Si también son relativamente altas las puntuaciones en Rasgo de la ira y Expresión física de la ira, es más probable que las elevaciones reflejen crónica.

Sentimiento de (Sent.)

Las personas con altas puntuaciones en Sent., manifiestan sentimientos relativamente intensos de emociones de, que van desde el enfado a la furia. Si la puntuación en Rasgo de es también alta, la sensación de es bastante duradera; en caso contrario, se trata más bien de una experiencia de transitoria.

Expresión verbal de la (Exp. V)

Las personas con altas puntuaciones en Exp. V. experimentan intensas tendencias a expresar su verbalmente, bien sea a alguien concreto o bien de manera general. Si Rasgo de es también alta, puede constituir una situación crónica, especialmente si la Expresión externa de es también alta y Control de externa baja. En otro caso, el deseo de expresar la verbalmente es seguramente temporal.

Expresión física de la (Exp. F)

Quienes obtienen altas puntuaciones en Exp. F, tienen la tendencia intensa a expresar su físicamente, si las puntuaciones en Expresión externa de la y Expresión física de la, son también elevadas y bajas las de Control Externo de la, estos sujetos seguramente expresarán su físicamente, con notables perjuicios para ellos mismos, tanto desde el punto de vista económico como en términos de salud y relaciones. Si su puntuación es alta están más inclinados a suprimir su, pero también esto podría originales problemas de salud importante.

Rasgo de (F)

Las personas con puntuaciones altas en F, experimentan frecuentemente sentimientos de, a menudo piensan que son tratados indebidamente por los demás. Probablemente se sienten también muy frustrados. De las puntuaciones en las sub-escalas E. Ext., Exp. F, C. Ext., y C. Int., puede deducirse si expresan, suprimen o controlan su.

Temperamento de (Temp.)

Quienes puntúan alto en la sub-escala Temp. Son irritables y propensos a expresar sus sentimientos de, aunque la provocación sea pequeña. A menudo son impulsivos y carentes de control de, pero no son necesariamente violentos o vengativos para atacar a otras personas. Los que, además de puntuaciones altas en Temp., también las tienen elevadas en C. Ext. Y C. Int, pueden ser muy autoritarios y utilizar su para intimidar a otros.

Reacción de (Reacc.)

Las personas con puntuaciones elevadas en Reacc., son muy sensibles a las críticas, a los agravios supuestos y a la evaluación negativa de los demás. En estas circunstancias experimentan sentimientos intensos de.

Expresión externa de la (E. Ext.)

Las personas con puntuación elevadas en E. Ex., manifiestan frecuentemente su conducta agresiva dirigida a otras personas o a objetos del entorno. La E. Ext., puede expresarse en actos físicos, tales como ataques a otras personas o dar portazos, o de forma verbal mediante críticas, sarcasmos, insultos, amenazas o el uso de blasfemias.

Expresión interna de la (E. Int.)

Los sujetos con altas puntuaciones en E. Int., experimentan intensos sentimientos de, pero tiende a suprimirlos, más que a expresarlos física o

verbalmente. Conviene advertir, sin embargo, que algunas personas con puntuaciones elevadas en E. Int., también pueden tenerlas altas en E. Ext., en cuyo caso quizás en algunas ocasiones expresen y otras supriman la.

Control externo de la (C. Ext.)

Los que puntúan alto en C. Ext., suelen gastar una gran cantidad de energía en prevenir la experiencia y expresión anterior de la. Aunque tal vez sea deseable este control de las manifestaciones exteriores de la, cuando es excesivo puede conducir a la pasividad, la depresión o al abandono. Las personas con puntuaciones altas en C. Ext., y Reacc., combinadas con puntuaciones bajas en E. Ext., sufrirán probablemente estos problemas a causa de su crónica sin una vía fácil de expresión.

Control Interno de la (C. Int.)

Las personas con altas puntuaciones en C. Int., emplean mucha energía en calmar y reducir su tan pronto como les sea posible. El desarrollo de controles internos sobre la experiencia y expresión de la se interpreta generalmente de modo positivo, pero puede reducir la disposición de la persona a responder con una conducta asertiva, cuando esto facilite una solución constructiva ante una situación frustrante. En todo caso si una puntuación baja en C. Int., se combina con puntuaciones altas en E. Ext. T Exp. F., puede existir un riesgo notable que se produzcan problemas médicos.

Índice de Expresión de la (IEI)

Los sujetos que puntúan alto en IEI., experimentan intensos sentimientos de que pueden ser suprimidos o expresados en conductas agresivas (o producirse ambos hechos). La manera más frecuente con que un sujeto expresa la, puede estar moderada por las relativas elevaciones de sus puntuaciones en Exp. F y E. Ext.

Las personas con puntuaciones altas en IEI y, a la vez, en E. Ext y Exp. F probablemente tiene dificultades en las relaciones interpersonales y un gran riesgo de trastornos médicos.

3.5. MECANISMOS DE DEFENSA

3.5.1. Concepto de mecanismos de defensa.

El término defensa es empleado por primera vez por Freud en 1894 en su estudio sobre las "Neuropsicosis de defensa" en el cual describe los síntomas como formaciones defensivas frente a ideas y afectos no tolerados por el Yo y dolorosos. La angustia que causan las diferentes situaciones en la vida del sujeto, da paso a que se generen los mecanismos de defensa, pero esta defensa no aparece solamente por la angustia que se genera al percibir como amenazante una representación, se produciría también de la conciencia moral (Superyó) o de la realidad exterior.

Los mecanismos de defensa están determinados por la forma en que el ego está organizado: cuando está bien organizado, tiende a tener reacciones más conscientes y racionales. Sin embargo, las diversas situaciones vividas pueden desencadenar sentimientos inconscientes, provocando reacciones menos racionales y objetivas y activando luego los diferentes mecanismos de defensa para proteger al Ego de un posible disgusto psíquico, entre estos actos pueden estar los hechos delictivos. Los **mecanismos de defensa** son aquellos "Procedimientos inconscientes empleados por las personas para resolver tanto los conflictos y tensiones entre el yo, las pulsiones y las exigencias superyoicas, como para conseguir una adecuada adaptación del self a la realidad". (Ruiz Ogara et al., 2001p. 18).

Mecanismos de defensa primarios

Son más inmaduros, tienden a distorsionar la realidad y aparecen en etapas tempranas del desarrollo.

1. **Negación:** Rechazo consciente o inconsciente a aceptar una realidad dolorosa o amenazante.
2. **Proyección:** Atribuir a otros pensamientos, emociones o impulsos propios que resultan inaceptables.

3. **Escisión:** Dividir a las personas o experiencias en extremos opuestos (totalmente buenas o malas), sin integrar matices.
4. **Introyección:** Incorporar actitudes, valores o características de otras personas (ej. figuras de autoridad) como propias.
5. **Identificación proyectiva:** Atribuir a otra persona aspectos propios no aceptados y presionarla inconscientemente para que los experimente.
6. **Idealización:** Exagerar o atribuir únicamente cualidades positivas a alguien, ignorando las negativas.
7. **Devaluación:** Atribuir características negativas extremas a uno mismo o a los demás para manejar la frustración.
8. **Actuación (acting out):** Expresar emociones o impulsos mediante acciones impulsivas, sin reflexionar ni elaborarlos psíquicamente.
9. **Fantaseo:** Refugiarse en la imaginación como vía de escape ante situaciones dolorosas o frustrantes.

Mecanismos de defensa secundarios

Son más elaborados y adaptativos; permiten afrontar la realidad de manera más constructiva.

1. **Represión:** Bloquear pensamientos, recuerdos o deseos dolorosos, manteniéndolos fuera de la conciencia.
2. **Racionalización:** Justificar conductas o sentimientos con explicaciones aparentemente lógicas para disminuir la culpa o el conflicto interno.
3. **Formación reactiva:** Adoptar actitudes o conductas opuestas a los impulsos reprimidos (ej. mostrarse muy afectuoso cuando en realidad hay hostilidad).
4. **Intelectualización:** Enfocarse en el análisis racional o abstracto para evitar enfrenar las emociones asociadas a una situación.
5. **Desplazamiento:** Redirigir emociones hacia un objeto o persona menos amenazante que la fuente original (ej. descargar la ira con alguien más débil).

6. **Sublimación:** Canalizar impulsos socialmente inaceptables hacia actividades aceptadas o productivas (arte, deporte, trabajo).
7. **Humor:** Manejar situaciones dolorosas o amenazantes con expresiones humorísticas para disminuir la tensión emocional.
8. **Anticipación:** Prever y planificar mentalmente posibles situaciones estresantes para reducir su impacto emocional.

3.5.2. Tipos de angustia que originan los mecanismos de defensa.

Los tres tipos de angustia básicos según Ruiz Ogara (2008) son:

- a) Angustia real. Aparece de los peligros y amenazas del mundo exterior.
- b) Angustia neurótica Se genera por los impulsos del ello que amenazan con penetrar a través de las barreras de control del yo y que pueden conducir a conductas que serían castigadas de alguna manera.
- c) Angustia moral. Se produce por una acción real o imaginaria que cae en conflicto con el súper- yo del individuo y que da lugar a sentimientos de culpa.

La angustia se da ante una situación que es percibida como peligrosa actuando como una especie de advertencia de tal modo que obliga al sujeto a someterse a acciones autocorrectivas. A menudo el Yo es capaz de hacer frente a la angustia tomando ciertas medidas de afrontamiento que se pueden considerar sanas, como la sublimación, que es considerada también un mecanismo de defensa, sin embargo, cuando estas medidas no son suficientes, el Yo hace uso de mecanismos de defensa que podrían generar altercados en el funcionamiento normal del aparato psíquico del sujeto. Los mecanismos de defensa trabajan conjuntamente con la personalidad total, estos permiten al sujeto distorsionar la percepción de peligro, disminuyendo de cierta manera la tensión o ansiedad y las fuentes de inseguridad. Lo principal a tomar en cuenta es que los mecanismos de defensa son técnicas que logran un ajuste o una adaptación del organismo, pero que no resuelven el conflicto.

Los mecanismos de defensa permiten que el conflicto causado en el sujeto se disocie, es decir que se separe la representación del sentimiento o emoción que esta le genera llevándola al inconsciente, impidiendo su resolución.

Los mecanismos no existen solamente en los procesos patológicos, sino que intervienen normalmente en el ajuste y desarrollo del sujeto; es normal que estos mecanismos de defensa se activen, ya que todo sujeto en algún momento de su vida necesitará utilizarlos. La diferencia entre su uso normal o patológico está en que para emplearlos, el sujeto patológico necesita consumir energía psíquica en exceso para establecer y mantener estos mecanismos.

3.5.3. Los mecanismos de defensa de la escala (EMDB II)

Ruiz Ogara y colaboradores (2001), toman los siguientes mecanismos de defensa para la construcción de la escala EMDb II:

1.-Anulación. Mecanismo de defensa que la doctrina psicoanalista piensa que está presente en determinados síntomas obsesivos. En él se realiza algo de carácter positivo que, real o imaginariamente, es contrario a algo que, real o imaginariamente fue realizado antes. Donde mejor se observa este síntoma es en ciertas compulsiones compuestas de dos actos donde el segundo anula al primero. La anulación es un mecanismo de defensa del yo por el cual la persona logra separar el sentimiento de una experiencia o recuerdo. Visto desde fuera puede llamar poderosamente la atención por dar al comportamiento una apariencia fría y despersonalizada. Para el psicoanálisis la anulación es un mecanismo de defensa del Yo destinado a eliminar la ansiedad debida a la aparición de sentimientos o de pensamientos inaceptables para el Super-Yo. Por ejemplo, vuelve a hacer con la mano derecha lo que acababa de hacer con la izquierda. El individuo realiza algo positivo que real o de una manera mágica, es contrario a algo que fue realizado o imaginado anteriormente, y de este modo queda anulado lo primero. Este mecanismo de defensa del Yo es frecuente encontrarlo en los Trastornos Obsesivos-compulsivos. El obsesivo suele realizar esclavizantes rituales compulsivos para

anular los efectos destructivos temidos por el sujeto. Incluso a veces se obsesiona también sobre si la anulación ha sido eficaz o no. Las Estereotipias y Manierismos que suelen estar presentes en la Esquizofrenia son también anulaciones.

2.-Desplazamiento. Es un mecanismo de defensa del yo que hace referencia al traslado del sentimiento de una idea u objeto a otro que se asemeja al original. Este mecanismo se emplea en el sueño para transformar el sueño latente en sueño manifiesto. En el desplazamiento la carga emocional hacia una fuente, algún evento o hacia una persona, se dirigen por un proceso inconsciente hacia otro objeto con el fin que pueda ser aceptada en la consciencia por el Yo.

El desplazamiento se da a través de:

– La transferencia. Es el proceso mediante el cual se transfiere o adhiere hacia una persona del presente, sentimientos o carga emocional que se encuentra adherido a una persona de nuestro pasado. Este mecanismo se manifiesta de manera común en psicoterapia cuando el paciente transfiere la carga emocional adherida a uno de sus progenitores hacia la figura actual del terapeuta.

– La fobia. Es un sustituto inofensivo y consciente, al cual se le adhiere la ansiedad que estuvo a determinada fuente inconsciente. Un ejemplo muy común es cuando un niño manifiesta un fuerte temor hacia los perros sin haber sido atacado antes, ya que le adhirió la ansiedad que había fijado en el padre por el temor a ser castrado por este (Fase Edípica del Desarrollo Psicosexual del niño, según Sigmund Freud). De esta manera, el inconsciente expresa su ansiedad contenida en el Ello, el Yo expresa la ansiedad en la consciencia de una manera aceptable y el niño puede establecer una relación más armoniosa con el padre ya que no mantiene la ansiedad de manera consciente hacia éste en la actualidad.

3.-Formación Reactiva. Es un complejo mecanismo de defensa mediante el cual los sentimientos e impulsos inaceptables son modificados para volverlos aceptables. El Ello buscará hacer consciente lo reprimido para poder satisfacer sus

impulsos, por lo que una vez más el Yo activa sus defensas, intentando protegerse, así este mecanismo permitirá que los impulsos reprimidos que intentan hacerse conscientes se disfracen haciendo que parezcan lo contrario a su forma original. Este mecanismo de defensa sirve como garantía contra el retorno de lo reprimido desde adentro. Al asegurar la represión mediante la formación reactiva el Yo se vale de la capacidad del instinto para la conversión en lo contrario. Para entenderlo mejor se puede hablar del hijo que siente odio por su padre, pero al no ser algo aceptado socialmente y al tener que convivir diariamente con él, este sentimiento podría generar un malestar muy fuerte por lo que lo reprimirá y en su intento de salir, al utilizar la formación reactiva el Yo transformará este sentimiento en lo contrario, mostrando así un amor exagerado, incluso dependiente hacia la figura paterna. También se puede citar como ejemplo a una persona que se siente incapaz de expresarse o manifestarse como deprimido, reprimiría estos sentimientos y se manifestaría ante los demás eufóricamente. En este sentido la formación reactiva significa adoptar un carácter totalmente opuesto al deseo o impulso inaceptable del cual se pretende alejar, por ejemplo, el Trastorno Obsesivo Compulsivo.

El primero en describir este mecanismo de defensa fue Sigmund Freud en sus primeras descripciones de las neurosis obsesivas. Según Freud, la formación reactiva tiene lugar cuando el sujeto lucha contra un deseo inconsciente penoso y lo sustituye por un “síntoma primario de defensa”, también llamado “contrasíntoma”. Uno de los ejemplos más representativos, utilizados por Freud, para hacer referencia a este mecanismo es la pulcritud, la escrupulosidad y el pudor que desarrollan muchos adolescentes y adultos. Para el autor, estas son formaciones reactivas que encuentran en evidente contradicción con los deseos propios de la sexualidad infantil a la que tempranamente estuvo sumergido el sujeto.

La formación reactiva se pone de manifiesto cuando una madre o un padre guardan resentimientos o sentimientos ocultos de rechazo por sus hijos. Todos los mandatos sociales les aseguran que deben amarlos sin condiciones. Por eso, la hostilidad hacia los hijos da lugar a sentimientos de culpa inconscientes. Lo usual es que en estos casos la formación reactiva dé lugar a una fuerte necesidad de sobreprotegerlos. ¿De qué los protegen tanto en realidad? De su propio sentimiento de hostilidad hacia ellos. Temen que su rechazo les haga daño. Sobreprotegerlos es

una manera de evitar ese daño, o de repararlo. Surgen entonces las madres o padres controladores, que fomentan la dependencia en sus hijos.

4.-Identificación Proyectiva. Proyección e identificación proyectiva de manera general significan lo mismo, pero hay que tomar en cuenta que la identificación proyectiva (propuesta por Klein) representa una ampliación o mejora del concepto freudiano de proyección. La identificación proyectiva es una fantasía inconsciente en la que los aspectos del yo o de un objeto interno son escindidos y atribuidos a un objeto externo. Los aspectos proyectados pueden ser sentidos como buenos o malos por quien los proyecta. Las fantasías proyectivas pueden ir acompañadas, o no, por una conducta evocativa con la que se pretende de forma inconsciente inducir al receptor de la proyección para que éste sienta y actúe de acuerdo con la fantasía proyectiva. La identificación proyectiva es el vehículo por medio del cual el individuo coloca en el otro los aspectos amenazantes, destructivos, dolorosos e indeseados de su mente. En su fantasía, piensa que estas emociones pertenecen al otro para así sentirse liberado de ellas, incluso acompañado de una sensación de omnipotencia o autosuficiencia.

En este mecanismo existe inicialmente una proyección de los aspectos negativos del sujeto sobre otra persona. En una segunda fase se produce una identificación con esos aspectos que se han proyectado y que ya no se consideran propios sino del otro. La identificación proyectiva tiene una importancia capital en el psicoanálisis y en los procesos de transferencia y contratransferencia que se desarrollan en la terapia.

Mediante la identificación proyectiva el paciente pone en el analista todo lo doloroso e indeseado que hay dentro de él. El paciente, al hacer esto, piensa que estos sentimientos son del analista y no suyos, lo que le hace experimentar una sensación de bienestar y de euforia. La misión del analista será contener las emociones transferidas y devolverlas cuando el paciente sea capaz de comprenderlas y aceptarlas.

Una forma de diferenciar los complejos procesos implicados en los diferentes aspectos de lo que se llama “identificación proyectiva” y la proyección “clásica”, es que la identificación proyectiva tiene lugar en una relación objetar, y que, por tanto, afecta necesariamente a ambos, sujeto y objeto (en la fantasía, pero a menudo, también en la realidad externa) mientras que debería ser posible, al menos en teoría, concebir una proyección no necesariamente relacionada con un objeto específico en el que se proyecta algo.

La identificación proyectiva, por definición, afecta el sentido del self, pues supone deshacerse de aspectos de la personalidad escindiéndolos y localizándolos en el objeto, de forma que en la fantasía del sujeto, las identidades de ambos, sujeto y objeto, quedan afectadas. También puede suponer la adquisición de aspectos del objeto, en cuyo caso las identidades se modifican aún más.

La identificación proyectiva masiva con el objeto supone una fantasía de “convertirse” en el objeto o en un aspecto concreto o versión del objeto, (y aquí la palabra identificación se refiere también a la identificación del sujeto con aspectos del objeto), mientras que el objeto “se convierte” en el self, o personifica un aspecto insoportable del self, proceso descrito como “identificación con el agresor”).

El uso excesivo de la identificación proyectiva puede llevar, por un lado, a la confusión y pérdida de un sentido firme del self y, por el otro, a una rigidez extrema de carácter, donde se crean nuevos límites artificiales entre sujeto y objeto, pero a los que uno se adhiere tenazmente.

Ejemplo, una madre impaciente, ante el llanto y berrinche del niño, proyecta en él su intolerancia atribuyéndole la causa del llanto. Pero luego se identifica con el niño indicando que éste no sabe lo que hace y que ella así lo quiere. La madre gana en el sentido que no es la culpable de la escena de llanto y que, al mismo tiempo, es una madre comprensiva, pues se pone en el lugar del niño. Lo mismo puede decirse del novio infiel que le atribuye la causa del conflicto a los celos exagerados de su pareja, pero él es comprensivo y lejos de separarse de ella la

perdona e indica que la quiere. El proceso puede resumirse en esta frase: “Tú eres la mala, pero te comprendo y me pongo en tu lugar y así te acepto”.

Al idealizar a Robin Hood se está empleando este mecanismo, pues aceptamos que es un delincuente (él es el malo, nosotros no), pero nos cae simpático por ser generoso con los pobres (nos identificamos).

5.-Introyección. El mecanismo de introyección es el opuesto de la proyección. Ocurre cuando algo de afuera es depositado dentro. Es decir, nos hacemos responsables o categorizamos como propias actitudes, deseos, pensamientos, que no nos pertenecen. Como sucede con cualquier mecanismo de defensa, la introyección se da inconscientemente, por lo que no nos es posible a simple vista identificar aquellos atributos nuestros y los que vienen desde fuera, que pertenecen a alguien más y hemos “absorbido”. Por lo general, aquello que introyectamos son mandatos, normas sociales, de nuestro entorno más cercano: familia, grupos de pares, instituciones. Lo que acaba por suceder es que, en la constitución de las características de nuestro yo, acabamos por producir una mezcla entre aquello propiamente nuestro y lo designado por el entorno (lo que coincide con las normativas a cumplir marcadas por el superyó). La introyección es aceptar algo que se nos transmite desde fuera sin cuestionarlo, es tomar como propio algo ajeno identificado como un mandato al que no podemos fallar. Lo que se nos indica, o viene desde fuera, termina por cobrar más importancia que nuestras propias necesidades, deseos y proyectos, y este es el mayor peligro de la introyección: que atenta directamente sobre nuestra personalidad.

Un ejemplo de introyección sucede cuando, por mandatos familiares, tomamos decisiones sobre nuestra vida personal. Por ejemplo, en el caso de aquella persona a que le han dicho siempre que, para sentirse realizada como mujer, debe de tener hijos. Esta mujer, sin cuestionarlo, toma como propio ese mandato, aunque quizás no es lo que desea ni sigue el rumbo que quiere darle a su vida.

6.-Negación. Consiste en ignorar o desconocer una situación demasiado intensa para protegernos de una emoción desagradable. A través de este mecanismo el Yo puede refugiarse en una realidad alterna la cual le permite, huir y así evitar la producción de displacer en el verdadero sentido de la palabra.

Ejemplos:

Una persona recibe el anuncio de un despido y “olvida o niega” el haber recibido la información.

También se puede citar el caso de una joven que no aceptaba la enfermedad de su madre, le era difícil aceptar esta verdad porque le causaba un gran malestar pensar en la posible muerte de su madre. La negación estaba presente de tal manera que la joven no quería llevar a su madre al hospital pues ella aseguraba que no estaba enferma.

Cuando el infiel es descubierto por su pareja y, entonces, el ofendido lo cuestiona: «¿por qué lo hiciste?», el infiel responde recurriendo a excusas con las que pretende eludir y desentenderse de su responsabilidad, tales como: «no quise traicionarte», «no quería lastimarte», «no fue con mala intención», etcétera.

En muchas ocasiones, la negación se utiliza para mentir y encubrir intenciones que realmente son opuestas a lo que se dice. Los ejemplos: «no me preocupa que los clientes se vayan con la competencia», «no me interesa lo que la gente piense de mí», son locuciones que, tras una máscara de indiferencia, intentan ocultar las desagradables emociones que sienten aquellos que las pronuncian; o sea, deben interpretarse como «sí me preocupa que...».

La negación enuncia creencias o estados de ánimo del sujeto que la declara y se dirige, no sin cierta soberbia, para engañar a los demás. Así que, por lo general cuando se dice «no me preocupa que...» suele significar todo lo contrario, y cuando esta frase se enfatiza con adverbios como «francamente» o «verdaderamente», ello suele implicar justo lo contrario.

La negación es una forma de encubrimiento. Freud asegura que la negación es «un sustituto de la represión, en un nivel más alto». Plantea que el sujeto se vale de diversos mecanismos psíquicos para ocultar un deseo, como ocurre con los actos fallidos; por ejemplo, cuando el sujeto dice lo que no quiere decir y en esas fracturas de su discurso aflora el deseo inconsciente: cierta persona promete prestarle un libro a un amigo; sin embargo, cada vez que va a llevárselo, lo olvida en su casa, de lo que se infiere que sería desagradable para él reconocer su tendencia egoísta, de modo que el olvido opera como una negación.

La negación tiene que ver con la no aceptación de la propia responsabilidad, sea respecto de los afectos, los pensamientos, los deseos o las inclinaciones. Esto sucede frecuentemente al expresarlo en formas lingüísticas impersonales, tales como: «el florero se rompió», «el vaso se fue de mis manos».

7.-Proyección. El sujeto atribuye los propios impulsos, sentimientos o afectos a otras personas como un fenómeno defensivo. La proyección así como todos los mecanismos de defensa guarda una cercana relación con la represión, al separar el afecto de la representación y esta aparecerá no solo ante una situación que le genere de ansiedad o angustia por los instintos de Ello sino también por las demandas de Superyó. La proyección es un mecanismo que incluso el sujeto puede haberlo utilizado desde la infancia, este aparece por que el sujeto repudia sus propios deseos y actividades que devienen peligro, lo que le permite encontrar un autor responsable en el mundo exterior.

8.-Racionalización (o intelectualización). Consiste en emplear explicaciones racionales, dar razones que parecen lógicas, con tal de justificar contrariedades y defectos. Racionalizamos cuando buscamos defendernos de la frustración de las acciones y para evitar la censura. Es darle una explicación lógica a nuestros sentimientos, pensamientos o comportamientos. Mediante la racionalización nos tratamos autoconvencer de que un fracaso o bien ha sido por algo ajeno a nosotros o bien, en caso de haber intentado conseguir algo, pero no haber sido exitosos en nuestra tarea, nos convencemos de que en realidad no lo

queríamos tanto. Un ejemplo de racionalización lo podemos encontrar en la fábula de la zorra y la uva. La zorra ve un racimo de uvas en una vida muy alta y se le antojan, con lo que decide saltar para ver si las alcanza. Lamentablemente para ella, no consigue saltar lo suficientemente alto como para alcanzar el dulce fruto y exclama “¡Ah, están verdes!” y deja de saltar. Sí, es cierto, están verdes y esta apreciación es cierta, sin embargo, el motivo real por el que desiste en su intento es porque no consigue saltar lo suficientemente alto, pero de aceptar esta debilidad sentiría frustración por no poder conseguir lo que se ha propuesto.

También podríamos poner como ejemplo el de una persona que se ha propuesto ir a correr cada mañana, pero no lo está cumpliendo. Lejos de reconocer que es porque se duerme o que le da pereza, busca argumentos lógicos pero que no dejan de ser excusas como que no tiene el calzado adecuado, por las mañanas hace demasiado frío y si suda se va a resfriar o que si le pasa algo no va a poder recibir la ayuda de nadie porque a esas horas no hay casi nadie paseando.

9.-Regresión. Consiste en el retroceso del yo a un estadio anterior del desarrollo. La persona adopta ciertos comportamientos de una etapa de desarrollo anterior, dejando atrás las estrategias de afrontamiento apropiadas para su edad y muestra patrones de conducta más tempranos y más infantiles.

La regresión es una forma de retroceso, que trae de vuelta un momento en que la persona se sentía segura y cuidada. Al igual que cualquier otro mecanismo de defensa, la regresión se utiliza para no tener que enfrentar una emoción negativa en toda su intensidad. Una situación cuando es muy desagradable o amenazante, puede llevar a un efecto destructivo para la salud mental de la persona. Cuando ésta retrocede o revierte a una etapa anterior, lo hace porque dicha etapa le recuerda al momento en que los factores inductores de estrés estaban ausentes. Es, para ella, una etapa más segura y tranquila, donde probablemente sus padres o un adulto lograrían que el estrés desapareciera. Por eso, al volver a allí, recupera todos esos sentimientos de seguridad y puede manejar mejor la situación.

Sin embargo, cuando alguien retrocede, tanto la etapa a la que va como el tipo de comportamiento que adopta, difiere de persona a persona. A veces, este comportamiento podría ser muy sutil, mientras que en otras ocasiones podría ser muy explícito y los espectadores pueden considerar ese comportamiento como inmaduro, egoísta, infantil, autocomplaciente e inapropiado.

Ejemplos típicos:

Tras el divorcio de sus padres, un niño de 10 años vuelve a mojar la cama. Después de la llegada de su hermana pequeña, un niño de 8 años comienza a chuparse el dedo. Un estudiante de universidad que trata de adaptarse a su nueva vida fuera del hogar, vuelve a dormir con un peluche infantil. Después de que su novio de 4 años rompa la relación, una chica se acurruca en posición fetal y se balancea de lado a lado, negándose a abandonar la cama.

Se trata de la búsqueda de un consuelo, evocando de forma inconsciente esos momentos vitales (normalmente de la infancia) en el que otra persona resolvía los problemas, acompañaba y aportaba seguridad. La regresión está estrechamente relacionada con las etapas de desarrollo psicosexual de Freud. La etapa a la cual se regresa está relacionada con la etapa en la cual se sufrió un estancamiento o fijación. Así, un ejemplo de fijación en la fase de oral sería cuando una persona que se encuentra bajo mucho estrés, fuma sin parar, come en exceso o maltrata verbalmente a los demás. Si alguien está atascado en la fase de fijación anal, puede volverse excepcionalmente o hasta despiadadamente limpio y ordenado, o podría ir en la dirección opuesta y volverse terriblemente descuidado y desordenado. Una persona con una fijación fálica puede desarrollar histeria de conversión y actuar en base a impulsos sexuales.

10.-Represión. La represión es el primer mecanismo de defensa trabajado por Freud, este mecanismo implica que un elemento es rechazado de la conciencia y permanece inconsciente. Desde el inconsciente pugna por expresarse, por ganarse acceso a la conciencia. Al momento en que este mecanismo se activa

(inconscientemente) en el sujeto, la representación causante de malestar o su afecto, serán excluidos inmediatamente al inconsciente, lo que podría generar diferentes síntomas psicológicos o físicos en la búsqueda de hacerse conscientes. La represión vendría a ser el principal mecanismo de defensa pues los demás están ligados en cierta manera a este. La esencia del proceso de la represión no consiste en suprimir y destruir una idea que representa al instinto sino en impedirle hacerse consciente, mientras el yo busca defenderse de las amenazas del ello, lo reprimido busca salir por cualquier vía por lo que se generan otros mecanismos de defensa como son la negación, la formación reactiva, la proyección.

11.-Sublimación. La sublimación es considerada por la psicología como un mecanismo de defensa maduro el cual permite a los individuos a canalizar todas aquellas pulsiones (estímulos o impulsos, normalmente de contenido sexual o agresivo) y orientarlas hacia conductas consideradas aceptables en nuestra sociedad. Algunas actividades de sublimación son la actividad artística y la investigación intelectual. Para Freud, la sublimación no es más que un mecanismo protector de la psique que tiene como función principal aliviar la tensión interna que vive el individuo. Las personas deben reprimir ciertas conductas para poder vivir de manera acorde a lo impuesto por la cultura en la que residen, sin embargo, si bien es cierto que en algunas conductas esta represión es aceptable, hay veces que las ataduras impuestas por la sociedad pueden sobrepasar los límites necesarios para un buen desarrollo. Es por eso que se considera que las personas que se ven constantemente reprimidas llegan a enfermar. Para no llegar a este punto, las personas recurren a la sublimación como mecanismo de escape a esta constante atadura de su libertad sexual. Para su aparición, es necesario que se propicien condiciones favorables donde el individuo tenga al alcance opciones intelectuales y creativas.

Ejemplos cotidianos sublimación

Las tres formas de sublimación más observadas son el arte, la educación y el deporte. Por lo que respecta a la primera de ellas, Freud reconoce que esta es

capaz de darle a los individuos la dosis de placer y gozo necesaria para reprimir sus pulsiones. Sin embargo, dentro de este mecanismo de defensa encontramos una desventaja, la cual es que la experiencia artística está restringida a cierto grupo de privilegiados, por lo que no todos pueden hacer un uso de ella. Sin embargo, aquellos que pueden recurrir a ella, la emplean como método de auto liberación, donde plasman todos sus deseos más internos y retenidos.

Pero para aquellas personas las cuales no pueden hacer uso de este mecanismo de defensa, Freud afirma que la educación es la manera más adecuada de resolver todos los problemas de neurosis provocadas por las represiones de las pulsiones impuestas por la sociedad en el individuo.

En tercer lugar, está el deporte a través del cual, por ejemplo, personas con elevado grado de agresividad practican como deporte el boxeo, karate o kick boxing, en donde golpear a la otra persona es el objetivo principal. El deporte es un mecanismo de sublimación muy empleado por las personas para liberar el estrés generado por el tener que reprimir pulsiones, ya que ayuda a producir endorfinas, lo cual mejora nuestro estado de ánimo. Personas con trastornos obsesivos compulsivos, pueden encontrar alivio y satisfacción trabajando en tareas las cuales requieran de minuciosidad y precisión.

12.-Vuelta contra sí mismo. Este mecanismo es una agresión contra uno mismo, por ejemplo, cuando te encuentras deprimido, tienes sentimientos de culpa o de inferioridad, y es en este caso cuando se viven sentimientos de irritabilidad. Sucede cuando el sistema psíquico no permite la existencia y la expresión de sentimientos hostiles hacia los demás.

Entonces, los impulsos inaceptables pueden dirigirse hacia uno mismo. La persona se vuelve su propio blanco sustitutivo. Usualmente se usa cuando nos referimos a la rabia, irritabilidad y la agresión, más que a impulsos más positivos. (Ruiz Ogara et al, 2001).

3.6. INVESTIGACIONES SOBRE LAS MUJERES PRIVADAS DE LIBERTAD

En Ecuador, en la Universidad Internacional de La Rioja, Serrano Jaramillo María Fernanda (2019), realizó un diagnóstico de la autoestima y habilidades sociales de las internas del Centro de Rehabilitación Social Femenino del cantón Zaruma.

Los resultados revelan que el 19% de las internas poseen bajos niveles de adquisición de habilidades sociales, el 32% alcanzó la categoría de medio bajo y el restante porcentaje se distribuyó entre las categorías término medio y medio alto. En dicho estudio se ha tratado de indagar las causas que se esconden tras la falta de habilidades sociales en las internas, concluyendo que los orígenes son de índole muy diversa. Uno de ellos sería el maltrato físico sufrido en la infancia, donde destaca el abuso sexual; otro factor se relaciona con los bajos índices de educación intermedia y universitaria, también destaca el crecimiento en condiciones de pobreza y segregación social. A estas condiciones negativas se añade el consumo de sustancias, como el alcohol, que tiene un efecto a nivel físico y también psicológico en la persona entorpeciendo la empatía y el despliegue de habilidades sociales favorables a la adaptación personal y colectiva. En aquellas internas con elevado índice de agresividad y violencia se pudo advertir el abuso de sustancias.

Asimismo, se encontró correlación significativa entre la falta de habilidades sociales y ciertas patologías, entre las que destacan el trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH), depresión, ansiedad generalizada y ciertos rasgos del espectro autista. Las internas que fueron diagnosticadas con alguna de las anteriores patologías en su infancia o adolescencia reportaron rechazo por parte de sus iguales y recurrente dificultad para adaptarse a la educación colegial y al grupo de pares. Estas dolencias redujeron las ocasiones en las que las mujeres podían comunicarse con otros sujetos, y cuando dichas ocasiones se dieron, no encontraron las condiciones adecuadas para interactuar correctamente.

A pesar de los programas de rehabilitación y de los esfuerzos por desarrollar destrezas de reinserción social en las reclusas, se evidenció que la estancia en prisión tuvo efectos negativos en las habilidades sociales pre existentes, así como en el deterioro de la autoestima. Es evidente que si una persona se ve privada de su capacidad para socializar, va a tener efectos negativos en ella que van a repercutir, entre otras cosas, en su propia autoestima. El no poder comunicarse adecuadamente con los demás, antes y durante la estancia en la prisión, incluso a niveles muy básicos, tuvo como efecto que las mujeres se evalúen a sí mismo negativamente, lo cual además puede crear un círculo vicioso, al dificultar aún más las posibilidades de interacción.

Prácticamente todas las internas estuvieron de acuerdo en señalar que la estancia en prisión perjudicó la capacidad de resolver conflictos con las personas que interactúan habitualmente. Bajaron las habilidades pro sociales y se incrementaron hábitos como mentir permanentemente, susceptibilidad generalizada y emociones asociadas al resentimiento social. Los conflictos por problemas en la comunicación, en mayor o menor medida, son una parte rutinaria de las interacciones humanas de todas las reclusas. Por lo tanto, la falta de habilidades sociales en las internas ocasiona que estas no sean capaces enfrentarse a estas situaciones tan habituales.

En ese sentido, el personal que trabaja en la prisión informó que conflictos, pequeños e irrelevantes, a menudo suponían escenarios que excedían las capacidades de las internas para resolverlos en un clima de colaboración. A su vez, estos impases acarreaban el incremento de estrés en las internas, manifestándose con síntomas ansioso depresivos que entorpecían la convivencia cotidiana con otras internas y la incorporación exitosa a los diferentes programas promovidos por el penal.

En conclusión, una vez realizado el diagnostico, “se observó que las internas del CRS-Z, sufren situaciones psicoemocionales de ansiedad, angustia, perdida de autoestima, deterioro del autoconcepto y todos los procesos psicoemocionales que

se incluyen en la construcción de estas autopercepciones. Se constató que la pérdida de la autoestima trae aparejado el deterioro de las habilidades sociales, necesarias para una interrelación positiva; que la prisión estimula o exige la generación de estados psicóticos, como la alerta permanente, expresada en agresividad, desconfianza y priorización de la violencia como primera respuesta, en un medio hostil e intolerante como la prisión”. (Serrano, 2018, 40).

En Andalucía, España, en la Universidad Loyola se realizó un estudio por Arenas y Durán (2018) titulado “Resiliencia y su relación con variables personales, penales y penitenciarias en mujeres presas”. En las conclusiones de dicho estudio se puede resaltar lo siguiente:

Las mujeres presas del presente estudio han sufrido episodios traumáticos que incluyen malos tratos, abuso sexual y problemas de adicción a las drogas, los cuales devienen factores de riesgo presentes en el entorno familiar y social. Estos episodios de victimización primaria experimentados en edades tempranas lastran y afectan negativamente las capacidades resilientes. En el caso del consumo de drogas por parte de la mujer, se ve negativamente afectada la dimensión “yo puedo” junto a la “yo soy”. A pesar de ello la media de resiliencia que presentan las mujeres es elevada, lo que sustenta una de las ideas principales del trabajo: que las personas pueden ser resilientes a pesar de vivir en ambientes de alta vulnerabilidad psicosocial.

Las experiencias laborales exitosas antes del encarcelamiento y los programas laborales intra prisión son factores protectores que se asocian con niveles más elevados de resiliencia. Así mismo, con respecto a la dimensión “yo soy”, una trayectoria laboral amplia o la duración de la relación de pareja se configuran como potenciales factores de protección. Por otra parte, existe estrecha relación entre la autoestima y la resiliencia. Resulta evidente que poseer una valoración positiva de una misma es importante para el desempeño de acciones (“yo puedo”) y de la vida social (“yo tengo”). Entre otros factores protectores destaca el contacto y apoyo con los familiares. Las reclusas informan de la gran importancia

que otorgan a tener apoyo emocional e instrumental por parte de familiares, amigos y parejas sentimentales, pues les mantiene conectadas al mundo exterior y partícipes de la vida de otras personas al ejercer sus roles de cuidadoras, cuestión sustancial para sobrellevar la estancia en prisión y proyectar un futuro. Durán (2018)

El estudio de Durán (2018) también ha demostrado que existe una correlación positiva entre niveles educativos (colegio y educación superior) y aspectos potenciadores de la resiliencia, como una mayor autoestima, percepción de competencias y apoyo social. Sin embargo, el historial de las internas revela actitudes negativas hacia la educación y experiencias frustrantes en este ámbito; durante su estancia en el penal no suelen tener fácil acceso a cursos de formación profesional o trabajos remunerados. El desarrollo de actividades formativas y contactos con el sector laboral del exterior, resulta un potente motivador que favorece el desarrollo de competencias profesionales personales tales como la responsabilidad y autocontrol, lo cuales son fundamentales para la reinserción. Asimismo, el estudio ha evidenciado que una mayor percepción de utilidad en el uso del tiempo se convierte en una fuente de autoestima y actitud prosocial significativa. En cuanto al análisis de la resiliencia de las mujeres según el modelo de Grotberg con el fin de determinar qué recursos y fortalezas poseen, cuáles de ellos se ven mermados y qué otros se deben potenciar para reducir la vulnerabilidad de estas mujeres y mejorar el comportamiento prosocial, se ha descubierto que el apoyo de la familia, la relación de sus acciones con el futuro de sus hijos y la educación formal, refuerzan la autoestima, al mismo tiempo que son recursos valiosos de apoyo para las acciones de reinserción social tras el cumplimiento de la condena.

“Las posibilidades de éxito del “Programa socioeducativo emergente” puesto en práctica en esta prisión tiene que tomar en cuenta necesariamente las condiciones psicológicas de las reclusas, particularmente la resiliencia, la cual les otorga la fuerza para mantenerse activas en prisión y con la ilusión de esperar un futuro mejor que el presente. Este estudio sugiere que se tome en consideración

factores de protección, resiliencia y empoderamiento por parte de las mujeres. De igual forma también se reconoce la necesidad de examinar y tratar aquellos otros factores de riesgo que puedan mermarla. En este sentido es clave centrar la intervención en dos aspectos interrelacionados que perjudican y ponen en riesgo el éxito del programa: acciones específicas que fomenten el abandono de la adicción a las drogas, y que reduzcan el daño psicológico causado por situaciones de maltrato infantil”. (Arenas y Durán, 2018p.8)

En la Universidad de Barcelona, Loinaz Ismael (2016) realizó un estudio con mujeres presas, titulado “Cuando el delincuente es ella: intervención con mujeres violentas”, en el cual analizó a mujeres con elevado nivel de agresividad y que habían cometido delitos relacionados con agresiones sexuales y agresiones en la relación de pareja. Se encontró muchos aspectos comunes a todas ellas, particularmente la presencia de traumas infantiles y el escaso o nulo control de la ira. Estos son los principales hallazgos del estudio:

La presencia de victimización previa (principalmente en la infancia, pero también en la edad adulta) y de traumas relacionados es sin duda la variable diferencial más descrita en mujeres delincuentes. La relación circular entre victimización y violencia es un hecho común en diferentes estudios, señalándose su relación con el agravamiento de posibles trastornos mentales presentes, incrementando la probabilidad de conductas violentas en personas victimizadas. El efecto de la victimización en la posterior violencia parece más significativo en las mujeres que en los hombres delincuentes. En todos los casos graves de falta de control de la ira se evidenció la presencia de traumas infantiles, particularmente que tenían que ver con el abuso sexual.

La población encarcelada objeto del estudio presentó una prevalencia del 90% de violencia de pareja física o sexual durante el año anterior al encarcelamiento, a lo que se le sumaban distintas formas de victimización a lo largo de la vida. En algunas muestras penitenciarias, además, se da una combinación de situaciones de riesgo, como en aquellas mujeres en situación de indigencia que

presentan mayores prevalencias de abusos en la infancia, agresiones sexuales en la edad adulta y problemas de adicción. La falta de control de la ira en el momento actual tiene en el pasado un amplio historial de experiencias violentas. Esta circularidad entre victimización, exposición a situaciones de riesgo, exclusión social y conducta violenta en el presente se ha descrito en un amplio sector de la bibliografía sobre criminología femenina. Loinaz (2016)

Algunos trabajos han relacionado directamente el tipo de victimización con una forma delictiva más prevalente, como la violencia de pareja y la comisión de delitos contra la propiedad con el agravamiento de conductas violentas. Las agresoras sexuales habían cometido el delito en concomitancia con episodios de falta de control de la ira. Asimismo, dichas agresoras sexuales habían sufrido en su infancia experiencias de mal trato y falta de control de la ira por parte de sus progenitores o cuidadores de ciertas instituciones. La presencia de victimización previa es recurrente en la descripción de agresoras sexuales, con abusos sexuales y físicos en especial durante la infancia. La violencia del pasado genera violencia en el presente. La victimización afecta al estado psicológico e inhibe el control de la ira, desembocando en la comisión de abusos sexuales. Loinaz (2016)

Las mujeres descritas como agresoras de pareja habían hecho el uso de la violencia tanto como en defensa propia, como de forma planificada y premeditada. Todas las mujeres tipificadas como agresoras de pareja habían sufrido previamente abusos en el entorno familiar; habían sido objeto de agresividad por parte de familiares y de sus parejas. En todos estos casos se podría dar una relación circular entre victimización, sintomatología (trastorno de estrés postraumático, depresión, abuso de sustancias, etc.) y agresión a la pareja.

De estos resultados se podría concluir que la hipótesis de la victimización como factor de inhibición del control de la ira en la delincuencia femenina parece plausible, pudiéndose explicar la relación desde las teorías del aprendizaje social o de forma más general con el ciclo de la violencia. Sin embargo, al igual que ocurre en el caso de delincuentes masculinos, es necesario tener presente la alta

probabilidad de exageración o incluso invención de la victimización como forma de justificar o excusar los delitos cometidos, lo que se conoce como “síndrome de Pinocho”.

Muchas de las internas han sido diagnosticadas con el trastorno explosivo intermitente. Si bien este trastorno es más frecuente en hombres, también aparece en mujeres, cada vez con mayor frecuencia, que se caracteriza por estallidos de violencia sobre las que el sujeto no tiene ningún tipo de control y que aparece ante cualquier situación que genera un estado de frustración o displacer en la persona. Las internas relatan episodios de elevada violencia verbal pero también física, por lo que es frecuente que lancen objetos, den golpes, muerdan o hagan uso de arma punzo cortantes. (Loinaz, 2016).

CAPÍTULO IV

DISEÑO METODOLÓGICO

IV. DISEÑO METODOLÓGICO

4.1 TIPIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

La presente investigación se enmarca en el área de la psicología clínica, una disciplina que se caracteriza por tomar al individuo como unidad de análisis y busca elaborar un diagnóstico personal basado en la medición de diversas dimensiones psicológicas “La psicología clínica se caracteriza por el hecho de que toma al individuo como unidad de investigación y pretende lograr la elaboración de un diagnóstico personal en base a la medición de una serie de dimensiones psicológicas”. (Fernández y Baptista, 2003p. 57).

La psicología clínica se centra en la evaluación, diagnóstico, tratamiento y prevención de trastornos mentales y problemas emocionales, con el propósito fundamental de aliviar el sufrimiento y promover el bienestar mental de las personas.

En este contexto, esta investigación aplica los principios de la psicología clínica para realizar un diagnóstico integral de las mujeres privadas de libertad en el Penal de Morros Blancos. El análisis se enfoca en dimensiones clave como las habilidades sociales, la resiliencia, la expresión de la ira y los mecanismos de defensa, proporcionando una comprensión más profunda de su estado psicológico y emocional.

Desde otro punto de vista la investigación realizada tiene las siguientes características:

Es un estudio **exploratorio** ya que como se lo expresó en el planteamiento, sobre el tema hay muy pocas investigaciones en el medio tarijeño, que abordaron el tema de la psicología de las mujeres en prisión. Más aún, en lo relativo a las habilidades sociales, resiliencia, expresión de la ira y los mecanismos de defensa no existe ninguna investigación a nivel regional donde se estudie todas estas

variables de manera conjunta. Los estudios **exploratorios** sirven para “indagar fenómenos relativamente desconocidos, obtener información sobre la posibilidad de llevar a cabo una investigación más completa, identificar conceptos o variables promisorias para futuras investigaciones, establecer prioridades para estudios semejantes o sugerir afirmaciones y postulados”. (Pérez et al, 2009, 69).

También se puede decir que esta tesis es un estudio de tipo **descriptivo** pues a través de la medición de las cuatro variables especificadas en los objetivos se caracteriza la psicología de las mujeres reclusas del penal de Morros Blancos. Es un estudio descriptivo porque sólo se pretende citar características del fenómeno de estudio y no identificar causas o consecuencias. “Los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades importantes de persona, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que sea sometido a análisis”. (Aries, 2003, 43).

Desde otro punto de vista, y considerando la meta principal del estudio, este puede ser calificado como de tipo teórico. Este enfoque se caracteriza por su capacidad de descubrir las relaciones esenciales y las cualidades fundamentales del objeto de investigación que no son fácilmente detectables mediante la percepción sensorial. Según Delgado (2001p. 102), los estudios teóricos “permite descubrir en el objeto de investigación las relaciones esenciales y las cualidades fundamentales, no detectables de manera sensoperceptual, por ello se apoya básicamente en los procesos de abstracción, análisis, síntesis, inducción y deducción”. (Delgado, 2001p. 102).

En este contexto, la investigación utiliza el método teórico porque su propósito principal es aportar información nueva al ámbito científico y resolver dudas planteadas en la pregunta de investigación. Específicamente, busca profundizar en el conocimiento sobre habilidades sociales, resiliencia, expresión de la ira y mecanismos de defensa en mujeres privadas de libertad en el penal de Morros Blancos. Este enfoque permite identificar y analizar las conexiones esenciales entre estas variables psicológicas, más allá de lo observable a simple vista, construyendo un marco conceptual que respalde el análisis de los datos obtenidos.

Considerando los tests seleccionados y el procedimiento de tabulación de datos implementado, el presente estudio se tipifica como **cuantitativo** a todo que se centra, a través de la recolección y análisis de datos no numéricos, como descripciones, entrevistas, observaciones y análisis de textos

Los estudios cuantitativos, según Echeburúa (2011), “se basan en la recolección y el análisis de datos para contestar preguntas de investigación y probar hipótesis establecidas previamente, y confían en la medición numérica, el conteo y el uso de la estadística para sacar conclusiones acerca del comportamiento en una población determinada”. En este sentido, la metodología aplicada en esta investigación cumple con los criterios propios del enfoque cuantitativo, garantizando así la objetividad y precisión en la interpretación de los resultados.

Asimismo, se puede indicar que es un estudio **transversal** puesto que el diseño empleado sólo pretende la medición de las características momentáneas de un grupo determinado de personas y no se realiza un seguimiento o análisis de la evolución de determinado fenómeno psicológico. Un estudio transversal es un estudio “estadístico y demográfico, que mide la prevalencia de la exposición en una muestra poblacional en un solo momento temporal; es decir permite estimar la magnitud y distribución de una característica en un momento dado y por qué no existe continuidad en el eje del tiempo”. (Hernández Sampieri et al, 2004 p.85).

4.2. POBLACION Y MUESTRA

La población de estudio está constituida por todas las mujeres privadas de libertad del Penal de Morros Blancos de la ciudad de Tarija, durante el primer semestre de la gestión 2024. Según el parte mensual del orden interno del mes de febrero de 2024, existen 48 mujeres internas (Datos proporcionados por la Suboficial 2do Karla Pamela Dorado Apaza, Directora del Pabellón de Mujeres del Penal de Morros Blancos, Tarija 2024), el estudio se realizó con el total de la población por tanto no se trabajó con ningún tipo de muestra.

Las **variables de inclusión** son las siguientes:

- a) Sexo: Mujeres.
- b) Situación jurídica: Internas del penal de Morros Blancos, ya sea con detención preventiva o sentencia ejecutoriada.

Las **variables de exclusión** son:

- a) Sexo: Hombres.
- b) No se considera a mujeres que no estén en el Penal de Morros Blancos

Variables Sociodemográficas. Son las siguientes:

- 1. Edad
 - a) De 18 a 25 años
 - b) De 26 a 35 años
 - c) De 36 en adelante.
- 2. Estado civil:
 - a) Solteras.
 - b) Concubinas.
 - c) Casadas.
- 3. Tenencia de hijos:
 - a) Sí.
 - b) No.
- 4. Nivel educativo:
 - a) Colegial o bachillerato.
 - b) Universitario.
 - c) Profesionales.

4.3. MÉTODOS, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

4.3.1 Métodos

En este estudio se empleó los siguientes métodos:

Método analítico.

Los objetivos de la investigación son de naturaleza analítica, ya que pretenden medir determinadas dimensiones psicológicas de las internas del Penal de Morros Blancos. Se analiza ciertas características de las internas tomando cada variable de manera individual. El método analítico “es un proceso de investigación enfocado en la descomposición de un todo para determinar la naturaleza del mismo”. (Echeburúa, 2011 p. 79).

Método hipotético deductivo.

El método hipotético-deductivo en psicología es un proceso mediante el cual “se formulan hipótesis a partir de teorías o supuestos, se derivan consecuencias lógicas y se someten a prueba mediante la observación o la experimentación, con el fin de confirmar o refutar las proposiciones teóricas”.

En este sentido, la psicología utiliza este método para verificar empíricamente los fenómenos del comportamiento y los procesos mentales, asegurando que sus conclusiones se basen en evidencia científica y no en intuiciones o creencias. Kerlinger (2002),

La información obtenida a través de la aplicación de los diferentes instrumentos, fueron interpretados empleando la lógica deductiva a través de la formulación de varias hipótesis, dichos resultados son comparados con los parámetros establecidos en los baremos de los respectivos tests. La interpretación de los datos se deduce de las teorías de los autores de los tests y da respuesta a las hipótesis planteadas.

Test psicológicos estandarizados.

Los instrumentos empleados son tests psicológicos estandarizados, pues todos ellos poseen validez (miden lo que pretenden medir) y confiabilidad (sus resultados tienen consistencia a lo largo del tiempo) y han sido baremados (tienen una tabla que permite categorizar o interpretar los datos obtenidos).

“Un test estandarizado es una prueba que ha sido normalizada; es decir, que ha sido probada en una población con distribución normal para la característica a estudiar. Asimismo, se ha establecido un procedimiento de aplicación del instrumento y unas normas de interpretación estándar”. (Fernández y Baptista, 2003 p.101).

4.3.2. Técnicas.

Las técnicas empleadas en esta investigación son las siguientes:

Test psicométricos.

Todos los instrumentos empleados corresponden a la técnica de los test psicométricos, pues miden su objeto de estudio empleando escalas numéricas y estandarizadas; no se ha empleado ningún test proyectivo o inestructurado. Los tests psicométricos “son aquellos que emplean escalas estructuradas, objetivas y que sus resultados se procesan de manera numérica. Son pruebas no enmascaradas, en las que las respuestas son voluntariamente controladas por el sujeto”. (Fernández y Baptista, 2003).

Escala.

En esta investigación se emplearon tres instrumentos que pertenecen al tipo de escala. Este término se suele utilizar para hacer referencia al “instrumento elaborado para medir variables no cognitivas: actitudes, intereses, preferencias, opiniones, etc., y se caracterizan porque los sujetos han de responder eligiendo, sobre una escala de categorías graduada y ordenada, aquella categoría que mejor represente su posición respecto a aquello que se está midiendo, no hay respuestas correctas o incorrectas, y la puntuación total es la suma de las puntuaciones

asignadas a las categorías elegidas por los sujetos”. (Echeburúa, 2011 p.42). Los instrumentos que pertenecen a la técnica de las escalas son: Escala de habilidades sociales de Gismero Gonzales Elena (2002); Escala de resiliencia (R.S.) de Wagnild y Young; Escala de mecanismos de defensa básicos (EMDB II) de Ruiz Ogara et al. (2001).

Inventario.

Para medir la expresión de la ira se empleó el Inventario de expresión de la ira, estado rasgo. STAXI 2. De Spielberger (1983) y adaptado por del Barrio y A. Aluja (2009). “El término Inventario se refiere al instrumento elaborado para medir variables psicológicas, con la característica de que las respuestas no son correctas o incorrectas, lo único que demuestran es la conformidad o no de los sujetos con los enunciados de los ítems”. (Echeburúa, 2011p. 45).

4.3.3. Instrumentos

Los instrumentos empleados en esta tesis se los presenta a continuación en una tabla resumen, junto a los objetivos y variables a los cuales responden:

VARIABLES	INSTRUMENTOS
• Habilidades sociales:	Escala de habilidades sociales(EHS) De Gismero Gonzales Elena (2002).
• Resiliencia:	Escala de resiliencia (R.S.) Wagnild y Young
• Expresión de la ira:	Inventario de expresión de la ira, estado rasgo. STAXI 2. De Spielberger (1983) y adaptado por del Barrio y A. Aluja (2009).
• Mecanismos de defensa:	Escala de mecanismos de defensa básicos (EMDB II). Ruiz Ogara et al., 2001.

A continuación, se cita las fichas técnicas de cada uno de los instrumentos empleados en esta investigación:

1.- Escala de habilidades sociales(EHS).

Autor. Gismero Gonzales Elena (2002).

Objetivo. Evaluación de la asertividad y las habilidades sociales.

Técnica. Escala.

Historia de creación y baremación. El instrumento se denomina EHS Escala de Habilidades Sociales y tiene como autora a Elena Gismero Gonzáles de la Universidad Pontifica Comillas (Madrid) España, fue elaborado en el año 2002.

Confiabilidad y validez. Para el proceso de su validez, se utilizó el método ítem test, a través de la formula Producto Momento de Pearson, cumpliéndose con el criterio $r > 0.21$, para que sean aceptados o válidos cada uno de los ítems; corregida de acuerdo a Mc Nemar, precisando de esta manera la correlación real entre ítem y el total del test ($r_{Mc N}$) $r > 0.35$.

La confiabilidad se obtuvo tomando como muestra 180 adolescentes de la institución educativa privada de Trujillo, se llevó a cabo el análisis de fiabilidad a través del coeficiente alfa Cronbach donde se obtuvo 0.88. De acuerdo a este análisis para que la escala sea confiable esta debe ser >0.70

Procedimiento de aplicación y calificación. Este instrumento se aplica de manera individual o colectiva, tiene una duración de aproximadamente 10 a 16 minutos, evalúa adolescentes y adultos. La escala consta de 33 ítems, 28 de los cuales están redactados en el sentido de falta de aserción o déficit en habilidades sociales y 5 de ellos en el sentido positivo. Consta de 4 alternativas de respuesta, desde “No me identifico en absoluto; la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría” a “muy de acuerdo y me sentiría o actuaría así en la mayoría de los casos”. Para la calificación se puntúa con 4 la afirmación “No me identifico en absoluto” y 1 “Muy de acuerdo, me sentiría así o actuaría así en la mayoría de los casos”. Para obtener el puntaje global, se suma los puntajes directos de cada una de las 6 subescalas. No hay puntos de corte, a mayor puntaje, mayores habilidades sociales. Sin embargo, algunos autores recomiendan dividir en tres niveles el puntaje, por área y de manera global, según esta escala cualitativa: Alto, medio y bajo.

➤ **Procesamiento de aplicación y calificación**

a) Normas específicas:

- Puede aplicarse tanto individual o colectiva
- Explicar claramente sobre el objeto, buscando que los sujetos la comprendan
- Se debe lograr en los sujetos responder lo más sinceramente posible
- No existe respuestas correctas o incorrectas
- En caso que de que alguno termino resulto poco comprensible para alguno de los sujetos, no hay inconveniente en sustituirlo por otro sinónimo más familiar para el
- Debe lograr una comprensión de la situación
- Debe insistirse en que respondan todas las situaciones propuestas

b) Aplicación

- Se debe asegurarse que todos los sujetos entiendan perfectamente la forma de responder a la misma
- Deben encerrar con un círculo de la alternativa elegida
- Si es posible explicar en a la pizarra
- No tiene límite, pero por su brevedad no suelen los sujetos demorar más de 15 minutos.

c) Administración

Se leen y explican las instrucciones tal como aparecen en las hojas de respuestas, hasta que sean claramente comprendidas por todos indicando que no existen respuestas correctas o incorrectas en la prueba, sino que lo importante es que respondan con toda tranquilidad y sinceridad. Se aplica toda la escala. El tiempo que se requiere para su contestación es de aproximadamente de 15 minutos, y su administración puede ser individual o colectiva.

Las respuestas a los elementos, reactivos o ítems que pertenecen a una misma sub escala o factor están en una misma columna: se suman los puntos obtenidos en cada factor y se anota esa puntuación directa (PD) en la primera de las casillas que se encuentran en la base de cada columna. Finalmente, la PD global es el resultado de sumar las PD de las 6 sub escalas, y su resultado se anotará también en la casilla que está debajo de las anteriores. Estas puntuaciones son transformadas.

- **Descripción de los materiales.** El EHS en su versión definitiva está compuesto por 33 ítems, 28 de los cuales están redactados en el sentido de falta de aserción o déficit en habilidades sociales y 5 de ellos en el sentido positivo. Consta de 4 alternativas de respuesta, desde No me identifico en absoluto y me sentiría o actuaría así en la mayoría de los casos. A mayor puntaje global el sujeto expresa más habilidades sociales y capacidades de aserción en distintos contextos. El análisis factorial final ha revelado 6 factores: auto expresión en situaciones sociales, defensa de los propios derechos como consumidor, expresión de enfado o disconformidad, decir no y cortar interacciones hacer peticiones e iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto.

Sus ámbitos de aplicación referentes son el clínico, educativo y el de investigación con adolescentes y adultos

- **Escala.** Con la ayuda del percentil alcanzado se tiene un primer índice global del nivel de las habilidades sociales o aserción del alumno. Si el Pc está en 25v o por debajo del nivel del sujeto será de BAJAS habilidades sociales. Si cae al percentil en 75 o más hablamos de un ALTO nivel en sus habilidades sociales. Si está el percentil entre 26 y 74 es nivel en MEDIO.

Puntaje Pc	nivel de Habilidades Sociales
25 o por debajo	nivel de BAJAS Habilidades Sociales

Entre 26 y 74	nivel MEDIO Habilidades Sociales
75 o más	ALTO nivel en sus Habilidades Sociales

DIMENSIONES DE LAS HABILIDADES SOCIALES

- **Autoexpresión en situaciones sociales Ítems:** 1, 7, 15, 21, 27, 31
- **Defensa de los propios derechos como consumidor Ítems:** 2, 8, 14, 20, 26
- **Expresión de enfado o disconformidad Ítems:** 3, 9, 16, 22, 28
- **Decir no y cortar interacciones Ítems:** 4, 10, 17, 23, 29
- **Hacer peticiones Ítems:** 5, 11, 18, 24, 30
- **Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto Ítems:** 6, 12, 13, 19, 25, 32, 33

2.- Escala de resiliencia (R.S.).

Autor: Wagnild y Young

Objetivo. Evalúa el nivel de resiliencia de los individuos en situaciones de crisis.

Técnica. Escala.

Historia de creación y baremación. La escala de resiliencia fue construida por Wagnild y Young en 1988 (Estados Unidos) y fue revisada por los mismos autores en 1993. Está compuesta de 25 ítems, los cuales puntúan en una escala tipo Likert de 7 puntos, donde 1 es en desacuerdo, y un máximo de acuerdo es 7. Los participantes indicarán el grado de conformidad con el ítem, ya que todos los ítems son calificados positivamente; los más altos puntajes serán indicadores de mayor resiliencia, el rango de puntaje varía entre 25 y 175 puntos.

La Escala de Resiliencia (R.S.) elaborada por Wagnild y Young en 1993. y traducida y adaptada por Novella, A. (2002), cuya versión es la que se emplea en esta tesis. Para la estandarización y baremación del instrumento se aplicó la versión revisada por Wagnild y Young en 1997, a una muestra de 694 individuos entre 15

y 54 años, de los cuales el 54% eran hombres y el 46% mujeres. A través de este proceso se establecieron procedimientos relacionados con la aplicación, calificación e interpretación del test, los cuales permite establecer criterios y parámetros de calificación e interpretación únicos y confiables. Mediante la baremación se transformaron los puntajes directos a una escala de medición estándar que permita establecer parámetros y/o rangos al instrumento de medición, los cuales se mencionan en párrafos posteriores.

Confiabilidad y validez. Los estudios citados por Wagnild y Young dieron **confiabilidades** de 0.85, 0.86 y 0.85 en diferentes oportunidades y muestras. La confiabilidad calculada por el método de la consistencia interna con el coeficiente alfa de Cronbach de 0.89 (Adaptación a una población peruana) en dos muestras de estudiantes universitarios y adultos trabajadores. Además, con el método test retest la confiabilidad fue evaluada por los autores en un estudio longitudinal en mujeres solteras y casadas, obteniéndose correlaciones de 0.67 a 0.84, las cuales son respetables.

La **validez** concurrente se demuestra por los altos índices de correlación de la ER con mediciones bien establecidas de constructos vinculados con la resiliencia. Según el criterio de Kaiser, se identifican 5 factores. La validez del contenido se da a priori, pues los ítems fueron seleccionados acorde con aquellos que reflejaban las definiciones de resiliencia, a cargo de los investigadores psicometristas. Los ítems tienen una redacción positiva. La validez concurrente se da al correlacionar altamente con mediciones bien establecidas de constructos vinculados con la resiliencia como: Depresión, con $r = -0.36$, satisfacción de vida, $r = 0.59$; moral, $r = 0.54$; salud, $r = 0.50$; autoestima, $r = 0.57$; y percepción al estrés, $r = -0.67$. En cuanto a la validez, se utilizó en esta investigación el análisis factorial para valorar la estructura interna del cuestionario, con la técnica de componentes principales y rotación elimina, que nos mostró 5 factores que no están correlacionados entre sí.

Procedimiento de aplicación y calificación. Todos los ítems se basan en una escala de 7 puntos; a partir del 1 Totalmente en desacuerdo, hasta el 7 Totalmente de acuerdo. Todos los ítems están escritos en forma positiva y reflejan con exactitud las declaraciones hechas por los participantes. La interpretación Los posibles resultados varían desde 25 hasta 175 en donde a mayor puntaje, se considera que existe mayor resiliencia, esto se determinará de acuerdo a las premisas respondidas y los factores que la establecen (en desacuerdo (1) y totalmente de acuerdo (7)) para comprobar la resiliencia del individuo. Cubre cinco (05) áreas o perspectivas de la resiliencia: Satisfacción personal (4 ítems), ecuanimidad (4 ítems), sentirse bien solo (4 ítems), confianza en sí mismo (6 ítems), y perseverancia (7 ítems).

Escala de Resiliencia de Wagnild y Young

Totalmente en desacuerdo	(1)
Muy en desacuerdo	(2)
Un poco en desacuerdo	(3)
Neutral	(4)
Un poco de acuerdo	(5)
Muy de acuerdo	(6)
Totalmente de acuerdo	(7)

Para la puntuación de la escala de resiliencia se elaboró los siguientes rangos de la puntuación:

- **Nivel bajo de resiliencia:** 25 a 75 puntos
- **Nivel medio o normal de resiliencia:** 76 a 124 puntos
- **Nivel alto de resiliencia:** 125 a 175 puntos

Asimismo, para cada una de las **dimensiones** que componen la escala, se elaboraron los siguientes rangos de puntuación:

1. Dimensión: Satisfacción Personal

- **Ítems:** 6, 16, 22, 25
- **Rangos de puntuación:**
 - Bajo: 4 a 12
 - Medio: 13 a 19

- Alto: 20 a 28
- 2. **Dimensión: Ecuanimidad**
 - **Ítems:** 7, 8, 11, 12
 - **Rangos de puntuación:**
 - Bajo: 4 a 12
 - Medio: 13 a 19
 - Alto: 20 a 28
- 3. **Dimensión: Sentirse Bien Solo**
 - **Ítems:** 3, 5, 19, 21
 - **Rangos de puntuación:**
 - Bajo: 4 a 12
 - Medio: 13 a 19
 - Alto: 20 a 28
- 4. **Dimensión: Confianza en Sí Mismo**
 - **Ítems:** 9, 10, 13, 17, 18, 24
 - **Rangos de puntuación:**
 - Bajo: 6 a 18
 - Medio: 19 a 30
 - Alto: 31 a 42
- 5. **Dimensión: Perseverancia**
 - **Ítems:** 1, 2, 4, 14, 15, 20, 23
 - **Rangos de puntuación:**
 - Bajo: 7 a 21
 - Medio: 22 a 34
 - Alto: 35 a 49

En la adaptación peruana (Novella, 2002) estos son los factores de la Resiliencia:

1. Ecuanimidad: Ítems: 7, 8, 11, 12
2. Perseverancia: Ítems: 1, 2, 4, 14, 15, 20, 23
3. Confianza en sí mismo: Ítems: 9, 10, 13, 17, 18, 24

4. Satisfacción personal: Ítems: 6, 16, 22, 25

5. Sentirse bien solo :Ítems: 3, 5, 19, 21

3.- Inventario de expresión de la ira, ESTADO- RASGO STAXI 2

Autores: C. D. Spielberger (1983). Adaptador/es V. del Barrio y A. Aluja (2009).

Objetivo: Evalúa la experiencia, la expresión y el control de la ira.

Técnica: Inventario.

Historia de creación y baremación. El inventario STAXI fue desarrollado durante más de 30 años por C. D. Spielberger y publicado en 1983. El propósito del instrumento fue, en primera instancia, definir e identificar los indicadores de la como estados emocionales básicos y como rasgos de personalidad. Se puso de relieve que existían dos pre requisitos importantes para construir escalas, que evaluarán la experiencia de la: distinguir la de la hostilidad y la agresión, y establecer la diferencia entre estado y rasgo de. Puesto que, hostilidad y agresión se refieren generalmente a fenómenos relacionados, aunque diferentes. El inventario resultó de gran utilidad en la práctica clínica y fue traducido a varios idiomas; en 2009 V. del Barrio y A. Aluja lo tradujeron al español.

Validez y confiabilidad. Validez. Se realizó mediante un tipo de validez de análisis factorial exploratorio por componentes principales y rotación oblicua (Promax). Para lo cual, de acuerdo a la adaptación de la prueba (Del Barrio & Aluja, 2009), se dividió en tres partes. En primer lugar, estado: se halló por análisis factorial confirmatorio, con un porcentaje de 52,9% en la varianza total, un KMO de .89, un Chi cuadrado aproximado 9373,33 y 66 en grado de libertad. Finalmente, las dos dimensiones extraídas tuvieron como resultados altas saturaciones factoriales y de independencia aumentada. Segundo, rasgo: se obtuvo por AFE, un

47.8% de varianza total, KMO de .81, Chi cuadrado de 3222,65 aproximadamente y 36 grados de libertad. Finalmente, se replicó la estructura bidimensional con cargas diferenciada entre sí. Y tercero, Expresión de / control de : la primera parte se analizó por AFE y se han extraído tres dimensiones.

Fiabilidad. Se realizó por el método de consistencia interna mediante el estadístico coeficiente alfa de Cronbach. (Del Barrio & Aluja, 2009). Presentando una fiabilidad total de .80 y las dimensiones tuvieron como resultado entre .53 y .81; por lo tanto, siendo superiores a 60.

Procedimiento de evaluación e interpretación. Consta de 49 elementos organizados en 3 escalas, cada una de ellas con sus respectiva sub-escalas, a través de las cuales se puede obtener un índice de cada escala y un índice general del test, el nombre de la tercera escala, es decir: Control y expresión de la ira. Las escalas de la prueba son:

- a) La escala de estado, que consta de tres sub-escalas: sentimiento, expresión verbal y expresión física.
- b) La escala de rasgo, que posee dos sub-escalas, temperamento de y reacción de
- c) La escala de expresión y control de la ira. La sub-escala de expresión de la ira, compuesta por dos sub-escalas: expresión interna de la ira expresión externa de la ira.

La subescala de control de la ira consta de dos sub-escalas, control interno de y control externo de la ira.

La escala de estado, refleja sentimientos o acciones del tipo "estoy furioso". La escala rasgo está compuesta por ítems del tipo "tengo un carácter irritable", "pierdo los estribos".

Forma de aplicación. Este test psicológico, está diseñado como un instrumento de medida, dirigido tanto para adolescentes, como para adultos, la aplicación no es complicada, en cuanto al nivel cognitivo del sujeto a aplicar, es

suficiente con el conocimiento de la lectura, esto puede ser para una persona que haya cursado el 3er año de educación básica, sin embargo se debe tomar en cuenta que no solo es necesario la lectura, sino también se debe tomar en cuenta la capacidad de comprensión.

Este test se puede aplicar de manera individual o grupal, se debe tomar en cuenta que el ambiente y entorno, deben estar iluminados, y sin mayores estímulos, además de cuidar la intimidad del sujeto y sigilo con respecto a sus respuestas.

En la parte 1, en los 15 ítems, los examinados deben calificar la intensidad de la ira que sienten “en este momento”, en una escala de 4 opciones de frecuencia: No, en lo absoluto, Algo, Moderadamente, Mucho.

En la parte 2, la escala Rasgo de la ira, que consta de 10 ítems, los examinados expresaran ¿cómo se sienten normalmente?, en una escala de 4 opciones de frecuencia: Casi nunca, Algunas veces, A menudo, Casi siempre.

En la parte 3, escala de expresión y Control de la ira, que consta de 24 ítems, los examinados calificarán la frecuencia con que generalmente reaccionan o se comportan de cierta manera cuando están enfadados o furiosos, en una escala de 4 opciones de frecuencia: Casi nunca, Algunas veces, A menudo, Casi siempre (igual que en la parte 2).

Puntuación

El test Staxi, permite puntuaciones en 6 escalas, 5 sub escalas y un índice de Expresión de la ira. Los ítems que puntúan en cada escala y sub-escala son los siguientes:

Escala de Estado de la ira:

Abarca los ítems del 1 al 15 y los que puntúan en cada sub-escala son:

- ☐ Sentimiento: ítems 1,2,3,5,7
- ☐ Expresión física: ítems 4,8,11,13,14
- ☐ Expresión verbal: ítems 6,9,10,12,15

Escala de Rasgo de la ira:

Puntúan en ellas los ítems 16 a 25 con las siguientes sub-escalas:

- ☐ Temperamento de la: ítems 16,17,18,20,23
- ☐ Reacción de la: ítems 19,21,22,24,25

Corrección. Se suman los puntajes directos, por dimensiones y de manera general, y el resultado se lo ubica en las siguientes escalas.

IRA-ESTADO

15 ítems. Rango 15-60

ESCALA: Nulo (15-26), Bajo (27-38), Moderado (39-50), Alto (51-60).

IRA-RASGO

10 ítems. Rango 10-40

ESCALA: Nulo (10-17), Bajo (18-25), Moderado (26-33), Alto (34-40).

CONTROL

24 Ítems. Rango 24-96.

ESCALA: Nulo (24-42), Bajo (43-60), Moderado (61-78), Alto (79-96).

ESCALA GENERAL: EXPRESIÓN DE LA IRA.

49 Ítems. Rango 49-196.

ESCALA: Nulo (49-85), Bajo (86-122), Moderado (123-159), Alto (160-196).

4.- ESCALA DE MECANISMOS DE DEFENSA BÁSICOS (Emdb II).

Autor: Ruiz Ogara et al., 2001.

Objetivo: Evalúa la presencia y predominio de mecanismos de defensa básicos.

Historia de creación baremación: Esta escala fue creada originalmente en el ámbito clínico por Ruiz y col. (1994), en el contexto de la teoría psicoanalítica de Freud, tomando como referencia los mecanismos de defensa básicos. Comprende doce mecanismos de defensa, tomados de manera unitaria obviando la combinación entre ellos ya que esto da como resultado conductas más complejas.

La escala fue aplicada en diferentes contextos y con poblaciones diversas. En este documento se toma la versión revisada por el mismo autor en 2001.

La escala fue baremada en el ámbito latinoamericano con estudiantes de la Universidad Católica Andrés Bello y Universidad Central de Venezuela con edades comprendidas entre 16 y 30 años, cursantes de cualquier tipo de carrera y en cualquier semestre o año, en el área de Caracas. El tipo de muestreo empleado fue al azar en un número total de 405 personas.

Validez y confiabilidad. En un estudio que realizaron Ruiz et al. (1999), se obtuvo que el coeficiente de fiabilidad, el alfa de Cronbach de la escala total es de 0,90 lo cual indica que presenta una buena consistencia interna. Los mecanismos con mayores puntajes de fiabilidad son la proyección (0,83), anulación (0,74) y fantasías (0,74). Los demás mecanismos tienen puntajes menores, pero ninguno de ellos es inferior al (0,55).

En cuanto a la validez, dicho estudio correlacionó la escala con instrumentos clásicos de medición de los mecanismos de defensa, tanto proyectivos como descriptivos, obteniéndose una correlación promedio de todas las subescalas de 60, 89%. Lo cual es un indicador favorable de la validez del instrumento.

Materiales y escala. En cuanto a la aplicación de la escala, la misma presenta como opciones de respuesta un puntaje que va del 0 al 4, en la cual la respuesta que contiene un 0, indica que el sujeto siente que lo expresado en el ítem no es percibido de esa manera por él, por su parte la puntuación 1 significa que se identifica poco, la respuesta con puntaje 2, significa que se identifica en grado medio, 3 corresponde a mucha identificación con lo expresado y por último 4 como completamente identificado. No existe ítems negativos, por lo cual la puntuación es directa y no hay que realizar ninguna inversión.

Luego con base a las respuestas dadas por el sujeto, se obtiene el puntaje de cada mecanismo de defensa, dando como resultado final el perfil defensivo del sujeto, es decir, los mecanismos de defensa usados típicamente por el individuo. No

existe un puntaje global por lo dispares y opuestos de los mecanismos de defensa entre sí.

En relación a los ítems que pertenecen a cada mecanismo de defensa se encuentran ubicados en orden de aparición en:

- 1) Anulación, que incluyó los primeros cinco ítems (A:1,2,3,4 y 5).
- 2) Desplazamiento, el cual incluyó seis ítems (D:1,2,3,4,5 y 6).
- 3) Formación reactiva, con seis ítems (FR:1,2,3,4,5 y 6).
- 4) Identificación proyectiva, el cual contiene cinco ítems (IP:1,2,3,4 y 5).
- 5) Introyección, los cuales incluyen cinco ítems cada uno, (I:1,2,3,4 y 5).
- 6) Negación, el cual incluye siete ítems, (N-1,2,3,4,5,6 y 7).
- 7) Proyección, con seis ítems (P-:1,2,3,4,5 y 6).
- 8) Racionalización incluyen cada uno seis ítems, (R-:1,2,3,4,5 y 6).
- 9) Regresión el cual incluye cinco ítems (RG: 1,2,3,4 y 5).
- 10) Represión (RP:1,2,3,4 y 5).
- 11) Sublimación (SB: 1,2,3,4 y 5).
- 12) Vuelta contra sí mismo el cual incluye los últimos seis ítems (V-:1,2,3,4, 5 y 6).

Por lo tanto, cada mecanismo de defensa tiene una nota media que corresponde a cada mecanismo de defensa, dividiendo la suma de puntos alcanzados para el mecanismo de defensa entre el número de ítems que lo componen, donde los mecanismos que obtienen mayores puntuaciones medias son los mecanismos de defensas usados típicamente por esa persona. Las medias aritméticas de cada mecanismo de defensa se transforman a percentiles, multiplicando los valores por los índices respectivos.

4.4 PROCEDIMIENTO

A continuación, se describen todas las etapas a través de las cuales se desarrolló la presente tesis:

✓ **Revisión Bibliográfica y elaboración del proyecto de investigación.**

En esta etapa se revisó toda la literatura disponible relacionada con el tema de estudio y las variables identificadas en los objetivos específicos. Asimismo, se tomó contacto con la institución en la cual se realizó el trabajo investigativo, es decir el penal de Morros Blancos.

✓ **Selección de instrumentos.**

En esta fase, se seleccionaron los instrumentos adecuados para el recojo de datos, siendo estos los siguientes:

Escala de habilidades sociales(EHS) de Gismero Gonzales Elena (2002).

Escala de resiliencia (R.S.) Wagnild y Young

Inventario de expresión de la ira, estado rasgo. STAXI 2. De Spielberger (1983).

Escala de mecanismos de defensa básicos (EMDB II) de Ruiz Ogara et al. (2001).

el número de sesiones.

✓ **Prueba piloto**

El fin de la prueba piloto tuvo como propósito evaluar y asegurar la calidad del instrumento antes de su aplicación definitiva en la investigación. Esta etapa permitió verificar la claridad y comprensión de las preguntas por parte de los participantes, detectar posibles errores o ambigüedades en la redacción y el contenido, así como comprobar el tiempo y la viabilidad del procedimiento de aplicación. Además, posibilitó una evaluación inicial de la confiabilidad y validez del instrumento, garantizando que las respuestas fueran coherentes y que realmente midieran las variables propuestas

✓ **Recojo de información.**

La información se recogió aplicando todos los tests a las internas en horarios y días acordados con las autoridades de la institución. Dicho procedimiento se efectuó en una habitación contigua al espacio de visitas donde la tesista y la interna tuvieron privacidad para dar respuesta a los instrumentos. El momento de la aplicación de los tests correspondía con los periodos de trabajo establecidos por el penal. La aplicación de los instrumentos se realizó en cuatro sesiones, en cada una de ellas se aplicó un test. El orden de aplicación de tales instrumentos fue siguiendo el listado presentado en la segunda etapa de este capítulo.

Procesamiento de datos.

Los datos obtenidos tras la aplicación de los diferentes instrumentos fueron procesados estadísticamente a través del programa SPSS. Se realizaron los cálculos estadísticos básicos, como frecuencias, porcentajes, medias aritméticas y cruzados de variables. Dichos resultados fueron expresados a través de tablas.

Redacción del informe final.

Una vez terminada la interpretación de los resultados se elaboró un documento final donde se presenta: el proyecto inicial, los resultados alcanzados, así como el respectivo análisis e interpretación de la información, acudiendo a las teorías de los autores de los instrumentos empleados. Todo ese proceso terminó en la elaboración del análisis de las hipótesis. y de las conclusiones

4.5. CRONOGRAMA

A continuación, se presentan todas las etapas por las que atravesó la investigación:

ACTIVIDAD	GESTIÓN 2023					GESTIÓN 2024					GESTIÓN 2025				
	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV
Revisión Bibliográfica	X	X													
Prueba Piloto					X										
Selección de los instrumentos		X	X												
Selección de la Muestra			X	X											
Recojo de la información						X	X	X	X						
Procesamiento de la Información										X					
Redacción del informe final											X	X	X	X	X

CAPÍTULO V
PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS
DE LOS RESULTADOS

5. ANALISIS E INTERPRETACION DE LOS RESULTADOS

En este capítulo sección del documento se presenta toda la información recopilada mediante la aplicación de la batería de tests diseñada para cumplir con los objetivos propuestos. El desarrollo del presente capítulo se basa en el orden de los objetivos específicos y de cada uno de ellos se exponen los datos numéricos, se presentan gráficas y se realiza la interpretación respectiva tomando en cuenta las teorías de cada uno de los autores de los instrumentos y en base a toda la bibliografía consultada y expuesta en el marco teórico.

5.1. DATOS SOCIO DEMOGRÁFICAS.

A continuación, se presentan los datos relacionados con cada una de las variables socio demográficas que se tomaron en cuenta y que servirán para realizar los respectivos cruzados de variables.

Tabla 1. Edad de las mujeres privadas de libertad

AÑOS	Frecuencia	Porcentaje
18-25 años	11	22,9
26-35 años	24	50,0
36 años y más.	13	27,1
Total	48	100,0

Nota: Elaboración Propia

Tabla 2. Nivel educativo de las mujeres privadas de libertad

NIVEL	Frecuencia	Porcentaje
Colegial	8	16,7
Bachiller	28	58,3
Universitario / técnico	12	25,0
Total	48	100,0

Nota: Elaboración Propia

Tabla 3. Tenencia de hijos por parte de la muestra

HIJOS	Frecuencia	Porcentaje
SÍ tiene hijos	27	56,3
NO tiene hijos	21	43,8
Total	48	100,0

Nota: Elaboración Propia

5.2.PRIMER OBJETIVO

1. Identificar el nivel de habilidades sociales de las mujeres privadas de libertad en el penal de Morros Blancos de la ciudad de Tarija.

Las habilidades sociales son el “Conjunto de respuestas verbales y no verbales, parcialmente independientes, a través de las cuales un individuo expresa en un contexto interpersonal, sus sentimientos, preferencias, opiniones o derechos, que trae como consecuencia el auto reforzamiento y maximiza las posibilidades de conseguir un refuerzo externo”. (Gismero, 2002, 49).

Se ha visto por conveniente evaluar esta variable en las internas del Penal de Morros Blancos para averiguar la capacidad de socialización que tienen. Para esto se ha empleado la escala de habilidades sociales(EH) de Gismero Gonzales Elena (2002), la cual evalúa esta dimensión a través de seis dimensiones.

Tabla 4. Habilidades sociales

NIVEL	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	20	41,7
Medio	23	47,9
Alto	5	10,4
Total	48	100,0

Nota: Elaboración Propia

Los datos de la tabla 4 indican que el nivel promedio de habilidades sociales de las internas es de tipo medio (47.9%), pero le sigue en segundo lugar, con un porcentaje bastante significativo, el nivel bajo (41.7%). En tercer lugar, con un porcentaje mucho menor, está el nivel alto, con 10.4%. A primera vista se puede indicar que el nivel de habilidades sociales de las internas es de tipo promedio, pero con una clara tendencia hacia el nivel bajo, pues el 41.7% de ellas tienen un nivel bajo en cuanto a habilidades de socializar con las demás personas. Sólo 5 personas de toda la muestra dieron un nivel alto en cuanto a habilidades sociales.

Al contrastar estos resultados con lo señalado por Gismero (2002), se observa que en poblaciones no clínicas el predominio suele situarse en un nivel medio, pero con una distribución más equilibrada entre los niveles bajo y alto, lo que da lugar a una curva normal en la que los extremos son menos frecuentes. Sin embargo, en el caso de las internas de Morros Blancos la distribución se encuentra sesgada hacia los valores bajos, lo que evidencia una desviación del patrón esperado en poblaciones comunes y refuerza la hipótesis de que la condición de encierro y las características de vulnerabilidad previas a la reclusión tienen un impacto directo en las habilidades sociales.

Esto resulta coherente si se considera que muchas mujeres privadas de libertad provienen de contextos marcados por la exclusión social, la violencia intrafamiliar, la pobreza y la carencia de redes de apoyo. Dichos factores predisponen a dificultades en el desarrollo de la asertividad, la comunicación efectiva y la resolución pacífica de conflictos. A ello se suma que el ambiente penitenciario en sí mismo no favorece el fortalecimiento de las habilidades sociales, sino que más bien estimula dinámicas de desconfianza, confrontación y competencia por recursos limitados.

En este sentido, puede afirmarse que la alta proporción de mujeres con bajas habilidades sociales no es solo un reflejo de su historia personal, sino también una consecuencia del contexto carcelario, en el cual las oportunidades de interacción saludable y de aprendizaje social son escasas. Este hallazgo tiene implicaciones relevantes, ya que las habilidades sociales son un componente central en los procesos de reinserción social. Limitaciones en esta área pueden dificultar el establecimiento de relaciones positivas con la familia, la comunidad y el entorno laboral al momento de la liberación, lo cual incrementa el riesgo de reincidencia.

En la Universidad de la Rioja, España, Serrano (2019) realizó un estudio con las internas del Centro de Rehabilitación Social Femenino del cantón Zaruma, en el cual se encontró niveles muy bajos de habilidades sociales. Al respecto el autor del estudio indica que es comprensible encontrar bajos niveles de habilidades sociales entre las internas de una prisión femenina, pues las habilidades sociales son

habilidades que se aprenden y desarrollan a lo largo de la vida a través de interacciones sociales positivas y educación. Sin embargo, las personas que terminan en prisión a menudo han experimentado desafíos y adversidades que pueden haber afectado su desarrollo social y emocional.

Serrano, (2019) menciona que las experiencias traumáticas y entornos desfavorecidos, Muchas mujeres que terminaron en prisión han experimentado traumas, abusos, violencia doméstica, pobreza y otros entornos desfavorecidos. Estas experiencias han afectado negativamente su desarrollo emocional, su confianza en sí mismas y sus habilidades para relacionarse de manera saludable con los demás

Según Serrano, (2019) la carencia de habilidades de resolución de conflicto, muchas internas han enfrentado situaciones conflictivas a lo largo de sus vidas y pueden carecen de habilidades efectivas para resolver conflictos de manera pacífica y constructiva. En lugar de buscar soluciones alternativas o utilizar la comunicación asertiva, suelen recurrir a la agresión o a comportamientos delictivos para manejar los desafíos que enfrentar. Por ejemplo, muchas de las internas se vieron involucradas en robos y agresiones físicas debido a la falta de habilidades para resolver problemas y buscar soluciones legales.

Así también menciona que influencia del entorno criminal Antes de entrar a prisión y dentro del sistema penitenciario, las internas posiblemente estuvieron expuestas a un entorno en el que las habilidades sociales negativas se refuerzan o son más comunes. Casi todas ellas se encontraron rodeadas de personas con antecedentes delictivos, de quienes aprendieron comportamientos inapropiados o antisociales que perpetuaron el ciclo delictivo. Por ejemplo, aprendieron técnicas de manipulación o comportamientos agresivos de amistades en la calle y actualmente de otros internos, lo que dificulta aún más el desarrollo de habilidades sociales positivas.

Considera que la falta de oportunidades de aprendizaje y desarrollo, en la mayor parte de los casos, las internas no han tenido acceso a programas de

educación, capacitación laboral o servicios sociales adecuados antes de ingresar a prisión. Esto les ha impedido adquirir las habilidades sociales necesarias para funcionar de manera efectiva en la sociedad. Sin la oportunidad de aprender y practicar habilidades sociales positivas, sus niveles de habilidades sociales fueron muy bajas, lo cual hizo proclives comportamientos delictivos.

Tabla 5. Habilidades sociales, por dimensiones

Dimensiones de las habilidades sociales												
Nivel	Expresión en situaciones sociales		Defensa de los propios derechos como consumidor		Expresión de enfado o disconformidad		Decir no y cortar interacciones no deseadas		Hacer peticiones de necesidades		Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	
Bajo	16	33,3	19	39,6	15	31,3	16	33,3	17	35,4	17	35,4
Medio	25	52,1	19	39,6	27	56,3	23	47,9	23	47,9	23	47,9
Alto	7	14,6	10	20,8	6	12,5	9	18,8	8	16,7	8	16,7
Total	48	100,0	48	100,0	48	100,0	48	100,0	48	100,0	48	100,0

Nota: Elaboración Propia

La información de la tabla 5 desglosa las habilidades sociales por dimensiones. En todas ellas se mantiene la relación observada en la tabla 4, es decir, el valor más alto cae en la categoría de nivel medio de habilidades sociales, pero seguido muy cerca por el nivel bajo. Vale decir, que las internas tienen una marcada tendencia al polo negativo en lo relacionado a las habilidades sociales. A continuación, se hace un análisis detallado de cada una de las dimensiones, haciendo referencia a nuestras observaciones y a la teoría del autor del test.

En la dimensión Expresión en situaciones sociales, se evidencia que el 52,1 % de las internas se ubica en el nivel medio, mientras que el 33,3 % presenta un nivel bajo. Este resultado sugiere que la mayoría de las mujeres privadas de libertad poseen una autoexpresión moderada, lo que indica que logran manifestar sus opiniones y emociones en ciertos contextos, pero aún presentan dificultades para hacerlo de forma abierta y segura en todas las situaciones sociales. Este nivel medio puede deberse a la estructura del entorno penitenciario, donde la comunicación

suele estar regulada y los espacios de interacción son limitados, lo que restringe la libre expresión emocional.

En cuanto a la dimensión Defensa de los propios derechos como consumidor, el 39,6 % se encuentra en el nivel medio y el 33,3 % en el nivel bajo. Estos datos reflejan que las participantes poseen una capacidad limitada para defender sus derechos o expresar desacuerdo ante situaciones injustas, probablemente debido a una baja autoconfianza o a experiencias previas de sometimiento en contextos de desigualdad. En el entorno carcelario, donde las normas y jerarquías son estrictas, las oportunidades para ejercer defensa personal se reducen, lo que podría influir en el desarrollo de conductas pasivas frente a la autoridad.

Respecto a la dimensión Expresión de enfado o disconformidad, el 56,3 % alcanza el nivel medio, lo que constituye el porcentaje más alto entre las dimensiones. Esto indica que la mayoría logra expresar su enojo o desacuerdo de manera moderada, aunque probablemente no siempre de forma asertiva. En este grupo se observa la presencia de estrategias de comunicación más controladas, lo que podría representar un intento adaptativo para evitar conflictos en un entorno de convivencia forzada como el penal.

En la dimensión Decir no y cortar interacciones no deseadas, el 47,9 % de las internas presenta un nivel medio, seguido de un 33,3 % en nivel bajo. Este resultado muestra que la capacidad para establecer límites personales o rechazar peticiones inadecuadas es intermedia, lo cual puede deberse a una tendencia a la complacencia o al temor a generar conflictos. En contextos restrictivos, el uso de esta habilidad puede ser escaso, pues la negativa puede percibirse como una falta de cooperación o como una fuente potencial de tensión interpersonal.

En la dimensión: Hacer peticiones de necesidades, el 47,9 % también se ubica en el nivel medio, lo que sugiere que las internas pueden solicitar ayuda o expresar necesidades, aunque no siempre con claridad o seguridad. Este resultado

puede estar relacionado con experiencias previas de dependencia o con la dinámica institucional que limita la autonomía, haciendo que las peticiones deban realizarse bajo ciertas normas o jerarquías.

Finalmente, en la dimensión Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto, el 47,9 % de las participantes se encuentra en el nivel medio, el 35,4 % en el nivel bajo. Esto refleja que las mujeres presentan dificultades moderadas para iniciar relaciones sociales agradables o cercanas con hombres, lo que podría estar influido por experiencias de vulnerabilidad emocional o por la separación prolongada del entorno familiar y afectivo.

En conjunto, los resultados muestran un predominio del nivel medio con tendencia a niveles bajos en todas las dimensiones de las habilidades sociales, lo que indica que las mujeres privadas de libertad poseen capacidades interpersonales funcionales, aunque limitadas, que les permiten desenvolverse de forma básica en su entorno, pero con dificultades para alcanzar una comunicación plenamente asertiva y equilibrada.

Estos hallazgos se relacionan con la investigación de Caballo (2018), quien señala que las habilidades sociales son conductas aprendidas y condicionadas por las experiencias y el contexto social, y que su desarrollo puede verse afectado por ambientes restrictivos o con escasas oportunidades de interacción positiva.

En este sentido, el contexto penitenciario, caracterizado por normas estrictas y falta de privacidad, puede dificultar la práctica y el fortalecimiento de las conductas asertivas, manteniendo a las internas en un nivel intermedio de competencia social.

Tabla 6. Habilidades sociales por edad

Nivel de habilidades sociales	Edad			Total
	18-25 años	26-35 años	36 años y más.	
Bajo	8	10	2	20
	72,7%	41,7%	15,4%	41,7%
Medio	2	14	7	23
	18,2%	58,3%	53,8%	47,9%
Alto	1	0	4	5
	9,1%	0,0%	30,8%	10,4%
Total	11	24	13	48
	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Nota: Elaboración Propia

En la tabla 6 se observa que las habilidades sociales varían significativamente según la edad de las internas. En el grupo de 18 a 25 años, el 72,7 % presenta un nivel bajo de habilidades sociales, mientras que solo el 9,1 % alcanza un nivel alto. En contraste, en el grupo de 26 a 35 años, predomina el nivel medio con un 58,3 %, seguido por un 41,7 % en nivel bajo, sin registros en el nivel alto. Finalmente, en el grupo de 36 años y más, se evidencia un cambio importante: el 53,8 % se encuentra en el nivel medio y el 30,8 % en el nivel alto, siendo este grupo el que presenta las puntuaciones más elevadas de toda la muestra.

Desde un análisis interpretativo, estos resultados muestran una clara tendencia al desarrollo progresivo de las habilidades sociales con el aumento de la edad. Las mujeres más jóvenes (18-25 años) evidencian mayores dificultades en la expresión, el asertividad y la comunicación interpersonal, lo que puede deberse a una menor experiencia social, a procesos de madurez emocional aún en desarrollo y, en muchos casos, a trayectorias vitales caracterizadas por relaciones conflictivas o contextos familiares disfuncionales. Por el contrario, las mujeres de mayor edad muestran un mayor nivel de autoconocimiento, control emocional y adaptación social, habilidades que se consolidan a lo largo del tiempo y que pueden fortalecer las competencias interpersonales incluso dentro del entorno penitenciario.

En base a esta información se puede indicar que los datos obtenidos sugieren que a medida que aumenta la edad, también aumentan las habilidades sociales. Las

internas de menor edad, quizás por la impulsividad propia de la edad, dan escasa muestras de habilidades sociales.

Diversos investigadores confirman el hecho que las habilidades sociales aumentan con los años. Por ejemplo, Graziosi, M. (2016), en un estudio realizado con reclusas en un penal de España, confirma este hecho, particularmente esta relación se aplica a aquellas internas que están a punto de salir.

El mencionado autor observó que las habilidades sociales tienden a aumentar con la edad debido a una serie de factores y procesos de desarrollo que se producen a lo largo del tiempo. El principal es la edad misma, pues a medida que envejecemos, acumulamos una mayor experiencia en la interacción con otras personas. Hemos tenido más oportunidades de enfrentar diferentes situaciones sociales y aprender de ellas. Esta experiencia nos brinda un mayor conocimiento sobre cómo abordar y responder de manera efectiva en diversas situaciones sociales. Por ejemplo, hemos aprendido qué comportamientos son apropiados en determinados contextos y cómo adaptarnos a las normas sociales. Las internas de mayor edad son las que comprenden con mayor objetividad y precisión los errores cometidos en el pasado.

Graziosi, 2016 considera que la edad también está aparejada al desarrollo cognitivo. A medida que maduramos, nuestro desarrollo cognitivo también influye en nuestras habilidades sociales. Las habilidades cognitivas, como la capacidad de tomar perspectiva, la empatía y la comprensión de las emociones de los demás, se fortalecen con el tiempo. A medida que adquirimos un mayor desarrollo cognitivo, somos capaces de comprender mejor las complejidades de las interacciones sociales y adaptar nuestro comportamiento en consecuencia. Las internas más jóvenes le ponen menos empeño a las terapias laborales y tienen una actitud de infravaloración a todos los proyectos de reinserción social.

Con el paso de los años se acumula más conocimientos, los cuales contribuyen a la autorregulación emocional. Los conocimientos y experiencias podemos entender mejor nuestras propias necesidades y emociones, lo que a su vez

nos ayuda a comunicarnos de manera más clara y efectiva con los demás. Además, una mayor autorregulación emocional nos permite manejar de forma adecuada situaciones de conflicto o estrés, facilitando el mantenimiento de relaciones sociales saludables. Las internas de mayor edad aconsejan y orientan a las de menor edad, conscientes de la inmadurez de estas últimas. Muchas de las internas jóvenes desarrollan una relación maternal con algunas de las internas mayores.

Donde se aprecia con mayor evidencia la ventaja del paso de los años, es en lo relativo al tema del desarrollo de habilidades de resolución de problemas. Con la edad, también desarrollamos habilidades de resolución de problemas más destacados, pues a medida que enfrentamos diversos desafíos en nuestras interacciones sociales a lo largo de los años, adquirimos estrategias y herramientas para resolver conflictos, negociar y tomar decisiones de manera efectiva. Estas habilidades nos permiten abordar situaciones sociales complejas de manera más habilidosa y alcanzar soluciones satisfactorias para todas las partes involucradas. Los programas de seguimiento de las reclusas que fueron beneficiadas con los extramuros, reportan que las internas de mayor edad dan muestras de mayor rehabilitación que las internas de menor edad.

Según Graziosi, (2016) las internas de menor edad afinan su identidad en su juventud y rebeldía. Las internas de mayor edad prefieren compatibilizar su astucia con el respeto a las normas, por lo menos las más básicas. Los datos indican que la edad contribuye a una mejor comprensión de las normas sociales y culturales. Lo que sucede es que a medida que envejecemos, tenemos más oportunidades de familiarizarnos con las normas sociales y culturales que rigen nuestras interacciones. Hemos estado expuestos durante más tiempo a diferentes contextos y escenarios sociales, lo que nos ha permitido comprender mejor las expectativas sociales en cada situación. Esta comprensión nos ayuda a adaptar nuestro comportamiento de manera apropiada y evitar conflictos o malentendidos.

Particularmente los fracasos en la vida tienen el efecto de ocasionar cambios en las prioridades y valores personales. Las personas de mayor edad están en

mejores condiciones de aprender de sus errores. Este cambio de valores puede conducir a un mayor enfoque en la calidad de nuestras relaciones interpersonales y en el desarrollo de habilidades sociales más efectivas. Las reclusas de mayor edad poseen una mayor conciencia de la importancia de las normas sociales saludables, están más motivadas para aprender y mejorar las habilidades sociales a lo largo del tiempo y aprecian en mayor grado la libertad cuando la recuperan. (Graziosi, 2016).

Tabla 7. Habilidades sociales por nivel educativo

	Nivel educativo			Total
Nivel de habilidades sociales	Colegial	Bachiller	Universitario / técnico	
Bajo	3	15	2	20
	37,5%	53,6%	16,7%	41,7%
Medio	5	11	7	23
	62,5%	39,3%	58,3%	47,9%
Alto	0	2	3	5
	0,0%	7,1%	25,0%	10,4%
Total	8	28	12	48
	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Nota; Elaboración Propia

En la tabla 7 se presentan los datos sobre la relación entre las habilidades sociales y el nivel educativo de las internas, donde el nivel de habilidades sociales varía según el grado educativo de las mujeres privadas de libertad. En el grupo con nivel colegial, el 62,5 % presenta un nivel medio de habilidades sociales y el 37,5 % un nivel bajo. En el grupo con nivel bachiller, el 53,6 % muestra un nivel bajo, el 39,3 % un nivel medio. Finalmente, en el grupo con formación universitaria o técnica, el 58,3 % presenta un nivel medio y el 25 % un nivel alto, siendo este grupo el que muestra los mejores resultados globales.

Desde un análisis interpretativo, los resultados reflejan una relación positiva entre el nivel educativo y el desarrollo de las habilidades sociales. Las internas con estudios universitarios o técnicos presentan una mayor capacidad de comunicación asertiva, empatía y autocontrol emocional. Esto puede deberse a que una formación académica más alta suele estar asociada con mayores oportunidades de interacción

social, desarrollo del pensamiento crítico y entrenamiento en la resolución de conflictos, lo que fomenta la expresión adecuada de emociones y la defensa de los propios derechos de forma constructiva.

Por el contrario, las mujeres con menor nivel educativo (colegial o bachiller) tienden a mostrar dificultades en la expresión social y en la autorregulación emocional, posiblemente debido a un acceso limitado a contextos educativos y sociales que promuevan la reflexión interpersonal y el aprendizaje emocional. En el entorno penitenciario, estas limitaciones pueden amplificarse debido a la falta de redes de apoyo y a las dinámicas restrictivas del ambiente.

Los datos de la mencionada tabla sugieren que mayor nivel educativo, mayor nivel de habilidades sociales.

El hecho que el nivel educativo favorece la presencia de habilidades sociales ha sido estudiado por diferentes autores. Al respecto presentamos los resultados obtenidos por Filella y colaboradores (2008), quienes diseñaron y aplicaron un programa de educación emocional en un centro penitenciario, dando especial interés a la formación educativa, presentan el siguiente informe:

En el contexto de la experiencia que se llevó a cabo en una prisión femenina, se evidencia la importancia del nivel educativo y su relación con el desarrollo de habilidades sociales. Los resultados obtenidos respaldan la sustentabilidad de que las habilidades sociales tienden a aumentar con el nivel educativo. Esto es así porque el nivel educativo está posiblemente relacionado con la adquisición de conocimientos en diferentes áreas, incluyendo las habilidades sociales. A través de la educación formal, se brinda a las personas la oportunidad de aprender sobre el comportamiento social adecuado, las normas culturales y las habilidades de comunicación efectiva. Al tener un mayor nivel educativo, es más probable que las personas hayan sido expuestas a un currículo más amplio y completo que incluya temas relevantes para el desarrollo de habilidades sociales. La educación formal contribuye al desarrollo de la comunicación verbal y no verbal, pues las

experiencias educativas predisponen a una mayor exposición a contextos de aprendizaje que enfatizan la mejora de la comunicación efectiva. Durante la educación formal, los individuos tienen la oportunidad de desarrollar habilidades de comunicación verbal y no verbal, como la expresión clara de ideas, el uso de lenguaje adecuado y la interpretación de señales no verbales. Estas habilidades son fundamentales para establecer interacciones sociales exitosas y satisfactorias.

La experiencia confirma que, a mayor desarrollo de la parte educativa formal, mayor desarrollo del pensamiento crítico y la empatía. La educación formal fomenta el desarrollo del pensamiento crítico y la capacidad de comprender diferentes perspectivas. Estas habilidades son fundamentales en el ámbito de las habilidades sociales, ya que permiten a las personas comprender mejor las emociones, necesidades y puntos de vista de los demás. El pensamiento crítico y la empatía facilitan la capacidad de adaptarse a diferentes situaciones sociales y responden de manera adecuada a las demandas sociales.

La educación permite trascender la experiencia particular y expone al individuo a la diversidad. Las personas de mayor nivel educativo tienen la oportunidad de interactuar con individuos de diferentes orígenes socioeconómicos, culturales y étnicos. Esta exposición a la diversidad promueve la comprensión, la tolerancia y la capacidad de adaptarse a diferentes contextos sociales. Al tener un mayor nivel educativo, es más probable que las personas hayan tenido experiencias enriquecedoras que les permitan interactuar de manera efectiva con individuos de diferentes grupos sociales.

Otro aspecto de crucial importancia que favorece la educación a la reinserción social de las reclusas es el desarrollo de habilidades de resolución de problemas. La experiencia en el centro penitenciario demuestra que el nivel educativo está relacionado con el desarrollo de habilidades de resolución de problemas, las cuales son esenciales para el manejo de situaciones sociales complejas.

A través de la educación, las personas aprenden a identificar problemas, analizar opciones y tomar decisiones informadas. Estas habilidades son transferibles al ámbito social, ya que permiten a las personas enfrentar conflictos, negociar y encontrar soluciones en interacciones interpersonales. Por otra parte, las reclusas con mayor nivel educativo, también dieron puntajes más elevados en los tests de confianza personal y autoestima. La educación formal puede contribuir al desarrollo de la confianza y la autoestima pues a medida que las personas adquirieron conocimientos y habilidades a través de la educación, se sintieron más seguras de sí mismas y de sus capacidades. Esta confianza y autoestima fortalecidas son fundamentales para el desarrollo de múltiples estrategias adaptativas del entorno legal.

La educación favorece la toma de conciencia de las normas sociales y culturales. La educación proporciona una base sólida para comprender las normas sociales y culturales que rigen las interacciones humanas, con las cuales las reclusas tuvieron problemas de adaptación.

A medida que los individuos adquieren un mayor nivel educativo, se vuelven más conscientes de las convenciones y expectativas sociales en diferentes contextos. Esta conciencia facilita la adaptación y el comportamiento adecuado en situaciones sociales variadas, fortaleciendo las habilidades sociales y promoviendo la interacción exitosa con los demás. (Filella et al, 2008).

Tabla 8. Habilidades sociales por tenencia de hijos

Nivel de habilidades sociales	Tenencia de hijos		Total
	SÍ tiene hijos	NO tiene hijos	
Bajo	7	13	20
	25,9%	61,9%	41,7%
Medio	15	8	23
	55,6%	38,1%	47,9%
Alto	5	0	5
	18,5%	0,0%	10,4%
Total	27	21	48
	100,0%	100,0%	100,0%

Nota: Elaboración Propia

En la tabla 8 se puede apreciar claramente que las mujeres privadas de libertad que tienen hijos presentan un nivel de habilidades sociales más favorable que aquellas que no los tienen. En el grupo con hijos, el 55,6 % se ubica en el nivel medio y el 18,5 % en el nivel alto, mientras que solo el 25,9 % presenta un nivel bajo. En contraste, entre las mujeres sin hijos, el 61,9 % muestra un nivel bajo, el 38,1 % un nivel medio y ninguna alcanza el nivel alto. En conjunto, la mayoría de las participantes (47,9 %) se encuentra en un nivel medio de habilidades sociales, el 41,7 % en nivel bajo y solo el 10,4 % en nivel alto.

Estos resultados sugieren que la maternidad podría estar asociada con un mayor desarrollo de habilidades sociales. Las mujeres con hijos tienden a desarrollar competencias como la empatía, la comunicación asertiva, la tolerancia y la autorregulación emocional, debido a las demandas afectivas y relacionales que implica la crianza. Estas experiencias pueden fomentar la capacidad de comprender las emociones ajenas, expresar afecto y resolver conflictos de manera constructiva, habilidades esenciales para las interacciones sociales.

Por el contrario, las mujeres sin hijos muestran mayores dificultades en la gestión emocional y en las interacciones sociales, lo cual puede deberse a la falta de experiencias relacionales que promuevan la sensibilidad interpersonal y la responsabilidad afectiva. Además, en el contexto penitenciario, la ausencia de

vínculos familiares fuertes o del rol maternal puede limitar la motivación para mejorar las habilidades comunicativas y sociales.

Desde nuestro punto de vista, es comprensible que las mujeres que tienen hijos tengan algo más de madurez, consideración y prudencia en el trato con los demás. Las mujeres sin hijos quizás se sienten más libres y sin responsabilidades para comportarse de manera más libre y espontánea.

Muchos autores han investigado el tema y han encontrado resultados parecidos. Por ejemplo, Jiménez Morago, J. (2004), en el estudio realizado sobre “La calidad de la atención educativa que reciben los menores residentes con sus madres en los centros penitenciarios españoles”, indica que las reclusas que tienen hijos poseen un mejor comportamiento que las que no los tienen, pues quieren salir lo antes posible de la cárcel para dar una mejor atención a sus hijos. Dicho autor describe de la siguiente manera las conclusiones de su estudio:

Existe asociación entre la maternidad y la socialización de las reclusas. La maternidad implica asumir una serie de responsabilidades y compromisos hacia los hijos. Las reclusas que son madres pueden experimentar mayor motivación para desarrollar habilidades sociales, ya que necesitan comunicarse y relacionarse efectivamente con sus hijos para satisfacer sus necesidades emocionales y físicas. El cuidado parental promueve el desarrollo de habilidades como la empatía, la comunicación efectiva y la resolución de conflictos, ya que las madres deben ser capaces de entender y responder a las necesidades de sus hijos de manera adecuada. La crianza de hijos requiere la capacidad de negociar, adaptarse y establecer límites saludables. Las reclusas que son madres pueden desarrollar habilidades de negociación más fuertes a medida que interactúan con sus hijos, resolviendo conflictos, presentando reglas y compromisos. Estas habilidades de negociación y adaptabilidad también se pueden transferir a otras interacciones sociales, lo que contribuye a un mayor desarrollo de habilidades sociales en general.

La comunicación efectiva es esencial en la relación madre-hijo. Las reclusas que son madres pueden aprender a expresar sus emociones, pensamientos y preocupaciones de manera clara y asertiva para establecer una comunicación

saludable con sus hijos. Estas habilidades de comunicación efectiva pueden extenderse a otros contextos sociales, lo que les permite establecer relaciones más sólidas y satisfactorias con sus compañeras de prisión, personal penitenciario y otros individuos en su entorno. La experiencia de ser madre puede desarrollar la empatía y la comprensión hacia las necesidades y emociones de los demás. Las reclusas que son madres tienen mayor sensibilidad hacia las experiencias de sus hijos y aprender a ponerse en su lugar. Esta capacidad de empatizar y comprender a los demás es fundamental en las habilidades sociales, ya que permite establecer vínculos más fuertes y desarrollar relaciones más significativas. La maternidad es una experiencia transformadora y motivadora para las reclusas. El deseo de proporcionar un mejor futuro para sus hijos los lleva a buscar oportunidades de aprendizaje y crecimiento personal. Esto puede incluir la participación en programas de educación, talleres de habilidades sociales o terapias que fomenten el desarrollo de habilidades sociales. Estas oportunidades de aprendizaje y crecimiento personal contribuyen al desarrollo de habilidades sociales más sólidas.

Las reclusas que son madres suelen recibir apoyo emocional de sus hijos y otros miembros de la familia. El apoyo y las relaciones familiares positivas tiene un impacto significativo en el desarrollo de habilidades sociales. De manera general sea visto que la maternidad implica una mayor conciencia de las consecuencias de los actos, ya que las acciones de una madre tienen un impacto directo en la vida y el bienestar de sus hijos. Esta responsabilidad adicional puede fomentar un comportamiento más prudente y considerado, ya que las reclusas comprenden que sus acciones no solo afectan a ellas mismas, sino también a sus hijos. Como resultado, pueden esforzarse por mejorar sus habilidades sociales, ya que desean ser modelos positivos para sus hijos, mejorar su situación jurídica y mejorar su expediente jurídico, lo cual repercutirá en el futuro a brindarles un ambiente más seguro y saludable a sus hijos.

En todos los casos se ha visto que las reclusas que son madres a menudo tienen un fuerte deseo de reunirse con sus hijos y brindarles una vida mejor. Esta motivación adicional sirve como un incentivo para desarrollar habilidades sociales

más sólidas y positivas. Al mostrar un comportamiento respetuoso, cooperativo y habilidades de comunicación efectivas, pueden demostrar su capacidad para rehabilitarse y trabajar hacia su reinserción en la sociedad, lo que les acerca a la posibilidad de reunificación familiar.

En base a la experiencia investigativa se concluye que ser madre en prisión generara un fuerte deseo de buscar apoyo emocional y consejería para lidiar con las dificultades y desafíos de la maternidad en ese contexto. Las madres rebeldes y altaneras se apaciguan y solicitan colaboración cuando tienen un hijo. Al buscar ayuda y asesoramiento, las reclusas desarrollan habilidades de búsqueda de ayuda, comunicación y colaboración con los profesionales y otros reclusos. Estas habilidades son fundamentales en el ámbito social y tienen un impacto positivo en su interacción con los demás.

La maternidad impulsa a las reclusas a trabajar en el desarrollo de habilidades de autorregulación emocional. La necesidad de mantener la calma y controlar las emociones en beneficio de sus hijos suele promover el aprendizaje de estrategias para lidiar con el estrés, la frustración y la ira.

Estas habilidades de autorregulación emocional son fundamentales en la interacción social, ya que les permite a las reclusas manejar situaciones difíciles de manera adecuada y evitar reacciones impulsivas o agresividades. Por otra parte, la maternidad puede ampliar la capacidad de las reclusas para sentir empatía y compasión hacia los demás. Al experimentar el vínculo materno con sus hijos, desarrollan a su vez una mayor sensibilidad hacia las necesidades y emociones de los demás, lo que se traduce en un comportamiento más empático y comprensivo. Esta capacidad de empatizar con los demás puede influir positivamente en sus habilidades sociales al establecer conexiones más profundas y auténticas con sus compañeras de prisión y el personal penitenciario. (Jiménez Morago, 2004).

5.3.SEGUNDO OBJETIVO

Evaluar el nivel de resiliencia de mujeres privadas de libertad en el penal de Morros Blancos de la ciudad de Tarija.

Para evaluar el nivel de resiliencia de las internas se empleó la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993) la cual valora esta variable a través de 25 ítems y cinco dimensiones.

Tabla 9. Resiliencia

	Frecuencia	Porcentaje
Nivel bajo	8	16,7
Nivel medio	26	54,2
Nivel alto	14	29,2
Total	48	100,0

Nota: Elaboración Propia

En la tabla 9 se puede observar que la resiliencia promedio de las internas corresponde a la categoría nivel medio (54.2%); le sigue en segundo lugar la categoría de nivel alto (29.2%) y en tercer lugar está la categoría nivel bajo (16.7%). Esto quiere decir que, si bien predomina la categoría media, pero la tendencia es hacia la resiliencia alta, pues son mucho más las internas que tienen una resiliencia alta en comparación a las que tienen una resiliencia baja.

Hay que tomar en cuenta que la resiliencia es “La capacidad de sobreponerse ante la adversidad. El conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan tener una vida “sana” viviendo en un medio “insano” (Wagnild y Young, 1993p. 17). Por tanto, los datos sugieren que las reclusas, posiblemente por la situación difícil y hasta traumática por la que están atravesando, han desarrollado una resiliencia media-alta que les permite soportar y sobreponerse a este trance tan crítico en sus vidas.

En base a nuestras observaciones y la literatura consultada al respecto, se procede a describir e interpretar el comportamiento de las reclusas con un nivel de resiliencia medio-alto.

Retomando el concepto que la resiliencia implica la capacidad de adaptarse de manera positiva a situaciones adversas y superarlas, hay que enfatizar que las reclusas se enfrentan a múltiples desafíos y dificultades en su entorno carcelario, como el aislamiento, la privación de libertad y las condiciones restrictivas. A pesar de estas circunstancias, el hecho de que presenten un nivel medio-alto de resiliencia indica que han desarrollado habilidades y estrategias para afrontar y adaptarse a su realidad en prisión. Entre uno de los factores que contribuyen a mantener la resiliencia a un nivel aceptable es la búsqueda de apoyo de las personas que están a su alrededor. No hay que olvidar que la resiliencia está relacionada con la capacidad de buscar y recibir apoyo social y no tratar de afrontar por sí mismos las situaciones difíciles, más aún, si estas exceden los recursos personales. A pesar de encontrarse en un entorno carcelario, las reclusas pueden establecer redes de apoyo entre ellas, lo que les brinda una fuente de sostén emocional y ayuda práctica. Estas conexiones sociales pueden actuar como amortiguadores frente a las dificultades y promover la resiliencia, ya que las reclusas pueden compartir experiencias, recibir consejos y apoyo mutuo.

La situación difícil a la que enfrentan en la prisión obliga a desarrollar estrategias de afrontamiento y resolución de problemas. La resiliencia implica la capacidad de hacer frente a los desafíos y superar las adversidades. En el contexto de la prisión, las reclusas han desarrollado estrategias de afrontamiento eficaces para hacer frente al estrés, la ansiedad y las presiones emocionales. Estas estrategias incluyen la búsqueda de actividades recreativas, la participación en programas educativos, el desarrollo de habilidades de autorregulación emocional y la búsqueda de sentido y propósito en la vida, entre otros. En muchas de las internas se advierte una clara motivación para el cambio y la reinserción. La presencia de un nivel medio-alto de resiliencia en las reclusas debe ser interpretado como un indicador de una clara motivación para el cambio y la reintegración en la sociedad. La resiliencia está asociada con la capacidad de recuperarse de las dificultades y seguir adelante con determinación y esperanza. Las reclusas que presentan este nivel de resiliencia medio-alto están más dispuestas a participar en programas de rehabilitación,

adquirir nuevas habilidades y trabajar en su reintegración social y laboral una vez que cumplan su condena.

Como dijeron más de una reclusa, a la fuerza hay que hacerse resistente y afrontar las adversidades, pues no queda otra alternativa. La fortaleza emocional y adaptabilidad es un rasgo de las personas con resiliencia media-alta.: La resiliencia implica la capacidad de mantener la fortaleza emocional frente a situaciones adversas y adapta de manera positiva a los cambios. Las reclusas que presentan un nivel medio-alto de resiliencia presentan una mayor capacidad para lidiar con el estrés y las dificultades emocionales que surgen en el entorno carcelario. Su capacidad de adaptación les permite enfrentar los obstáculos con mayor flexibilidad y encontrar soluciones constructivas. (Romero, 2003).

A decir de Ruiz Soriano (2018), quien analizó la vida de mujeres madres en una prisión en Madrid, la vida en prisión impone un entorno altamente desafiante y restrictivo que puede tener un impacto significativo en la fortaleza emocional y la resistencia de los individuos. En este contexto, es importante destacar que la cárcel puede ser un ambiente hostil, con altos niveles de estrés, violencia y aislamiento social. En respuesta a estas condiciones, las internas se enfrentan a la necesidad de desarrollar fuerza emocional y resistencia para poder sobrellevar su estadía y afrontar las dificultades que se les presentan. La prisión es un entorno que puede ser física y emocionalmente peligroso, con situaciones de violencia, conflictos y tensiones constantes. Las internas se ven obligadas a enfrentar una serie de desafíos diarios, como la competencia por recursos limitados, el establecimiento de jerarquías sociales y la necesidad de protegerse a sí mismos y a sus pertenencias.

En este contexto, la fortaleza emocional y la resistencia son cruciales para enfrentar las amenazas y salvar su bienestar físico y mental. La vida en prisión a menudo implica un alto grado de aislamiento social y emocional. Las internas pueden experimentar sentimientos de soledad, abandono y falta de apoyo emocional. En este entorno, la capacidad de estabilizarse fuerte y resistente emocionalmente es fundamental para enfrentar la sensación de aislamiento y la falta de conexiones significativas con el exterior. La fortaleza emocional les permite

afrontar la soledad y encontrar formas de mantenerse mentalmente saludables y motivadoras. En este ambiente carcelario tan extremo, las internas pueden estar expuestos a presiones de grupo y expectativas sociales particulares. Para evitar conflictos y protegerse a sí mismos, algunas internas pueden sentir la necesidad de adoptar una actitud de fortaleza y resistencia frente a sus compañeras de prisión. Esto puede implicar mostrar una apariencia de fuerza física y emocional, mantener una actitud protectora o proteger sus emociones en situaciones potencialmente amenazantes. La fortaleza emocional y la resistencia se definen en herramientas de adaptación y autoprotección. La vida en prisión requiere una adaptación constante a un entorno altamente regulado y restrictivo. Las internas deben aprender a navegar por las normas y reglas de la prisión, así como enfrentar las restricciones impuestas en términos de privacidad, libertad de movimiento y acceso a recursos básicos. La fortaleza emocional y la resistencia son esenciales para enfrentar y superar estos obstáculos diarios, manteniendo una actitud de determinación y perseverancia. (Ruiz Soriano, 2018).

Tabla 10. Resiliencia por dimensiones

NIVEL	Dimensiones de la resiliencia									
	Ecuanimidad		Sentirse bien solo		Confianza en sí mismo		Perseverancia		Satisfacción personal	
Nivel bajo	11	22,9	9	18,8	10	20,8	11	22,9	9	18,8
Nivel medio	23	47,9	26	54,2	25	52,1	24	50,0	25	52,1
Nivel alto	14	29,2	13	27,1	13	27,1	13	27,1	14	29,2
Total	48	100,0	48	100,0	48	100,0	48	100,0	48	100,0

Nota: Elaboración Propia

En la tabla 10 se presenta la información sobre la resiliencia desglosada en las cinco dimensiones del test empleado.

En la dimensión de "Ecuanimidad" el porcentaje mayor corresponde a la categoría nivel medio (47.9%), seguido por el porcentaje de la categoría nivel alto (29.2%).

La dimensión de "ecuanimidad" se refiere a la capacidad de tener una perspectiva balanceada y objetivo de la propia vida y las experiencias personales vividas. El hecho que las reclusas tengan una resiliencia media alta puede interpretarse indicando que los hechos traumáticos para ser superados den ser aceptados, primeramente. La vida en prisión puede ser un desafío abrumador y muchas reclusas se enfrentan a una realidad muy diferente a la que conocían antes de su encarcelamiento. Aquellas reclusas que muestran una mayor ecuanimidad pueden ser capaces de aceptar y adaptarse a estas nuevas circunstancias de manera más efectiva. En lugar de resistirse o negar la realidad, desarrollan una perspectiva más objetiva y equilibrada, lo que les permite hacer frente a los desafíos con mayor serenidad y tomar decisiones informadas. Por otra parte, significa una evaluación realista de las experiencias. La ecuanimidad implica una evaluación realista de las experiencias personales. En el contexto de la prisión, las reclusas pueden haber pasado por situaciones difíciles y traumáticas que pueden afectar su bienestar emocional y su visión de sí mismas y de su entorno. Aquellas que muestran una mayor ecuanimidad tienen la capacidad de reflexionar y procesar estas experiencias de manera objetiva, reconociendo tanto los aspectos negativos como los positivos. Esto les permite desarrollar una perspectiva más equilibrada y encontrar formas de crecimiento personal a pesar de las adversidades.

Por otra parte, sobrevivir a la prisión necesita una alta dosis de tolerancia a la frustración y manejo del estrés. La vida en prisión es extremadamente estresante y desafiante, con situaciones que pueden generar frustración, enojo o desesperanza. Aquellas reclusas que exhiben una mayor ecuanimidad son capaces de mantener la calma y abordar estas situaciones de manera más objetiva y equilibrada, evitando respuestas impulsivas o destructivas. Esto les permite manejar el estrés de manera más saludable y tomar decisiones más acertadas. Asimismo, la ecuanimidad implica una mayor autoconciencia y autorreflexión, lo que permite a las reclusas examinar

sus propias emociones, pensamientos y comportamientos de manera objetiva y equilibrada.

Según Wagnild y Young, (1993) aquellas que poseen esta habilidad pueden ser más capaces de reconocer y regular sus propias reacciones emocionales, evitando caer en patrones de pensamientos negativos o autodestructivos. Esto les brinda una mayor claridad y perspectiva, lo que a su vez les ayuda a tomar decisiones más informadas y adaptativas.

Siguiendo con el tabla 10, se puede apreciar que en la dimensión de “sentirse bien solo”, las internas dieron un porcentaje de 54.2% en la categoría nivel medio y un porcentaje de 27.1% en la categoría de nivel alto. La dimensión de "sentirse bien solo", se refiere a la capacidad de autonomía, de resolver los propios problemas, de apreciar los momentos de privacidad y las propias virtudes y atributos personales. En el contexto de la investigación realizada en la prisión de mujeres, este puntaje puede ser interpretado de la siguiente manera:

Como se ha indicado, la vida en prisión puede ser altamente restrictiva en términos de libertad y autonomía. Sin embargo, algunas reclusas pueden desarrollar una mayor capacidad para mantener su autonomía personal dentro de los límites de impuestos por la institución carcelaria. Esto implica la habilidad de tomar decisiones por sí mismas, resolver problemas cotidianos y ejercer control sobre su propia vida dentro de las circunstancias limitantes. Aquellas reclusas que demuestran una mayor capacidad de sentirse bien solas son más propensas a encontrar formas de mantener su autonomía personal y ejercer cierto grado de control sobre su vida en prisión. La capacidad de resolver los propios problemas es un indicador clave de la habilidad para sentirse bien solo. Las reclusas que pueden afrontar y solucionar los problemas y dificultades que se les presentan en su vida cotidiana en prisión, demuestran un mayor nivel de resiliencia en esta dimensión. Esto implica la capacidad de buscar y aplicar estrategias eficaces para enfrentar los problemas, encontrar soluciones alternativas y superar los obstáculos que se les presentan. Al ser capaz de resolver sus problemas, las reclusas pueden experimentar

una sensación de logro y bienestar personal, lo que contribuye a su capacidad para sentirse bien solas.

Por otra parte, la capacidad de apreciar los momentos de privacidad es esencial para sentirse bien solas. A pesar de la falta de privacidad inherente a la vida en prisión, algunas reclusas pueden encontrar formas de disfrutar de momentos de soledad y privacidad, ya sea a través de la búsqueda de espacios tranquilos, la práctica de actividades personales o el cultivo de la introspección, particularmente a través de la oración.

Según Wagnild y Young esta habilidad les permite valorar y aprovechar los momentos de tranquilidad y autorreflexión, lo que contribuye a su bienestar emocional y su capacidad para sentirse bien en su propia compañía. Todo esto equivale a la capacidad de auto apreciación y reconocimiento de las virtudes personales. Sentirse bien solo implica tener una percepción positiva de uno mismo y apreciar las virtudes y atributos personales. En el contexto de la prisión, donde las reclusas pueden experimentar sentimientos de estigmatización y baja autoestima, aquellas que poseen una mayor capacidad de sentirse bien solas pueden mantener una actitud más positiva y valorar sus propias cualidades y fortalezas. Esta apreciación de las virtudes personales les brinda un mayor sentido de valía y contribuye a su bienestar emocional. (Wagnild y Young, 1993).

En cuanto a la dimensión “confianza en sí mismo”, la tabla 10 indica que las reclusas obtuvieron un porcentaje de 52.1% en la categoría de nivel medio y un porcentaje de 27.1% en la categoría de nivel alto. Tomando en cuenta que esta dimensión se refiere a la creencia de poder salir adelante por los propios medios, tener una autoestima positiva, valorar la propia iniciativa y punto de vista y hacer prevalecer los propios derechos y opiniones, se puede decir que las reclusas que tienen un puntaje medio-alto, a pesar de las adversidades tienen fe en su fortaleza y están en gran medida seguras que saldrán adelante. La confianza en sí mismo implica una creencia en la capacidad de superar las dificultades y los desafíos que se presentan en la vida. En el contexto de la prisión, donde las reclusas enfrentan

numerosos obstáculos y limitaciones, aquellas que poseen una mayor confianza en sí mismas tienen una actitud más optimista y perseverante. Creer en su propia capacidad para salir adelante les proporciona la motivación y las determinaciones necesarias para afrontar las adversidades y buscar oportunidades de crecimiento y cambio. Por otra parte, la confianza en sí mismo está estrechamente relacionada con una autoestima positiva. Las reclusas que valoran y reconocen sus propias cualidades y logros tienden a desarrollar una mayor confianza en sí mismas. Aprender su valía y tener una imagen positiva de sí mismas les brinda una base sólida para enfrentar los desafíos y las opiniones negativas que pueden encontrar en el entorno carcelario. Además, una autoestima saludable promueve la resiliencia emocional y la capacidad de estabilizar firmes en la defensa de sus derechos y puntos de vista.

En las reclusas que dieron puntajes elevados en esta dimensión se aprecia una valoración de la iniciativa personal y de su propio punto de vista, a pesar de estar en un ambiente restrictivo. La confianza en sí mismo también se relaciona con la valoración de la propia iniciativa. Aquellas reclusas que confían en su capacidad para tomar decisiones y emprender acciones por sí mismas están más dispuestas a asumir responsabilidad y liderazgo en su propia vida. Valorar la iniciativa personal implica tener la confianza suficiente para buscar oportunidades de crecimiento, aprender nuevas habilidades y tomar medidas proactivas para mejorar su situación en la prisión. Esta actitud fortalece su resiliencia y capacidad para hacer valer sus derechos y puntos de vista. La confianza en sí mismas también se manifiesta en la capacidad para hacer prevalecer los propios derechos y opiniones. En un entorno carcelario, donde las reclusas se enfrentan constantemente a situaciones restrictivas y hasta hechos violentos, pueden encarar estas situaciones de injusticia o abuso, aquellas que poseen una mayor confianza en sí mismas son más propensas a defender sus derechos y expresar sus opiniones de manera asertiva. Tener una confianza sólida en su capacidad para hacer valer sus derechos les brinda la determinación necesaria para abogar por sí mismos y buscar justicia en el contexto de la prisión. (Wagnild y Young, 1993).

La siguiente dimensión es la “perseverancia”. En base a los datos de la tabla 10 se puede indicar que las reclusas obtuvieron un porcentaje mayoritario (50%) en la categoría de nivel medio; le sigue al igual que en las anteriores dimensiones la categoría de nivel alto, con 27.1%. Esta dimensión se refiere a la persistencia a pesar de la adversidad, la capacidad de auto motivarse, arriesgarse y mantener los ideales a lo largo del tiempo. Como se ha indicado, la vida en prisión está llena de dificultades y obstáculos que desafían la capacidad de las reclusas para permanecer firmes en la búsqueda de sus metas, a pesar del encierro. Aquellas que muestran una mayor perseverancia demuestran una capacidad de resistencia y persistencia a pesar de las adversidades, enfocándose en la vida que tendrán al salir de la prisión. Afrontan los desafíos con determinaciones y esforzándose hacia sus objetivos, a pesar de los obstáculos que pueden enfrentar. Esta persistencia les permite superar las dificultades y avanzar hacia un mayor crecimiento y desarrollo personal. Todo esto es posible debido a la automotivación. Todo en la prisión es deprimente y desalentador, por tanto, la única fuerza positiva viene del interior de la persona. La automotivación es un elemento clave de la perseverancia y sobrevivencia en la prisión. Las reclusas que son capaces de motivarse a sí mismas, incluso en momentos difíciles, tienen una mayor probabilidad de mantener su enfoque y dedicación hacia sus metas y de resistir todas las pruebas por las que pasan en el recinto carcelario. La automotivación implica tener claridad sobre los valores propios y metas, y encontrar la determinación interna para seguir adelante a pesar de las circunstancias adversas. Aquellas que poseen esta capacidad pueden encontrar la motivación necesaria para enfrentar los desafíos diarios y mantener su progreso personal; aquellas que no lo hacen se desesperan, se hunden en sus lamentos y depresiones y manifiestan con mucha frecuencia ideaciones suicidas.

La perseverancia también implica la capacidad de asumir riesgos. En el contexto de la prisión, las reclusas pueden enfrentar decisiones difíciles y situaciones donde se requiere coraje y disposición para arriesgarse en pos de un objetivo o ideal. La vida en prisión es una lucha por sobrevivir, no solo por las limitaciones del encierro, sino por la competencia, a veces violenta, con las otras reclusas. Aquellas que son capaces de tomar decisiones audaces y asumir riesgos

calculados tienen una mayor probabilidad de superar barreras y avanzar hacia la transformación personal. Esto implica estar dispuestos a salir de la zona de confort y enfrentar situaciones desconocidas, incluso cuando existan posibles consecuencias negativas. La perseverancia se refuerza cuando las reclusas son capaces de mantener sus ideales y valores a lo largo del tiempo. A pesar de las circunstancias desafiantes y el entorno carcelario, aquellas que mantienen una conexión sólida con sus principios, creencias e ideales frustrados por el encierro, pero que tienen la esperanza de retomar cuando alcancen la libertad, tienen una mayor capacidad para mantenerse enfocadas en sus objetivos y enfrentar las dificultades con determinación. Mantener los ideales y valores personales proporciona una brújula interna que guía su comportamiento y les ayuda a superar los obstáculos que pueden surgir en el camino. (Wagnild y Young, 1993).

Finamente, en relación a la quinta dimensión, “satisfacción personal”, se puede decir que según los datos de la tabla 10, las reclusas dieron el mayor porcentaje (52.1) en la categoría nivel medio; en segundo lugar, está la categoría nivel alto con el 29.2. Esta dimensión se refiere a la capacidad de evaluar los logros alcanzados, concentrarse en los rasgos positivos, sentir orgullo por uno mismo, por la familia, por su origen, a pesar de las adversidades. La satisfacción personal implica la capacidad de reconocer y valorar los logros obtenidos, incluso en un entorno desafiante como la prisión. Aquellas reclusas que pueden identificar y apreciar sus propios logros, ya sean pequeños o grandes, desarrollar un sentido de satisfacción y autoestima positiva. Esto les brinda una base emocional sólida y un impulso motivacional para continuar trabajando hacia metas adicionales. La valoración de los logros alcanzados es esencial para mantener una perspectiva positiva y promover el bienestar emocional en un entorno adverso.

La satisfacción personal implica la capacidad de concentrarse en los rasgos positivos de uno mismo, a pesar de las circunstancias difíciles. En la prisión, donde las reclusas pueden estar expuestas a estigmatización y etiquetas negativas, aquellas que pueden reconocer y apreciar sus propias cualidades y fortalezas tienen más probabilidad de experimentar satisfacción personal. Al enfocarse en los aspectos

positivos de su personalidad, habilidades y logros, pueden mantener una imagen positiva de sí mismos y desarrollar una mayor resiliencia ante las adversidades. La satisfacción personal también se relaciona con el sentimiento de orgullo por uno mismo, su familia y sus ancestros, a pesar de las adversidades. Aquellas reclusas que pueden reconocer su propio valor, así como el valor de su linaje familiar y cultural, experimentan un sentido de pertenencia y conexión que fortalece su identidad. Sentirse orgullosas de su historia y de su capacidad para enfrentar desafíos contribuir a su resiliencia ya una mayor satisfacción personal. Esto les permite mantener un sentido de propósito y motivación en su proceso de reinserción social.

La satisfacción personal se ve reforzada cuando las reclusas pueden superar las adversidades y reconocer su propia fortaleza en el proceso. Enfrentar las dificultades y encontrar formas de superarlas, ya sea a través de la adquisición de habilidades, el crecimiento personal o el establecimiento de relaciones significativas, genera un sentimiento de logro y satisfacción. Aquellas reclusas que valoran su capacidad para afrontar y superar los desafíos encuentran una mayor satisfacción personal en su proceso de rehabilitación. (Wagnild y Young, 1993).

Tabla 11. Resiliencia por edad

NIVEL	Edad			Total
	18-25 años	26-35 años	36 años y más.	
Nivel bajo	4	4	0	8
	36,4%	16,7%	0,0%	16,7%
Nivel medio	5	15	6	26
	45,5%	62,5%	46,2%	54,2%
Nivel alto	2	5	7	14
	18,2%	20,8%	53,8%	29,2%
Total	11	24	13	48
	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Nota: Elaboración Propia

Según la información proporcionada por la tabla 11, a medida que aumenta la edad de las internas, también aumenta el nivel de resiliencia. En el nivel alto, el máximo porcentaje lo tienen las reclusas de 36 y más años, con el 53.8% de los casos de esa edad; las reclusas de 26-35 años tienen un porcentaje menor (20.8%)

y en el rango de 18.25 años el porcentaje es más bajo aún (18.2%). El fenómeno inverso se aprecia en la categoría de nivel bajo, pues aquí se puede apreciar que las internas con el mayor porcentaje (36.4%) son las que tienen 18.25 años; en las de 26-35 años el porcentaje desciende bastante (16.7%) y al llegar a la categoría de 36 y más años, el porcentaje es 0, es decir, ninguna de las internas de más de 36 años puntuó en la categoría de resiliencia baja. En este sentido, los datos pueden ser interpretados indicando que la edad favorece la resiliencia, debido a múltiples factores que a continuación se analizarán en detalle.

Según Arenas y Durán (2018), en base a la investigación “Resiliencia y su relación con variables personales, penales y penitenciarias en mujeres presas”, realizada en la Universidad Loyola Andalucía y Universidad de Málaga, España, las reclusas de mayor edad tienen mayor resiliencia por diferentes factores. Estos son los principales observados por estos autores:

Las reclusas de mayor edad es probable que hayan acumulado una mayor cantidad de experiencias, lo que les ha brindado la oportunidad de desarrollar habilidades de afrontamiento y fortalecer su resiliencia. La capacidad de aprender de las dificultades previas y adaptarse a nuevas situaciones desafiantes puede explicar el aumento de la resiliencia con la edad en las reclusas. Tanto por las experiencias vividas antes del encarcelamiento como por la vida en prisión, las reclusas de mayor edad mostraron un mayor dominio en el uso de estrategias de afrontamiento efectivas. Particularmente habilidades cognitivas que les permiten superar obstáculos y encontrar soluciones viables. Estas habilidades de afrontamiento desarrolladas con el tiempo pueden influir en su resiliencia y capacidad para enfrentar los desafíos con mayor eficacia. Por otra parte, se ha observado que las reclusas de mayor edad tienen mayor probabilidad de contar con personas que les brinden apoyo, incluyendo vínculos familiares, amistades significativas y conexiones comunitarias. Estas redes de apoyo pueden proporcionarles un mayor sentido de pertenencia, apoyo emocional y oportunidades de crecimiento personal, lo que contribuye a su resiliencia en el contexto penitenciario. Las reclusas más jóvenes, al no contar la mayor parte de ellas con

hijos, pareja fija, una familia por parte de su pareja y por conocer menos personas, tienen menos recursos sociales para fortalecer la resiliencia.

Las reclusas de mayor edad son más objetivas y realistas al momento de analizar su situación particular y los acontecimientos que les rodean. Poseen en mayor grado estrategias cognitivas adaptativas que les permiten evaluar objetivamente sus circunstancias y experiencias en prisión. Tienen mayor capacidad de identificación y cuestionamiento de pensamientos negativos o distorsionados, pueden reestructurar su forma de pensar hacia una visión más realista y equilibrada. Por todo esto las reclusas de mayor edad poseen mayor capacidad de adaptación a los diferentes cambios, particularmente al contexto carcelario. Las observaciones realizadas indican que estas personas pueden identificar y cuestionar los pensamientos automáticos negativos y distorsionados que pueden surgir en el entorno carcelario. A través de la cognición cognitiva, pueden cambiar su forma de pensar y adoptar perspectivas más realistas y positivas, lo que les permite enfrentar las adversidades con mayor resiliencia.

Las reclusas de menor edad son más influenciables por modelos sociales y emiten comportamientos inmaduros y rebeldes de manera egocéntrica, sin considerar las consecuencias futuras. Se ha observado que las reclusas de mayor edad han identificado y adoptado comportamientos, habilidades y actitudes resilientes de compañeras de prisión o de figuras significativas en su vida, lo que ha contribuido a su propia resiliencia. Además, son más sensibles y valoran más el apoyo y la influencia positiva de personas dentro de la prisión, como personal penitenciario, psicólogos o programas de rehabilitación, lo cual desempeña un papel importante en el desarrollo de su resiliencia. Las metas de vida, en cuanto a autorrealización, son más realistas y carecen de mayor ubicación, aunque no sean tan elevadas como las de las reclusas más jóvenes. Incluso dentro de la prisión, aprendiendo algún oficio, ayudando a otras compañeras, o simplemente entregándose a la oración, se puede decir las reclusas de la prisión femenina han encontrado formas de autorrealización y crecimiento personal a pesar de las circunstancias desafiantes. Han desarrollado una comprensión más profunda de sí

mismos, han explorado sus valores y metas personales, y han trabajado en su propio desarrollo emocional y espiritual. A través de la autorreflexión y el autoconocimiento, han logrado encontrar un sentido de propósito y valor en sus vidas, a pesar de las limitaciones de la prisión, lo que contribuye a su resiliencia

Por otra parte, se ha podido identificar que las reclusas de mayor edad han desarrollado mecanismos de defensa adaptativos, como la sublimación (canalizar emociones negativas en actividades constructivas), la identificación (identificarse con figuras de apoyo o modelos resilientes) y el desplazamiento (redirigir emociones hacia objetivos más seguros), para proteger su autoestima y mantener una sensación de control. A diferencia de las reclusas jóvenes que sobre todo emplean la negación y la formación reactiva.

De manera general, las reclusas de mayor edad manifiestan una perspectiva más completa de la vida y la afrontan con mayor sabiduría. Con el envejecimiento, por simple probabilidad, las personas suelen adquirir una perspectiva más amplia de la vida y una mayor sabiduría, descartando ciertas conductas erróneas que en el pasado han derivado en fracasos. Esta ventaja, por lo general, no la cuentan las reclusas más jóvenes porque aún no han tenido tiempo para reflexionar sobre sus experiencias y desarrollar una comprensión más profunda de sí mismas y del mundo que les rodea. Esta perspectiva y sabiduría les permite enfrentar los desafíos con una visión más equilibrada y comprender que las dificultades son parte natural de la vida. A diferencia de las reclusas más jóvenes, ven pasar el tiempo con cierta calma y quieren sacar el mayor provecho a esta situación difícil. Además, se ha visto en ellas una tendencia a proporcionar consejos y orientación a las reclusas más jóvenes. (Arenas y Durán, 2018).

Tabla 12. Resiliencia por nivel educativo

NIVEL	Nivel educativo			Total
	Colegial	Bachiller	Universitario / técnico	
Nivel bajo	1	5	2	8
	12,5%	17,9%	16,7%	16,7%
Nivel medio	6	15	5	26
	75,0%	53,6%	41,7%	54,2%
Nivel alto	1	8	5	14
	12,5%	28,6%	41,7%	29,2%
Total	8	28	12	48
	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Nota: Elaboración Propia

En la tabla anterior se puede observar que las internas con mayor nivel educativo, es decir las que han estado hasta algún curso universitario o son técnico medio en alguna rama, poseen un nivel alto de resiliencia en mayor proporción (41.7%), en comparación a los otros grupos, es decir de las internas que son bachilleres (28.6%) y aquellas que solo estuvieron hasta algún grado en el colegio, pero no salieron de bachilleres (12.5%). Estos datos sugieren que el nivel educativo favorece la capacidad de sobrellevar las situaciones difíciles y levantarse de los acontecimientos traumáticos. Diversas investigaciones llevadas a cabo con mujeres en penitenciarias, han hecho referencia a la influencia que tienen los conocimientos, la inteligencia y la actividad intelectual en general sobre la resiliencia. A continuación, se presentan algunos de los resultados de esas investigaciones.

Por ejemplo, se tiene el estudio realizado por Cervelló Donderis, V. (2006), publicado como “Las prisiones de mujeres desde una perspectiva de género”. En dicho artículo se argumenta que la segregación que sufre la mujer, como las barreras sociales que le impiden acceder a la educación en igualdad de condiciones, motiva muchos actos delictivos y estigmatiza mucho más a la mujer que ha pasado por una institución carcelaria. En relación al tema de la influencia de la educación en la resiliencia, el autor manifiesta lo siguiente:

El nivel educativo está asociado con la adquisición de habilidades cognitivas y conocimientos académicos. Las reclusas con mayor nivel educativo han tenido la oportunidad de desarrollar habilidades de pensamiento crítico, razonamiento lógico y capacidad de resolver problemas. Estas habilidades cognitivas pueden ayudar a enfrentar de manera más efectiva los desafíos y adversidades en el entorno carcelario, lo que a su vez contribuirá a su resiliencia. La capacidad de evaluar situaciones, buscar soluciones alternativas y adaptarse a los cambios puede brindarles una ventaja para superar obstáculos y enfrentar el estrés que se presenta en la vida en prisión. El nivel educativo está relacionado con una mayor capacidad de buscar ayuda y apoyo tanto dentro como fuera de la prisión. Las reclusas con mayor educación pueden tener una red de apoyo más amplia, que incluye familiares, amigos, abogados, guardias de la prisión, profesionales en psicología y otros contactos que pueden brindarles orientación y apoyo emocional. Además, es posible que tengan acceso a programas de rehabilitación y oportunidades de capacitación laboral, lo que puede mejorar su autoestima y brindarles una perspectiva más positiva hacia su futuro. La disponibilidad de estos recursos y apoyos puede fortalecer su resiliencia al proporcionarles herramientas adicionales para hacer frente a las dificultades y promover su reintegración exitosa a la sociedad.

La educación también puede jugar un papel importante en el empoderamiento de las reclusas, pues el conocimiento y los grados académicos hacen grandes diferencias. A medida que adquieren conocimientos y habilidades, pueden experimentar un mayor sentido de autonomía y control sobre sus vidas. Esto les permite tomar decisiones más informadas y sentirse más capacitadas para enfrentar los desafíos diarios en la prisión. El sentimiento de autonomía y empoderamiento puede ser un factor crucial en la resiliencia, ya que les brinda la confianza necesaria para enfrentar situaciones difíciles y buscar soluciones positivas. A todo esto, hay que agregarle que el nivel educativo también influye en el desarrollo de habilidades sociales, pues a través de la educación, las reclusas pueden tener la oportunidad de mejorar su capacidad para comunicarse, establecer relaciones saludables y resolver conflictos de manera constructiva. Estas habilidades sociales pueden ser fundamentales para su adaptación en el entorno

carcelario, ya que les permiten establecer relaciones positivas con el personal penitenciario y otras reclusas, lo que a su vez puede brindarles un mayor apoyo emocional y social. El tener habilidades sociales más desarrolladas contribuye decisivamente a la resiliencia al proporcionarles una red de apoyo más sólida y aumentar su capacidad para enfrentar situaciones desafiantes.

Por otra parte, como la educación guarda una estrecha correlación con el nivel intelectual, es entendible que niveles educativos más altos brinden a las reclusas una base sólida para enfrentar y superar la adversidad. A través de la adquisición de conocimientos y habilidades, las reclusas pueden desarrollar estrategias de afrontamiento más efectivas. Por ejemplo, pueden aprender a identificar y regular sus emociones, resolver problemas de manera lógica y buscar apoyo social. Estas habilidades les permiten enfrentar los desafíos y situaciones estresantes en prisión con mayor eficacia, lo que contribuye a su resiliencia. Al ser la inteligencia una estrategia de adaptación al entorno, se puede concluir que el nivel educativo está relacionado con una mayor capacidad de adaptación. Al adquirir conocimientos y habilidades en diversas áreas, las reclusas tienen una base más amplia para adaptarse a diferentes situaciones y entornos. Pueden ser más flexibles en su forma de pensar, encontrar soluciones creativas a los problemas y ajustar sus expectativas según las circunstancias. Esta capacidad de adaptación les permite enfrentar los desafíos en prisión de manera más efectiva y mantener una actitud receptiva frente a la adversidad.

Las reclusas con mayor educación tienen mayor sentido de propósito en la vida y metas claras. La educación puede proporcionar a las reclusas una visión más clara de su futuro. Una educación más completa, otorga una mayor conciencia de sus habilidades y potencialidades, lo que les ayuda a establecer metas realistas y significativas. Este sentido de propósito les brinda motivación y dirección, lo que contribuye a su resiliencia. Por ejemplo, pueden enfocarse en terminar el bachillerato o incluso pretender graduarse como técnicos medios, aprender un oficio o ciertas habilidades específicas que les permitirán mejores oportunidades de empleo después de su liberación. El mayor nivel educativo de por sí otorga mayor autoestima y autoeficacia. Al adquirir conocimientos y habilidades, pueden

experimentar un aumento en su confianza en sí mismas y en su capacidad para superar los desafíos. Este aumento en la autoestima y la autoeficacia les proporciona una base sólida para enfrentar las dificultades en prisión y les ayuda a mantener una actitud resiliente. Por ejemplo, pueden sentirse más seguras al expresar sus opiniones, establecer límites y buscar oportunidades de crecimiento personal. Asimismo, al revisar los expedientes de las reclusas que se beneficiaron con la libertad condicional o irrestricta, se ha podido establecer que un mayor nivel educativo se asocia claramente con una reducción del riesgo de reincidencia. Las reclusas que han recibido una educación más completa pueden tener una mayor conciencia de las consecuencias de sus acciones y una mejor comprensión de cómo evitar comportamientos delictivos en el futuro. Esto les brinda la oportunidad de construir una vida más estable y exitosa después de su liberación, lo que contribuye a su resiliencia

Tabla 13. Resiliencia por tenencia de hijos

NIVEL	Tenencia de hijos		Total
	SÍ tiene hijos	NO tiene hijos	
Nivel bajo	1	7	8
	3,7%	33,3%	16,7%
Nivel medio	16	10	26
	59,3%	47,6%	54,2%
Nivel alto	10	4	14
	37,0%	19,0%	29,2%
Total	27	21	48
	100,0%	100,0%	100,0%

Nota: Elaboración Propia

En la distribución de la resiliencia según la tenencia de hijos, se observa que en ambos grupos poseen un nivel medio de resiliencia, analizando los datos se observa que el 37% de las mujeres que tienen hijos presentan un nivel alto de resiliencia, mientras que solo el 19% de las mujeres sin hijos alcanzan este nivel. Asimismo, el nivel bajo de resiliencia es marcadamente inferior en mujeres con hijos (3,7%) en comparación con las mujeres sin hijos (33,3%). Estos porcentajes evidencian una tendencia consistente: las mujeres privadas de libertad que son madres presentan niveles superiores de resiliencia en comparación con aquellas que no lo son.

Un posible motivo de estos resultados es que la maternidad funciona como un factor protector emocional que incrementa la motivación interna para superar adversidades. Las mujeres que tienen hijos suelen experimentar un mayor sentido de responsabilidad, propósito y conexión afectiva, lo cual favorece la adopción de estrategias de afrontamiento más adaptativas. El hecho de mantener un rol materno, incluso dentro del contexto carcelario, suele impulsar procesos de introspección, autocuidado y búsqueda de estabilidad emocional. En contraste, las mujeres sin hijos pueden no contar con esta fuente de motivación emocional, lo que incrementa la vulnerabilidad psicológica y puede limitar la capacidad de desarrollar resiliencia frente al encarcelamiento, un entorno altamente estresante y disruptivo.

Estos resultados encuentran respaldo en investigaciones previas. Loinaz (2016) destaca que la maternidad actúa como un factor clave para la rehabilitación y la resiliencia en mujeres privadas de libertad, ya que la presencia de hijos genera un propósito vital que las impulsa a mantener conductas más adaptativas y orientadas al cambio. De manera similar, estudios como los de Arenas y Durán (2018) reportan que las mujeres con hijos muestran mayores niveles de resiliencia debido al vínculo afectivo y a la motivación que proporciona el rol materno, lo cual favorece la regulación emocional y la búsqueda de apoyo social. Del mismo modo, Cervelló Donderis (2006) señala que la responsabilidad hacia los hijos incrementa la capacidad de las internas para afrontar experiencias adversas, dado que proyectan su futuro en función del bienestar de sus hijos, lo que les permite mantenerse psicológicamente más estables.

Desde todo punto de vista, la maternidad es un proceso transformador en la vida de una mujer. El hecho de convertirse en madre suele despertar un sentido de responsabilidad, madurez y autoevaluación profunda. En el contexto de la prisión, las reclusas que son madres experimentan una transformación personal significativa a medida que reflexionan sobre las decisiones que las llevaron a estar encarceladas y buscan cambiar su vida para proporcionar un entorno más positivo y estable para sus hijos. La relación madre-hijo suele brindar un sentido profundo de conexión y apego emocional. A pesar de estar separados debido a la encarcelación, las reclusas

pueden mantener un fuerte vínculo afectivo con sus hijos. Este vínculo puede ser una fuente de fortaleza y motivación para mantener la resiliencia. Las reclusas pueden encontrar consuelo y esperanza en el amor incondicional que sienten por sus hijos y en la posibilidad de reunirse y reconstruir una relación sólida con ellos en el futuro. Esta conexión emocional puede impulsar su determinación para superar los desafíos presentes y trabajar en su rehabilitación. La maternidad puede requerir el desarrollo de habilidades parentales, como la comunicación efectiva, el establecimiento de límites, la resolución de conflictos y la empatía.

A través de programas de crianza en la prisión Loinaz, 2016 vio que las reclusas tienen la oportunidad de adquirir y mejorar estas habilidades. El desarrollo de habilidades parentales puede contribuir a su resiliencia, ya que les brinda herramientas y estrategias para enfrentar situaciones adversas tanto en su rol de madre como en su vida en prisión. Además, el éxito en la crianza de sus hijos, incluso en un entorno difícil, puede reforzar su confianza en sí mismas y su capacidad para superar obstáculos. Finalmente, el hecho de tener hijos brinda a las reclusas una nueva perspectiva sobre su vida y un fuerte deseo de cambiar y proporcionar un futuro mejor para sus hijos. Esta perspectiva de cambio puede impulsar su motivación para aprovechar las oportunidades de crecimiento personal y rehabilitación disponibles en la prisión. Las reclusas pueden estar dispuestas a participar en programas educativos, vocacionales o de salud mental con el objetivo de mejorar sus habilidades y superar las circunstancias que las llevaron a la prisión. Esta actitud de búsqueda de cambio y puede fomentar su resiliencia al proporcionarles un sentido de dirección y una creencia en su capacidad para transformar sus vidas.

5.4. TERCER OBJETIVO

Establecer el nivel de expresión de la ira de mujeres privadas de libertad en el penal de Morros Blancos de la ciudad de Tarija.

Para cumplir con el objetivo 3 se ha empleado el Inventario de Expresión de Ira Estado – Rasgo STAXI-NA del autor C.D. Spielberg (1983); adaptación española de V. Del Barrio y A. Aluja (2005). En dicho instrumento se entiende la expresión de la ira como el “estado emocional y consiguiente expresión conductual que incluye sentimientos de variada intensidad, desde una ligera irritación a una rabia o furia intensa, acompañada o no de correlatos conductuales”. (Spielberger, 1983, 10).

Tabla 14. Nivel de expresión de la ira

NIVEL	Frecuencia	Porcentaje
Nulo	2	4,2
Bajo	9	18,8
Moderado	26	54,2
Alto	11	22,9
Total	48	100,0

Nota: Elaboración Propia

En la tabla 14 se observa que la mayoría de las mujeres privadas de libertad del penal de Morros Blancos presentan un nivel moderado de expresión de la ira (54,2 %), seguido por un 22,9 % que muestra un nivel alto. Esto indica que, aunque la mayoría de las participantes logra mantener cierto control sobre la manifestación de la ira, existe un grupo considerable (casi una cuarta parte) con dificultades significativas en la regulación emocional, lo cual puede repercutir negativamente en la convivencia y adaptación al entorno penitenciario.

Estos resultados posiblemente pueden explicarse por las condiciones de estrés, frustración y privación propias del contexto carcelario. Las internas experimentan altos niveles de tensión emocional debido a factores como la separación familiar, las limitaciones de libertad, los conflictos interpersonales y la incertidumbre sobre el futuro. En este sentido, la ira puede funcionar como una

respuesta emocional adaptativa frente a la percepción de injusticia o amenaza, pero cuando se expresa de manera inadecuada o desproporcionada, puede dificultar la integración social y el bienestar psicológico.

Además, el predominio de un nivel moderado sugiere que, si bien muchas mujeres han desarrollado estrategias de afrontamiento que les permiten manejar la ira con cierta eficacia, estas estrategias podrían ser más reactivas que reflexivas, es decir, orientadas a la contención inmediata más que a la resolución constructiva de los conflictos. La presencia de un 22,9 % con alta expresión de ira también refleja la necesidad de intervenciones psicológicas enfocadas en la educación emocional y la regulación de impulsos, especialmente en un entorno donde las emociones tienden a intensificarse.

Estos resultados concuerdan con lo planteado por Spielberger (1999), creador del Inventario de Expresión de la Ira (STAXI-2), quien señala que los niveles elevados de expresión de ira se asocian con una pobre regulación emocional y una mayor propensión a conductas impulsivas o agresivas, mientras que los niveles moderados reflejan un equilibrio entre la expresión y el control de la emoción

A continuación, se interpreta que significa que más de la mitad de la muestra tenga un nivel de expresión de la ira en la categoría moderado, con tendencia al nivel alto.

Estos datos implican que estas mujeres experimentan y manifiestan la ira con mayor frecuencia y/o intensidad en comparación con la población general. Esta información es relevante ya que nos permite comprender mejor la dinámica emocional y conductual de estas mujeres en un entorno altamente estresante como es la prisión.

Según Roth y Zegada, (2016), la vida en prisión implica una serie de restricciones, privaciones y conflictos constantes que pueden generar una acumulación de frustración en las reclusas. Estas frustraciones pueden estar

relacionadas con la pérdida de libertad, la separación de sus seres queridos, la falta de oportunidades de desarrollo personal y la limitación de sus derechos básicos. La falta de recursos para hacer frente a estas frustraciones puede dar lugar a un aumento en la expresión de la ira como una forma de liberación emocional. En este contexto, la ira puede ser utilizada como una estrategia de afrontamiento inadecuado en respuesta al estrés y la adversidad. Al encontrarse en un entorno altamente estresante, algunas reclusas pueden recurrir a la expresión de la ira como una forma de lidiar con sus emociones negativas y como una manera de establecer una sensación de control en una situación donde tienen una sensación de falta de control en otros aspectos de sus vidas. Sin embargo, esta estrategia de afrontamiento puede ser contraproducente, ya que puede aumentar la hostilidad y el conflicto interpersonal, y dificultar la resolución de problemas de manera efectiva.

Es importante considerar que muchas de las mujeres en prisión han experimentado traumas significativos en sus vidas, como abuso, violencia o negligencia. Estos traumas pasados pueden haber dejado secuelas psicológicas y emocionales, y contribuir a una mayor susceptibilidad a la ira. Además, el entorno carcelario en sí mismo puede ser una fuente constante de estrés crónico, lo que puede amplificar la expresión de la ira como una respuesta adaptativa a la adversidad. Las mujeres reclusas pueden carecer de habilidades efectivas para manejar y regular sus emociones de manera saludable.

Para Romero, (2003) las mujeres privadas de libertad pueden haber experimentado una falta de modelos de referencia positivos en su crianza, lo que ha limitado su capacidad para desarrollar habilidades de autorregulación emocional. La falta de oportunidades para aprender y practicar estas habilidades dentro de la prisión puede perpetuar el problema y contribuir a la expresión de la ira de forma más airada. Lo que sucede es que la ira puede funcionar como una forma de desplazamiento emocional en las mujeres reclusas. Dado que pueden experimentar una variedad de emociones intensas y difíciles de manejar, como la tristeza, la frustración o la impotencia, la ira puede ser utilizada como un mecanismo para desviar o encubrir estas emociones subyacentes. La expresión de la ira puede

ofrecer una sensación momentánea de poder y control, requerirá una salida para estas emociones acumuladas.

También hay que tomar en cuenta que la dinámica social en el entorno carcelario puede fomentar la expresión de la ira. Las mujeres reclusas se encuentran en un entorno donde la violencia y los conflictos son más comunes, lo que puede generar un clima emocional tenso. La necesidad de establecer jerarquías y protegerse a sí mismas puede llevar a cabo una mayor expresión de la ira como una forma de autoprotección y defensa ante posibles amenazas o agresiones. Además, por el pasado de cada reclusa y su historia personal, se presume que estas mujeres pueden carecer de habilidades de afrontamiento adecuado para manejar el estrés y las emociones negativas. La falta de acceso a programas de intervención psicológica y la ausencia de recursos para aprender técnicas de manejo de la ira y resolución de conflictos pueden contribuir a una expresión de la ira más intensa.

Para Alanoca, (2020) en ausencia de alternativas saludables, la expresión de la ira puede parecer la única opción disponible para ellas. Además, hay que tomar en cuenta la influencia del contexto donde se han desarrollado gran parte de las reclusas. La forma en que se les ha enseñado a las mujeres reclusas a expresar y manejar la ira puede influir en su comportamiento actual. Si han sido socializadas en entornos donde la expresión de la ira se considera aceptable o incluso alterada, es más probable que muestren niveles más altos de expresión de la ira.

Además, la cultura de la prisión puede reforzar ciertos estereotipos y roles de género, lo que puede influir en cómo las mujeres reclusas experimentan y expresan su ira. A todo esto, hay que agregarle que la vida en prisión puede estar marcada por la falta de recursos y apoyo emocional adecuado para las mujeres reclusas.

La falta de oportunidades para recibir terapia individual o grupal, así como la escasez de programas de desarrollo emocional, puede dificultar el aprendizaje de

estrategias más saludables para manejar la ira. Esta limitación en el acceso a recursos puede contribuir a la expresión de la ira a niveles más altos.

Tabla 15. Nivel de expresión de la ira por dimensiones

NIVEL	Dimensiones de la expresión de la ira					
	Ira-Estado		Ira-Rasgo		Control de la ira	
	F	%	F	%	F	%
Nulo	3	6,3	3	6,3	11	22,9
Bajo	10	20,8	7	14,6	24	50,0
Moderado	25	52,1	25	52,1	10	20,8
Alto	10	20,8	13	27,1	3	6,3
Total	48	100,0	48	100,0	48	100,0

Nota: Elaboración Propia

En la tabla 15 se observa que el nivel moderado predomina en las dimensiones Ira-Estado (52,1 %) e Ira-Rasgo (52,1 %), lo que indica que la mayoría de las mujeres privadas de libertad del penal de Morros Blancos presentan una expresión de la ira dentro de rangos medios. En la dimensión Control de la ira, el nivel moderado representa el 20,8 %. Sin embargo, se evidencia una tendencia hacia niveles altos en las dos primeras dimensiones, con 20,8 % en Ira-Estado y 27,1 % en Ira-Rasgo, lo cual sugiere una inclinación progresiva hacia una mayor intensidad emocional y menor regulación del enojo.

Desde un análisis interpretativo, el predominio del nivel moderado refleja que la mayoría de las internas reconoce y expresa su enojo con cierta frecuencia, pero sin llegar a manifestaciones extremas. Este rango puede considerarse adaptativo, ya que indica la existencia de cierto control emocional y la posibilidad de expresar el malestar de forma relativamente contenida. No obstante, la tendencia hacia el nivel alto señala que, en varias participantes, la ira se experimenta con mayor frecuencia e intensidad, lo que podría estar relacionado con factores propios del entorno carcelario, como el confinamiento, la pérdida de libertad, los conflictos interpersonales y la frustración acumulada.

En la dimensión Ira-Rasgo, la presencia del 27,1 % en el nivel alto sugiere que una parte importante de las reclusas mantiene una disposición estable a sentir irritabilidad o enojo, incluso fuera de situaciones provocadoras. Esto puede reflejar un patrón emocional aprendido vinculado a experiencias de vida previas, como violencia, abandono o injusticia social, que fortalecen la reactividad emocional. Por su parte, la Ira-Estado, con un 20,8 % en nivel alto, muestra que las internas experimentan episodios intensos de enojo en momentos específicos, generalmente como respuesta a situaciones de tensión o amenaza percibida dentro del penal..

El hecho que las reclusas presenten un nivel de expresión de la ira en la dimensión de la "ira-estado" en una categoría moderado-alto, implica que estas mujeres experimentan y manifiestan la ira en un grado significativo en momentos puntuales. El ambiente carcelario puede ser un factor que contribuye a la expresión moderada-alta de la ira en las reclusas. La prisión es un entorno altamente estresante y restrictivo, donde las reclusas pueden enfrentarse a tensiones diarias, conflictos con otras personas, violencia o falta de recursos y oportunidades. Estas circunstancias pueden generar una acumulación de emociones negativas, incluida la ira, que se manifiesta en momentos específicos. Además, las mujeres reclusas pueden experimentar una serie de emociones negativas, como la tristeza, la impotencia y la frustración, como resultado de su situación de encarcelamiento. Estas emociones pueden ser reprimidas en su vida diaria dentro de la prisión debido a las restricciones y expectativas impuestas. Sin embargo, en ciertos momentos, estas emociones reprimidas pueden surgir y manifestarse a través de la ira, lo que explicaría el nivel moderado-alto de expresión de la ira en la dimensión "ira-estado".

Según Del Barrio y Aluja, 2005; Ruiz Soriano, 2018 las reclusas pueden carecer de habilidades de afrontamiento efectivos para manejar situaciones desencadenantes de ira en el momento presente. La falta de acceso a programas de intervención psicológica y recursos de manejo de emociones dentro de la prisión puede limitar su capacidad para controlar y regular sus respuestas emocionales de manera saludable. Como resultado, la ira puede manifestarse en niveles moderados-altos en respuesta a situaciones desencadenantes. También es preciso tomar en

cuenta, que el entorno carcelario puede estar caracterizado por jerarquías y presiones sociales que influyen en la expresión de la ira. Las reclusas pueden sentir la necesidad de defenderse, protegerse o afirmar su posición en la estructura social de la prisión. Esto puede llevar a cabo una mayor expresión de la ira en momentos específicos, como una forma de autopreservación o como respuesta a la agresión o provocación de otras reclusas.

En relación a la dimensión “**ira-rasgo**” se puede ver que el 52.1% de las reclusas dieron un puntaje de expresión moderada de la ira, y el 27.1% se ubica en la categoría de expresión alta. Estos datos indican que la expresión de la ira como rasgo, es decir como un atributo estable de la personalidad, es algo acentuado en las reclusas. Varias de ellas indican que de manera ordinaria son agresivas, expresan fácilmente la ira y que las demás personas así las conocen y les tienen algo de temor o precaución.

Algunas mujeres reclusas pueden tener una disposición innata o una personalidad caracterizada por una mayor propensión a experimentar y expresar la ira en comparación con la población general. Esto podría deberse a una combinación biológica de factores, genéticos y ambientales. La ira como un rasgo de la personalidad puede manifestarse en una variedad de situaciones, incluido el entorno penitenciario, lo que explicaría el nivel moderado-alto de expresión habitual de la ira en la dimensión “ira-rasgo”.

Según Del Barrio y Aluja, 2005; Ruiz Soriano, (2018) el entorno en el que las mujeres reclusas han crecido y se han desarrollado puede haber influido en la adquisición de patrones de expresión de la ira como un rasgo de su personalidad. Si han estado expuestos a modelos de comportamiento agresivo o han experimentado situaciones que fomentaron la ira como una respuesta adaptativa, es probable que hayan internalizado y desarrollado la ira como una característica arraigada en su personalidad. Muchas mujeres reclusas han experimentado traumas significativos y han sido expuestas a altos niveles de estrés crónico en sus vidas, lo que puede contribuir al desarrollo de una expresión habitual de la ira como un rasgo de personalidad. Los traumas pasados y el estrés continuo pueden alterar la regulación

emocional y la capacidad para manejar las situaciones desencadenantes de ira de manera saludable, lo que resulta en una mayor expresión de la ira como un rasgo estable en su personalidad. Por otra parte, las mujeres reclusas pueden presentar dificultades en el desarrollo y uso de habilidades de regulación emocional efectivas. La falta de oportunidades para aprender y practicar estas habilidades dentro de la prisión, combinada con la falta de recursos psicológicos y de intervención, puede perpetuar la expresión habitual de la ira como un rasgo de personalidad en estas mujeres.

En relación a la tercera dimensión, referida al **control de la ira**, se puede observar en la tabla anterior que las reclusas dieron el mayor puntaje en la categoría “bajo” (50%), es decir tienen muy poco control de la ira; le sigue la categoría nula con el 22.9%, lo cual significa que un porcentaje considerable de mujeres no poseen la capacidad de controlar la ira en situaciones críticas y fácilmente pueden agredir a los demás.

Los datos señalados en el párrafo anterior implican que estas mujeres tienen dificultades para regular y la expresión de su ira, y tienden a expresarla fácilmente y en ocasiones de manera desproporcionada. Gran parte de las reclusas tienen poco desarrolladas las habilidades de autorregulación emocional, incluido el control de la ira, lo que las hace impulsivas y de fácil agresión a los demás. Carecen de estrategias efectivas para identificar y gestionar adecuadamente sus emociones, lo que resulta en una tendencia a expresar la ira de manera descontrolada y sin tener en cuenta las normas sociales. Si bien todas las reclusas indican que desde siempre tuvieron problema con este rasgo de sus conductas, hay que tomar en cuenta que la vida en prisión está marcada por altos niveles de estrés, restricciones y tensiones diarias. Este entorno puede generar frustraciones, conflictos y provocaciones constantes, lo que dificulta el control de la ira. La falta de recursos y programas de intervención adecuada dentro de la prisión puede limitar aún más la capacidad de las reclusas para aprender estrategias efectivas de manejo de la ira. Según los relatos de las internas, muchas de ellas han experimentado traumas significativos en sus vidas, como abuso, violencia o situaciones de alto estrés. Estas experiencias pasadas

han afectado negativamente su capacidad para regular la ira y controlar sus respuestas emocionales. Los traumas no resueltos pueden generar una carga emocional adicional y dificultar aún más el control de la ira en el presente.

Para Del Barrio y Aluja, 2005; Ruiz Soriano, (2018) las reclusas carecen de estilos de comunicación asertiva, lo que dificulta la expresión adecuada de sus necesidades y frustraciones. La ira puede ser utilizada como una forma de comunicación ineficaz, pero de fácil acceso, cuando se sienten ignoradas, amenazadas o desfavorecidas dentro del entorno carcelario. La falta de habilidades de comunicación asertiva contribuye a la expresión desproporcionada de la ira. Esa facilidad de expresar la ira las vuelve agresivas, torpes y les da una fama de conflictivas y hasta peligrosas, por lo cual muchas personas prefieren evitarlas. Algunas de las reclusas disfrutaban teniendo esa fama de agresivas, pues indican que les otorga cierta ventaja, pues los demás tienen cierta precaución al dirigirse a ellas; pero el lado negativo es que este rasgo de personalidad les hace proclives a meterse constantemente en problemas.

Tabla 16. Expresión de la ira por edad

NIVEL	Edad			Total
	18-25 años	26-35 años	36 años y más.	
Nulo	0	0	2	2
	0,0%	0,0%	15,4%	4,2%
Bajo	1	4	4	9
	9,1%	16,7%	30,8%	18,8%
Moderado	5	16	5	26
	45,5%	66,7%	38,5%	54,2%
Alto	5	4	2	11
	45,5%	16,7%	15,4%	22,9%
Total	11	24	13	48
	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Nota: Elaboración Propia

En la tabla 16 se puede observar Desde un análisis estadístico, se observa que el nivel moderado de expresión de la ira predomina en todos los grupos etarios, con un 54,2 % del total general. Este nivel alcanza su mayor frecuencia en el grupo

de 26 a 35 años (66,7 %), seguido por el grupo de 18 a 25 años (45,5 %) y el de 36 años o más (38,5 %). Estos resultados indican que la mayoría de las mujeres privadas de libertad experimenta una expresión de la ira en rangos intermedios, lo que refleja una manifestación emocional controlada pero presente.

Sin embargo, se evidencia una tendencia hacia el nivel alto especialmente en el grupo más joven (18 a 25 años), donde el 45,5 % presenta altos niveles de expresión de la ira, en contraste con el 16,7 % de las internas de 26 a 35 años y el 15,4 % de aquellas con 36 años o más. Este patrón sugiere que las mujeres jóvenes tienden a expresar la ira con mayor intensidad e impulsividad, mientras que las de mayor edad muestran una mayor contención emocional y estrategias más adaptativas para manejar el enojo.

Desde una perspectiva interpretativa, el predominio del nivel moderado refleja que las internas, independientemente de la edad, experimentan enojo y frustración de manera frecuente pero con cierto control, lo que puede considerarse una respuesta emocional esperable dentro del contexto carcelario. No obstante, la tendencia hacia la ira alta en las más jóvenes podría explicarse por factores asociados a la inmadurez emocional, menor experiencia vital y estrategias de afrontamiento menos desarrolladas. Además, este grupo puede ser más vulnerable a la frustración y a la tensión del entorno penitenciario, lo que incrementa la reactividad emocional.

En cambio, las mujeres de mayor edad (36 años o más) tienden a mantener niveles moderados y bajos de expresión de la ira, lo que puede atribuirse a una mayor madurez emocional, aceptación de su situación y desarrollo de mecanismos de regulación más estables. Este hallazgo coincide con lo señalado por Spielberger (1999), quien sostiene que la edad y la experiencia favorecen el autocontrol y la regulación de la ira, reduciendo la impulsividad emocional. Asimismo, estudios como el de Dávila y Castañeda (2018) encontraron que la madurez psicológica y la experiencia de vida permiten una mejor gestión de las emociones negativas en contextos de alta presión.

Diversos investigadores han observado una relación inversa entre la edad de las personas y la expresión de la ira. Esto es aplicable a prácticamente todos los contextos. En el caso de la investigación realizada, a medida que las mujeres en prisión envejecen, se observa un descenso en la manifestación de comportamientos agresivos y una mayor moderación y control en la expresión de su ira. La explicación dada por muchos estudiosos del tema es que con el paso del tiempo, las personas tienden a desarrollar una mayor madurez emocional, lo que implica una mejor capacidad para regular y controlar las emociones, incluida la ira. A medida que las reclusas envejecen, es posible que hayan experimentado diversas situaciones y hayan adquirido herramientas y estrategias para gestionar de manera más efectiva sus emociones. Por otra parte, el paso de los años ejerce un cambio en las prioridades y metas de la vida. Esto puede incluir la búsqueda de la rehabilitación, la reconciliación con sus familias, el desarrollo de habilidades y conocimientos, entre otros. Estas nuevas metas y prioridades pueden influir en la forma en que manejan la ira y en su capacidad para expresarla de manera más moderada y controlada.

Las reclusas más jóvenes pueden tener menos experiencia en el manejo de la ira y en el desarrollo de estrategias efectivas de resolución de conflictos. A medida que pasan los años, es probable que hayan tenido más oportunidades de aprender de sus experiencias y de adquirir habilidades de afrontamiento más adaptativas, lo que se refleja en una disminución en la expresión de la ira. Por otro lado, es posible que las mujeres mayores en prisión hayan experimentado cambios en las dinámicas sociales y hayan desarrollado relaciones más estables y significativas dentro del entorno carcelario. Estas relaciones pueden proporcionar apoyo emocional y una mayor sensación de seguridad, lo que a su vez puede contribuir a una menor expresión de la ira. Asimismo, con el paso de los años las reclusas han experimentado las consecuencias negativas de una expresión descontrolada de la ira. Pueden haber aprendido a través de experiencias previas que la agresión y la falta de control emocional pueden resultar en conflictos adicionales, sanciones o repercusiones legales. Incluso muchas de ellas están en

prisión por no haber sabido controlar la ira. Esta conciencia puede motivar a las reclusas mayores a regular y controlar su ira de manera más efectiva.

Según la teoría del desarrollo emocional propuesta por Erik Erikson, el desarrollo emocional se ve influenciado por etapas específicas a lo largo de la vida. En este sentido, a medida que las personas envejecen, pueden atravesar una etapa de madurez emocional en la cual se desarrolla una mayor capacidad para regular y controlar las emociones, incluida la ira. Esto se debe a la adquisición de habilidades socioemocionales y a la consolidación de una identidad más estable, lo que conduce a una menor propensión a la agresión y a una mayor moderación en la expresión de la ira. Desde el cognoscitivismo también se tiene un criterio que aporta una explicación a este fenómeno. El desarrollo cognitivo juega un papel importante en la forma en que las personas procesan y manejan sus emociones. A medida que las personas envejecen, es probable que experimenten un mayor desarrollo cognitivo, lo que les permite comprender mejor las consecuencias de una expresión descontrolada de la ira. Este mayor nivel de desarrollo cognitivo les permite reflexionar sobre las situaciones de manera más amplia, considerar alternativas de respuesta y elegir respuestas emocionales más moderadas y adaptativas.

Sobre el hecho, Albert Bandura, representante del aprendizaje social, opina que el aprendizaje se adquiere a través de la observación y la imitación de los modelos sociales. A medida que las personas envejecen, es probable que hayan tenido la oportunidad de interactuar con diferentes personas y modelos de comportamiento dentro del entorno carcelario. En el caso concreto de la prisión, al observar a otros reclusos que expresan su ira de manera desproporcionada y experimentar las consecuencias negativas asociadas, las reclusas mayores pueden aprender de estas experiencias y modificar su comportamiento, adoptando un estilo más moderado y controlado en la expresión de la ira.

Por otra parte, Heyzer, (2001) en la teoría del envejecimiento positivo, indica que el envejecimiento está asociado con un aumento en la búsqueda de metas significativas y un mayor enfoque en el autorreflexión y el bienestar emocional. Las reclusas mayores pueden priorizar la rehabilitación y la reintegración social, lo que

les lleva a adoptar estrategias más adaptativas para controlar su ira. Además, la experiencia acumulada a lo largo de los años puede proporcionarles una mayor perspectiva sobre las consecuencias negativas de la agresión y una mayor motivación para cambiar su comportamiento.

Tabla 17. *Expresión de la ira por nivel educativo*

NIVEL	Nivel educativo			Total
	Colegial	Bachiller	Universitario / técnico	
Nulo	0	1	1	2
	0,0%	3,6%	8,3%	4,2%
Bajo	1	4	4	9
	12,5%	14,3%	33,3%	18,8%
Moderado	4	17	5	26
	50,0%	60,7%	41,7%	54,2%
Alto	3	6	2	11
	37,5%	21,4%	16,7%	22,9%
Total	8	28	12	48
	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Nota: Elaboración Propia

En la tabla 17 se puede ver que el nivel educativo modera la expresión de la ira. Las reclusas de menor nivel educativo, vale decir las colegiales que no salieron de bachilleres, tienen un nivel de expresión de la ira alto (37.5%); es las c este porcentaje desciende a 21.4% mientras que en las reclusas que estuvieron en la universidad y que incluso algunas de ellas se graduaron como técnico medio, el porcentaje es más bajo aún, pues sólo llega a 16.7%. Al parecer, mientras más educación recibieron, poseen más habilidades para controlar la expresión de la ira y emplean formas menos agresivas.

Según Serrano Jaramillo (2019) la educación es un elemento protector de la agresividad descontrolada y favorece el asertividad. El nivel educativo está asociado con la adquisición de conocimientos y habilidades, incluidas las

habilidades de autorregulación emocional. A través de la educación, las reclusas pueden aprender estrategias cognitivas y comportamentales para manejar y controlar su ira de manera más efectiva. El desarrollo de habilidades de autorregulación emocional puede contribuir a una expresión más moderada de la ira, ya que las mujeres educadas pueden tener una mayor conciencia de las consecuencias negativas de una respuesta agresiva. Un mayor nivel educativo a menudo se asocia con un mayor acceso a recursos y oportunidades, lo que puede influir en la expresión de la ira. Las reclusas con un nivel educativo más alto pueden tener una red de apoyo social más amplia y pueden ser capaces de utilizar recursos comunitarios o programas de rehabilitación que fomenten habilidades de manejo de la ira. Esta mayor disponibilidad de recursos puede ayudar a encontrar alternativas constructivas para expresar y gestionar su ira, reducir así su nivel de expresión descontrolada.

El nivel educativo también puede estar relacionado con un mayor desarrollo de habilidades cognitivas y socioemocionales, como la empatía y la capacidad de perspectiva. Las mujeres educadas pueden ser más capaces de comprender y considerar las situaciones desde múltiples puntos de vista, lo que les permite adoptar una postura más reflexiva y tolerante frente a la ira. Esto puede llevar a una expresión más moderada de la ira, ya que las mujeres educadas pueden ser conscientes de la importancia de considerar las consecuencias de sus acciones y de encontrar soluciones pacíficas a los conflictos. Por otra parte, el nivel educativo puede estar asociado con habilidades avanzadas de comunicación y resolución de conflictos.

Las reclusas con un mayor nivel educativo pueden poseer habilidades de comunicación más efectivas, lo que les permite expresar su ira de manera más asertiva y respetuosa. Además, pueden ser más capaces de identificar y abordar las causas subyacentes de la ira, lo que contribuye a una expresión más controlada y constructiva. También hay que tomar en cuenta que la educación proporciona a las personas una serie de conocimientos y habilidades que pueden ser aplicadas en diversos aspectos de la vida, incluido el manejo de las emociones. Las reclusas con

un mayor nivel educativo tienen más probabilidad de haber adquirido habilidades de regulación emocional avanzadas, lo que les permite controlar y expresar su ira de manera más moderada. Estas habilidades incluyen la identificación y el etiquetado de emociones, la adopción de perspectivas alternativas, el uso de técnicas de relajación y la capacidad de resolver problemas emocionales de manera efectiva.

Serrano Jaramillo, (2019) mencionan que el nivel educativo está relacionado con un mayor conocimiento y acceso a estrategias de afrontamiento adaptativas. A través de la educación, las reclusas pueden haber aprendido técnicas de resolución de conflictos, comunicación asertiva y habilidades de negociación que les permiten expresar su ira de manera constructiva y respetuosa. Además, el conocimiento de estrategias de afrontamiento alternativas les brinda a las reclusas una mayor variedad de opciones para canalizar su ira de manera saludable y productiva. Por otra parte, el nivel educativo puede influir en la forma en que las personas perciben e interpretan las situaciones estresantes o provocadoras. Las reclusas con mayor educación pueden tener una capacidad cognitiva más desarrollada para analizar las causas y las consecuencias de su ira, lo que les permite evaluar de manera más realista las situaciones y elegir respuestas emocionales más apropiadas. Además, un mayor nivel educativo está relacionado con una mayor tolerancia a la ambigüedad y una mentalidad más flexible, lo que puede disminuir la tendencia a responder de manera impulsiva y agresiva.

Las reclusas con un mayor nivel educativo pueden tener una comprensión más sólida de las normas sociales y las consecuencias legales asociadas con la expresión de la ira. Esto les permite evaluar de manera más precisa las posibles repercusiones de una respuesta iracunda y tomar decisiones más informadas sobre cómo manejar su ira de manera adecuada. Además, una comprensión más profunda de las normas sociales puede fomentar un comportamiento más adaptativo y respetuoso hacia los demás, lo que influye en la expresión controlada de la ira.

Tabla 18. Expresión de la ira por tenencia de hijos

NIVEL	Tenencia de hijos		Total
	SÍ tiene hijos	NO tiene hijos	
Nulo	2	0	2
	7,4%	0,0%	4,2%
Bajo	7	2	9
	25,9%	9,5%	18,8%
Moderado	16	10	26
	59,3%	47,6%	54,2%
Alto	2	9	11
	7,4%	42,9%	22,9%
Total	27	21	48
	100,0%	100,0%	100,0%

Nota: Elaboración Propia

En la tabla 18 se puede apreciar que el nivel moderado de expresión de la ira es el más predominante entre las mujeres privadas de libertad, con un 54,2 % del total general. Este nivel se presenta con mayor frecuencia en las internas que tienen hijos (59,3 %) frente a aquellas que no los tienen (47,6 %). Estos datos reflejan que la mayoría de las reclusas, independientemente de su maternidad, experimentan la ira de forma moderada, es decir, reconocen y expresan esta emoción con cierta intensidad, pero sin llegar a manifestaciones descontroladas o agresivas.

No obstante, se evidencia una tendencia hacia el nivel alto de expresión de la ira en las internas sin hijos (42,9 %). Este resultado sugiere que la maternidad podría funcionar como un factor regulador emocional, promoviendo una mayor contención y autocontrol en la manifestación de la ira. Las mujeres con hijos suelen desarrollar mayor sentido de responsabilidad y empatía, lo que podría favorecer la autorregulación emocional y el manejo más equilibrado de los impulsos, incluso dentro del contexto penitenciario.

El predominio del nivel moderado en ambos grupos sugiere que las reclusas son conscientes de su enojo y logran mantener cierto control sobre su expresión. Sin embargo, el marcado incremento del nivel alto en las mujeres sin hijos podría

vincularse con la ausencia de vínculos afectivos fuertes, carencia de apoyo emocional y menor motivación para el autocontrol, lo que incrementa la reactividad emocional ante las tensiones del entorno carcelario.

Al respecto, Arenas y Durán (2018) indican que la maternidad implica una serie de responsabilidades y preocupaciones hacia los hijos. Las reclusas que tienen hijos pueden experimentar un cambio en su perspectiva y prioridades, centrándose en el bienestar y la seguridad de sus hijos. Esta responsabilidad y preocupación materna pueden actuar como un freno para expresar la ira de manera descontrolada, ya que las madres pueden ser conscientes del impacto negativo que ello puede tener en sus hijos. Así, el vínculo con los hijos puede motivar a las reclusas a buscar alternativas más saludables y constructivas para gestionar sus emociones y resolver conflictos. La maternidad conlleva una serie de desafíos emocionales que requieren un mayor nivel de autorregulación. Las reclusas que son madres pueden haber adquirido habilidades de autorregulación emocional a través de su experiencia en la crianza de sus hijos. Estas habilidades pueden transferirse a la forma en que gestionan su propia ira, aprendiendo a controlarla y expresarla de manera más moderada y adaptativa. La necesidad de ser un modelo positivo para sus hijos puede influir en su capacidad para regular sus emociones, lo que se refleja en una menor expresión de la ira.

La presencia de hijos proporciona a las reclusas un sentido de propósito y un vínculo emocional significativo. Este vínculo puede actuar como un factor protector en el manejo de la ira, ya que las reclusas pueden encontrar en sus hijos una fuente de apoyo emocional y motivación para adoptar un enfoque más calmado y controlado ante los desafíos y conflictos. Además, la maternidad puede ofrecer una red de apoyo social más amplia, tanto dentro como fuera de la prisión, lo que brinda a las reclusas recursos adicionales para gestionar su ira de manera efectiva.

La maternidad promueve la reflexión y el crecimiento personal en las reclusas. La responsabilidad de criar a un hijo puede llevar a una mayor autoevaluación y la búsqueda de cambios positivos en la propia conducta y actitudes. Este proceso de reflexión y crecimiento puede implicar el desarrollo de

una mayor conciencia emocional y una mejor comprensión de las consecuencias de la ira descontrolada. Como resultado, las reclusas que son madres pueden estar más motivadas para adoptar estrategias de manejo de la ira más efectivas y saludables. Según las reclusas, el ser madre actúa como un poderoso motivador para el cambio y la transformación personal. El amor y el cuidado hacia los hijos insta a buscar formas de mejorar su comportamiento y controlar sus emociones, incluida la ira. La presencia de hijos puede generar una motivación adicional para aprender nuevas habilidades de comunicación, resolución de conflictos y regulación emocional, con el fin de establecer un entorno saludable y estable para sus hijos. Por tanto, esta motivación lleva a una disminución en la expresión de la ira y a un mayor compromiso con el crecimiento personal.

También se ha puesto en evidencia que la crianza de los hijos implica la formación de un vínculo de apego con ellos. Los vínculos de apego seguro se caracterizan por la confianza, la comunicación y el apoyo emocional mutuo. Las reclusas que tienen hijos pueden experimentar un vínculo de apego significativo con ellos, lo que a su vez puede tener un impacto en la forma en que manejan la ira.

Arenas y Durán, (2018) mencionan que la presencia de un sistema de vínculo de apego seguro puede proporcionar a las reclusas un apoyo emocional y una mayor capacidad para regular sus emociones. Además, la conexión con sus hijos puede fomentar la empatía y la comprensión de las necesidades emocionales de los demás, lo que puede reducir la tendencia a expresar la ira de manera descontrolada. La maternidad implica el desarrollo de habilidades parentales, como la paciencia, la empatía y la resolución de problemas. Estas habilidades pueden transferirse a otras áreas de la vida de las reclusas, incluida la gestión de la ira.

Al aprender a lidiar con las frustraciones y desafíos de la crianza de los hijos, las reclusas pueden adquirir estrategias efectivas de afrontamiento que les permitan manejar la ira de manera más controlada. La adquisición de habilidades parentales puede influir en la forma en que las reclusas se relacionan con su propia ira y en su capacidad para regularla de manera saludable.

La maternidad puede generar un cambio significativo en la perspectiva y las prioridades de las reclusas. Antes de tener hijos, su enfoque puede haber estado

centrado principalmente en sí mismas y en sus propias necesidades. Sin embargo, al pueden convertirse en madres, sus prioridades cambiar hacia el bienestar y el desarrollo de sus hijos. Este cambio de perspectiva puede conducir a un mayor autocontrol ya una disminución de la expresión de la ira, ya que las reclusas pueden ser conscientes de la influencia que su comportamiento tiene en la vida y el desarrollo emocional de sus hijos.

5.5.CUARTO OBJETIVO

Identificar los principales mecanismos de defensa de mujeres privadas de libertad en el penal de Morros Blancos de la ciudad de Tarija.

Para extraer los datos necesarios para el cumplimiento del objetivo cuatro, se ha empleado la Escala de mecanismos de defensa básicos (EMDB II) de Ruiz Ogara et al. (2001). Dicho instrumento valora 12 mecanismos de defensa básicos e identifica cuáles son los mecanismos más frecuentes empleados por el sujeto.

Tabla 19. Principales mecanismos de defensa

Mecanismos de defensa	Bajo		Medio		Alto		Total	
Anulación	8	16,7	40	83,3	0	0,0	48	100,0
Desplazamiento	13	27,1	35	72,9	0	0,0	48	100,0
Formación reactiva	7	14,6	32	66,7	9	18,8	48	100,0
Identificación proyectiva	10	20,8	38	79,2	0	0,0	48	100,0
Introyección	10	20,8	38	79,2	0	0,0	48	100,0
Negación	6	12,5	31	64,6	11	22,9	48	100,0
Proyección	6	12,5	28	58,3	14	29,2	48	100,0
Racionalización	11	22,9	29	60,4	8	16,7	48	100,0
Regresión	9	18,8	39	81,3	0	0,0	48	100,0
Represión	8	16,7	40	83,3	0	0,0	48	100,0
Sublimación	14	29,2	28	58,3	6	12,5	48	100,0
Vuelta contra sí	9	18,8	39	81,3	0	0,0	48	100,0

Nota: Elaboración Propia

Los resultados de la Tabla N.º 19 muestran que las mujeres privadas de libertad del penal de Morros Blancos presentan una clara predominancia en el uso de mecanismos de defensa de nivel medio, con tendencia hacia algunos mecanismos de tipo primario en nivel alto. Los porcentajes más elevados se observan en los mecanismos de represión (83,3 %), anulación (83,3 %), regresión (81,3 %), vuelta contra sí misma (81,3 %), introyección (79,2 %) e identificación proyectiva (79,2 %), lo que refleja un uso significativo de estrategias defensivas inconscientes orientadas a mitigar la angustia y manejar emociones internas conflictivas.

Dentro de los mecanismos con niveles altos de presencia, se destacan la proyección (29,2 %) y la negación (22,9 %), que representan los principales mecanismos de defensa primarios entre las internas. Estos mecanismos implican la atribución de pensamientos o emociones propias a otros (proyección) o el rechazo inconsciente de la realidad dolorosa (negación). Su alta frecuencia sugiere que las reclusas tienden a evadir la responsabilidad emocional o cognitiva de sus acciones como una forma de autoprotección ante el contexto penitenciario y las consecuencias de sus actos.

Por otro lado, mecanismos como la formación reactiva (18,8 % alto) y la racionalización (16,7 % alto), ambos de tipo secundario, también aparecen en proporciones relevantes. Estos implican procesos más elaborados de defensa, como disfrazar sentimientos inaceptables con conductas opuestas o justificar conductas con explicaciones lógicas, lo que indica que algunas internas recurren a formas más maduras de defensa psicológica, probablemente producto de la adaptación progresiva al medio carcelario y la necesidad de mantener cierta estabilidad emocional. Los resultados reflejan una tendencia general al uso de defensas menos adaptativas, donde predominan la represión, regresión y negación, mecanismos que se asocian con dificultades en la expresión emocional consciente y una escasa integración de la experiencia afectiva y racional. Este patrón defensivo puede estar relacionado con las condiciones de vulnerabilidad emocional, sentimientos de culpa y estrés constante que caracterizan la vida dentro del penal.

El mecanismo de defensa de **negación**, el más frecuente entre las reclusas (22.9%). El mecanismo de defensa de negación implica rechazar o negar la existencia de hechos, emociones o pensamientos que resultan amenazantes o perturbadores para la persona. En este caso, los comportamientos típicos de las reclusas que empleando la negación como mecanismo de defensa pueden incluir el rechazo a aceptar su situación actual, minimizar la gravedad de los delitos cometidos o negar cualquier responsabilidad en los mismos. Por ejemplo, una reclusa puede negar su participación en un robo o afirmar que fue influenciada por circunstancias externas, impidiendo así confrontar la realidad de sus acciones. El propósito principal de la negación como mecanismo de defensa es proteger la autoimagen y preservar la estabilidad emocional de la reclusa. Al negar la realidad, la reclusa evita enfrentar las consecuencias emocionales y psicológicas de sus actos. Esto puede generar un alivio temporal de la ansiedad y el malestar asociado con la aceptación de la verdad incómoda. Por ejemplo, al negar su culpabilidad, la reclusa puede mantener una sensación de inocencia y evitar sentimientos de culpa o vergüenza.

Sin embargo, el lado débil de la negación como mecanismo de defensa es que no resuelve los problemas subyacentes ni permite un crecimiento personal adecuado. Al negar la realidad, la reclusa se cierra a la posibilidad de reflexionar sobre sus acciones, aprender de sus errores y buscar formas constructivas de cambio.

Ruiz Ogara et al, (2001); Zabala-Baños et al, (2016); Wittner,(2015); Souci y Vivet, (2013) consideran que la negación perpetúa una falsa percepción de la situación, lo que puede dificultar el desarrollo de la responsabilidad y la capacidad de tomar decisiones más saludables en el futuro. Desde la perspectiva psicodinámica, el predominio de la negación como mecanismo de defensa puede interpretarse como un intento de proteger al yo de la reclusa de emociones y conflictos internos dolorosos. Según esta teoría, la negación puede estar enraizada en experiencias traumáticas o situaciones amenazantes en la vida de la reclusa, donde negar la realidad se convierte en una estrategia adaptativa para preservar la integridad emocional. Por ejemplo, una reclusa que ha experimentado abuso puede

negar o minimizar el impacto del trauma como una forma de lidiar con su dolor y proteger su autoconcepto.

En segundo lugar, aparece el mecanismo de **proyección** (29.2%). La proyección es un mecanismo que implica atribuir y asignar características, sentimientos o pensamientos propios no deseados a otras personas o situaciones externas. Los comportamientos típicos de las reclusas que utilizan la proyección como mecanismo de defensa son variados. Por ejemplo, pueden culpar a otros por sus propias acciones o responsabilidades, negando así su participación en hechos problemáticos o conflictivos. También es común que atribuyan sus propias emociones negativas o impulsos inaceptables a los demás, impidiendo enfrentar sus propias dificultades internas. Por ejemplo, una reclusa puede proyectar su ira hacia una compañera de celda, acusándola constantemente de ser agresiva o hostil, cuando en realidad es ella quien tiene dificultades para controlar su propia ira. La proyección tiene como objetivo principal evitar el malestar emocional y proteger la autoimagen de la reclusa. Al atribuir sus propios aspectos no deseados a los demás, evita confrontar su propia responsabilidad y preservar una imagen idealizada de sí misma. Al externalizar sus conflictos internos, la reclusa puede experimentar un alivio temporal de la tensión y angustia que le genera dichos aspectos no aceptados de su personalidad. Por ejemplo, al culpar a otros por sus acciones, puede sentir momentáneamente un alivio en su conciencia y evadir sentimientos de culpa o vergüenza.

Sin embargo, el lado débil de la proyección como mecanismo de defensa radica en que no aborda ni resuelve los conflictos internos de la reclusa.

Ruiz Ogara et al, 2001; Zabala-Baños et al, 2016; Wittner, 2015; Souci y Vivet, 2013 En expresan que el lugar de enfrentar sus propias emociones y responsabilidades, la proyección perpetúa una dinámica de evasión y negación. Esto puede dificultar el crecimiento personal y el desarrollo de habilidades de afrontamiento saludable. Además, al atribuir constantemente características negativas a los demás, las relaciones interpersonales de la reclusa pueden verse afectadas, tensiones y conflictos necesarios. Según el psicoanálisis, el predominio

de la proyección como mecanismo de defensa puede interpretarse como una forma de proteger el yo de la reclusa de conflictos internos y emociones inaceptables. Según esta teoría, la proyección se aprende y desarrolla en etapas tempranas de la vida, principalmente durante la infancia, cuando los mecanismos de defensa se utilizan para hacer frente a situaciones estresantes o amenazantes. Es posible que las reclusas hayan aprendido a emplear este mecanismo como una forma de lidiar con experiencias traumáticas o situaciones desafiantes en su pasado.

El tercer mecanismo de defensa es el de **formación reactiva** (18.8%). Este mecanismo pertenece a los secundarios, que tienen algo más de funcionalidad y no son tan elementales como los anteriores. La formación reactiva es un mecanismo de defensa en el cual una persona adopta actitudes y comportamientos opuestos a aquellos que realmente siente o desea. En el contexto de las reclusas, los comportamientos típicos asociados a la formación reactiva parecen incluir el exceso de moralidad o virtuosismo, la exhibición de un comportamiento exageradamente amable o generoso, o la expresión de actitudes y creencias extremadamente conservadoras; son las reclusas que las demás llaman soplonas, vendidas o arrastradas, pues ante el personal de la prisión se muestran respetuosas, zalameras, obedientes, pero a espaldas de ellos tienen otra personalidad.

En el caso de las reclusas, la formación reactiva puede manifestarse como una sobrecompensación para ocultar impulsos o sentimientos indeseables, como la agresividad, la ira o el deseo de transgredir las normas establecidas. Por ejemplo, una reclusa que se siente profundamente resentida y enfadada con el sistema puede adoptar una actitud extremadamente sumisa y complaciente con las autoridades penitenciarias, mostrando una aparente conformidad con las reglas y regulaciones, pero a espaldas de los guardias y demás personal critican, maldicen y les guardan gran odio y resentimiento. El propósito principal de la formación reactiva es mantener una fachada o apariencia aceptable y congruente con las expectativas sociales y morales. La reclusa puede temer las consecuencias de expresar sus verdaderos deseos o emociones, por lo que adopta una actitud diametralmente opuesta para evitar la desaprobación o el castigo. Al actuar en contra de sus

verdaderos impulsos, la reclusa busca evitar la ansiedad y el conflicto interno que podría surgir si permitiera que sus verdaderos sentimientos salieran a la luz. Las compañeras, al referirse a este tipo de personas dicen que son lágrimas de cocodrilo, pues lloran de todo, se hacen las víctimas, fingen estar enfermas o desmayarse

Sin embargo, el lado débil de la formación reactiva es que puede generar una disonancia interna significativa y una carga emocional intensa. La reclusa puede experimentar un conflicto interno entre lo que realmente siente y lo que muestra en su comportamiento. Para Ruiz Ogara et al, 2001 esta disonancia puede causar una gran tensión psicológica y agotamiento emocional a largo plazo, ya que la persona se ve obligada a reprimir o negar sus verdaderas emociones y deseos. Desde la perspectiva psicodinámica, el predominio de la formación reactiva puede interpretarse como una respuesta a conflictos internos no resueltos o traumas emocionales pasados. La reclusa puede haber internalizado mensajes sociales o familiares que la han llevado a creer que ciertos impulsos o emociones son inaceptables o peligrosos. Para protegerse de estos sentimientos percibidos como amenazantes, la formación reactiva se convierte en una estrategia defensiva para negar o reprimir esos impulsos.

En cuarto lugar, aparece el mecanismo de defensa denominado **racionalización** (16.7%). Dicho mecanismo también pertenece a los del grupo secundario, pues es menos primitivo e instintivo como los dos primeros, ya que el individuo emplea la lógica, el lenguaje y el sentido común para armar las explicaciones racionales sobre un hecho. Sólo el 16.7% de las reclusas emplea este mecanismo con cierta frecuencia y como un rasgo de su perfil de personalidad; son aquellas internas que dan explicaciones lo más elaboradas y que dan apariencia de verdaderas. Hay que tener en cuenta que la racionalización es un mecanismo de defensa que implica la elaboración de justificaciones lógicas o razonamientos aparentemente lógicos para explicar o validar acciones, pensamientos o sentimientos que de otro modo podrían ser considerados inaceptables o conflictivos.

En el contexto de las reclusas, la racionalización puede manifestarse de diferentes maneras. Uno de los comportamientos típicos asociados con la

racionalización en las reclusas es la búsqueda de explicaciones lógicas para sus acciones delictivas o conductas problemáticas. Pueden intentar justificar sus actos extensos en circunstancias difíciles, influencias externas o creencias personales distorsionadas. Por ejemplo, una reclusa podría racionalizar su participación en actividades delictivas argumentando que fue una respuesta necesaria para sobrevivir o proteger a sus seres queridos; todas las que robaron dicen que fue por necesidad; todas las que estafaron dicen que fue un negocio y que la otra persona sabía a lo que se metía; las encarceladas por la ley 1008, de tráfico de drogas ilegales dicen que ellas no sabían lo que llevaban, que les mintieron o engañaron, etc.

La función principal de la racionalización es preservar la imagen positiva de sí mismas y reducir la disonancia cognitiva. Al encontrar argumentos racionales para respaldar sus acciones, las reclusas pueden evitar enfrentar la culpa, la vergüenza o el remordimiento asociados con sus actos. Al racionalizar, intentan convencerse a sí mismos y a los demás de que sus acciones son justificables o comprensibles dadas las circunstancias. Ruiz Ogara et al, 2001 considera la racionalización puede aliviar temporalmente la tensión emocional y reducir la ansiedad o el malestar psicológico que surge de la discrepancia entre sus acciones y sus valores o normas sociales. Sin embargo, el lado débil de este mecanismo es que puede perpetuar patrones de comportamiento problemático y dificultar la responsabilización y el cambio personal. Al justificar continuamente sus acciones, las reclusas pueden estabilizarse en un estado de negación o evasión de la responsabilidad por sus actos. Desde la perspectiva psicodinámica, el predominio de la racionalización puede entenderse como una forma de defensa contra impulsos o conflictos internos no resueltos. La reclusa puede utilizar la racionalización como una estrategia para negar o minimizar los sentimientos de culpa, vergüenza o ansiedad que podrían surgir si enfrentara directamente sus verdaderas motivaciones o emociones subyacentes.

En último lugar, con el menor porcentaje está el mecanismo de defensa de **sublimación** (12.5%). Este mecanismo que pertenece al nivel secundario, es el más constructivo de todos, pues permite la compensación de un lado débil mediante la

potenciación de alguna habilidad física o mental. Es preciso tener presente que la sublimación es un mecanismo de defensa que implica canalizar impulsos o emociones conflictivas hacia actividades socialmente aceptables y constructivas. En el contexto de las reclusas, la sublimación puede manifestarse sobre todo en su vida pasada, en las acciones constructivas que realizaron y, en el entorno carcelario, participando de la terapia laboral, reflexionando sobre los errores conocidos, ayudando a las otras reclusas, leyendo, haciendo algo de deporte y entregándose a la oración.

Un comportamiento típico asociado con la sublimación en todas las reclusas de las diferentes cárceles de distintos países, es la participación activa en actividades educativas, artísticas, deportivas o laborales dentro de la prisión. Por ejemplo, algunas reclusas pueden dedicarse a la pintura, la escritura, el deporte o la formación académica mientras cumplan su condena. Estas actividades les permiten canalizar su energía, expresar emociones, desarrollar habilidades y lograr un sentido de logro y autorrealización. La función principal de la sublimación es transformar los impulsos o emociones inaceptables en actividades socialmente valiosas. Al involucrarse en actividades constructivas, las reclusas pueden encontrar una salida saludable para sus emociones y superar los impulsos negativos o destructivos. La sublimación proporciona un mecanismo de adaptación que les permite redirigir su energía hacia metas positivas y contribuir al bienestar personal y social.

Según Ruiz Ogara et al, 2001; Zabala-Baños et al, 2016; Wittner, 2015; Souci y Vivet, 2013 la sublimación también puede servir como una forma de liberar la tensión emocional y aliviar la ansiedad. Al dedicarse a actividades significativas y gratificantes, las reclusas pueden experimentar una sensación de satisfacción y equilibrio emocional. Al canalizar su energía hacia objetivos constructivos, pueden encontrar un sentido de propósito y sentido de control sobre su vida, lo que contribuye a su bienestar psicológico. Desde la perspectiva psicodinámica, la sublimación se considera un mecanismo de defensa más maduro y adaptativo. Permite a las reclusas transformar impulsos o emociones negativas en logros

personales y contribuciones sociales. La sublimación implica la integración y el equilibrio de los deseos y necesidades internas con las normas y valores sociales.

Por todos los datos presentados de las reclusas mujeres, se observa un predominio de los mecanismos primarios, como la negación y la proyección, en contraste con una menor presencia de mecanismos secundarios y más elaborados, como la racionalización y la sublimación. Este desequilibrio en el uso de mecanismos de defensa puede tener implicaciones significativas en la situación crítica y antisocial de las reclusas. Los mecanismos primarios, como la negación y la proyección, suelen estar asociados con respuestas inmediatas y automáticas a situaciones de estrés o conflicto. La negación implica rechazar o ignorar la realidad o la existencia de un problema, mientras que la proyección consiste en atribuir a otros los propios sentimientos o deseos inaceptables. Estos mecanismos pueden ofrecer un alivio temporal a la ansiedad y la angustia, pero a largo plazo no abordan los problemas subyacentes ni promueven un cambio positivo en el comportamiento, además que ocasionan situaciones difíciles y conflictivas con los demás, lo cual puede ser una razón para infringir la ley.

Por otro lado, los mecanismos secundarios, como la racionalización y la sublimación, implican una mayor reflexión y elaboración en la respuesta emocional. La racionalización implica justificar o encontrar razones lógicas para explicar el comportamiento o los sentimientos, mientras que la sublimación canaliza las energías y emociones negativas hacia actividades socialmente aceptadas y constructivas. Estos mecanismos secundarios permiten una mayor adaptación y resolución de conflictos, ya que implican una reflexión consciente y la búsqueda de alternativas más saludables y funcionales. Lamentablemente el porcentaje de reclusas que emplean estos dos mecanismos de mayor categoría funcional es muy bajo, casi todas ellas emplean mecanismos de autoengaños que alivian temporalmente la angustia del inconsciente, pero que a la postre ocasiona más problemas que soluciones con el entorno social.

El desequilibrio en el uso de mecanismos de defensa puede ser un reflejo de la situación crítica y antisocial en la que se encuentran muchas reclusas. Las condiciones de vida en prisión, el estrés, la falta de recursos y el entorno hostil

pueden contribuir a que predominen los mecanismos primarios, que ofrecen una respuesta rápida y automática para hacer frente a las tensiones diarias. Estos mecanismos pueden llevar a comportamientos antisociales, conflictos interpersonales y dificultades para el manejo de las emociones. Además, es importante considerar los factores individuales y contextuales que pueden influir en el uso de mecanismos de defensa. Las experiencias de vida previas, los traumas, las habilidades sociales y la educación son variables importantes a tener en cuenta. Aquellas reclusas que poseen un nivel educativo más bajo y carecen de herramientas adecuadas para hacer frente a situaciones desafiantes pueden depender más de los mecanismos primarios de defensa.

Tabla 20. Principales mecanismos de defensa por edad

MECANISMOS PREDOMINANTES	Edad			Total
	18-25 años	26-35 años	36 años y más.	
Formación reactiva	1	8	0	9
	9,1%	33,3%	0,0%	18,8%
Negación	4	5	2	11
	36,4%	20,8%	15,4%	22,9%
Proyección	4	6	4	14
	36,4%	25,0%	30,8%	29,2%
Racionalización	1	4	3	8
	9,1%	16,7%	23,1%	16,7%
Sublimación	1	1	4	6
	9,1%	4,2%	30,8%	12,5%
Total	11	24	13	48
	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Nota: Elaboración Propia

Los resultados de la Tabla N.º 20 evidencian que los mecanismos de defensa predominantes varían en función de la edad de las mujeres privadas de libertad. En el grupo de 18 a 25 años, los mecanismos con porcentajes más elevados son la negación (36,4%) y la proyección (36,4%), ambos de tipo primario, lo que indica que las internas más jóvenes tienden a rechazar la realidad dolorosa o atribuir sus conflictos internos a factores externos como estrategia de protección emocional.

Este patrón sugiere una menor madurez emocional y cognitiva, lo cual coincide con la etapa vital en la que se encuentran, caracterizada por una menor experiencia en la gestión de emociones complejas y en la asunción de responsabilidad personal.

En el grupo de 26 a 35 años, los porcentajes más altos se observan en la formación reactiva (33,3%), la proyección (25,0%) y la negación (20,8%), lo que muestra un uso combinado de mecanismos primarios y secundarios. La presencia destacada de la formación reactiva revela intentos de regular emociones inaceptables mediante conductas opuestas, como aparentar calma frente a la hostilidad o mostrar cordialidad ante el conflicto. Este grupo etario, que representa la mayoría de la muestra, evidencia una transición hacia mecanismos de defensa más elaborados, reflejando una mejor adaptación al entorno penitenciario y una mayor capacidad para controlar impulsos.

Por su parte, las internas de 36 años y más presentan porcentajes más altos en la sublimación (30,8%) y la proyección (30,8%), lo que indica un mayor predominio de mecanismos secundarios y maduros. La sublimación, en particular, refleja la capacidad de transformar impulsos o emociones negativas en conductas socialmente aceptadas o constructivas, como el trabajo, la religión o el aprendizaje. Este resultado sugiere que las mujeres de mayor edad recurren a estrategias más adaptativas, apoyadas en su experiencia de vida y desarrollo emocional, para mantener el equilibrio psicológico ante las adversidades del encierro.

En conjunto, los resultados revelan una tendencia evolutiva en el uso de los mecanismos de defensa: las internas más jóvenes emplean mecanismos primarios (negación y proyección), mientras que las de mayor edad recurren con más frecuencia a mecanismos secundarios y adaptativos, como la formación reactiva y la sublimación. Este patrón sugiere que la edad influye positivamente en la funcionalidad de las defensas psicológicas, favoreciendo el uso de estrategias más elaboradas a medida que aumenta la madurez emocional.

Estos hallazgos coinciden con lo planteado por Ruiz Ogara et al. (2001), quienes sostienen que el tipo de mecanismo de defensa empleado depende del nivel de desarrollo psicológico y emocional del individuo, siendo los mecanismos primarios más frecuentes en personas jóvenes o con menor experiencia vital, mientras que los secundarios se relacionan con una mayor capacidad de introspección, control emocional y adaptación social. En este contexto, se puede afirmar que las internas de mayor edad muestran procesos de afrontamiento más funcionales, lo que contribuye a una mejor estabilidad emocional dentro del entorno penitenciario.

Tabla 21. Principales mecanismos de defensa por nivel educativo

MECANISMOS PREDOMINANTES	Nivel educativo			Total
	Colegial	Bachiller	Universitario / técnico	
Formación reactiva	3	2	4	9
	37,5%	7,1%	33,3%	18,8%
Negación	2	6	3	11
	25,0%	21,4%	25,0%	22,9%
Proyección	3	9	2	14
	37,5%	32,1%	16,7%	29,2%
Racionalización	0	8	0	8
	0,0%	28,6%	0,0%	16,7%
Sublimación	0	3	3	6
	0,0%	10,7%	25,0%	12,5%
Total	8	28	12	48
	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Nota: Elaboración Propia

En la Tabla N.º 21 se observa que los mecanismos de defensa predominantes entre las mujeres privadas de libertad varían según el nivel educativo alcanzado. El análisis de los porcentajes más altos evidencia que, en el grupo con nivel colegial, los mecanismos más utilizados son la formación reactiva (37,5%) y la proyección (37,5%), ambos de tipo primario. Estos resultados indican que las internas con menor nivel educativo tienden a ocultar o transformar sentimientos inaceptables mediante conductas opuestas y a atribuir sus propios impulsos o emociones a otros, lo que refleja una forma defensiva menos consciente y una mayor necesidad de proteger la autoestima frente a la culpa o la frustración.

En el grupo con nivel bachiller, se destacan porcentajes elevados en proyección (32,1%), racionalización (28,6%) y negación (21,4%), lo que sugiere que las internas de este nivel emplean una combinación de mecanismos primarios y secundarios. La proyección continúa siendo el mecanismo predominante, evidenciando una tendencia a desplazar la responsabilidad emocional hacia el entorno, mientras que la racionalización refleja intentos incipientes de dar explicaciones lógicas a comportamientos o emociones difíciles de aceptar. Esto puede interpretarse como una etapa intermedia de elaboración cognitiva, donde aún predomina la defensa inconsciente, pero comienzan a desarrollarse estrategias más adaptativas.

Por su parte, las internas con formación universitaria o técnica presentan porcentajes más elevados en formación reactiva (33,3%) y sublimación (25,0%), mecanismos considerados más elaborados y funcionales. La formación reactiva sugiere control emocional y esfuerzo por mantener conductas socialmente aceptadas, mientras que la sublimación implica la transformación de impulsos negativos en conductas constructivas, como el trabajo, la religión o el aprendizaje. Este patrón evidencia que las internas con mayor nivel educativo poseen mayor capacidad de autorreflexión y regulación emocional, utilizando defensas más maduras para adaptarse al entorno penitenciario.

En conjunto, los datos muestran una tendencia progresiva, donde el nivel educativo influye directamente en el tipo y funcionalidad de los mecanismos de defensa. A medida que el nivel de instrucción aumenta, las internas recurren a mecanismos más elaborados, lo que sugiere que la educación contribuye al fortalecimiento de recursos psicológicos adaptativos y a una mayor conciencia emocional.

Estos resultados son coherentes con lo señalado por Ruiz Ogara et al. (2001), quienes destacan que el uso de mecanismos secundarios como la racionalización o la sublimación está vinculado con mayores niveles de madurez emocional y desarrollo cognitivo, mientras que la recurrencia a mecanismos

primarios, como la negación o la proyección, se asocia a procesos menos conscientes de afrontamiento emocional. De este modo, el nivel educativo se confirma como un factor modulador importante en la estructura defensiva de las mujeres privadas de libertad, influyendo positivamente en su adaptación psicológica dentro del entorno carcelario.

Tabla 22. Principales mecanismos de defensa por tenencia de hijos

MECANISMOS PREDOMINANTES	Tenencia de hijos		Total
	SÍ tiene hijos	NO tiene hijos	
Formación reactiva	4	5	9
	14,8%	23,8%	18,8%
Negación	5	6	11
	18,5%	28,6%	22,9%
Proyección	5	9	14
	18,5%	42,9%	29,2%
Racionalización	8	0	8
	29,6%	0,0%	16,7%
Sublimación	5	1	6
	18,5%	4,8%	12,5%
Total	27	21	48
	100,0%	100,0%	100,0%

Nota: Elaboración Propia

Los resultados de la Tabla N.º 22 muestran diferencias relevantes en los mecanismos de defensa utilizados por las mujeres privadas de libertad según la tenencia de hijos. Se observa que las internas que sí tienen hijos presentan un mayor porcentaje en el uso de la racionalización (29,6%), seguida por la negación (18,5%), la proyección (18,5%) y la sublimación (18,5%). Este predominio de la racionalización indica que estas mujeres tienden a justificar cognitivamente sus acciones o emociones como una forma de reducir la culpa y preservar una autoimagen positiva frente a sus hijos. Este mecanismo puede interpretarse como una estrategia de autoprotección emocional, que les permite sobrellevar el sentimiento de responsabilidad o remordimiento derivado de su conducta delictiva o de la separación familiar.

Además, la presencia de la sublimación (18,5%) entre las madres sugiere la existencia de un proceso de canalización emocional hacia fines constructivos, como el deseo de superación personal o la búsqueda de redención a través del aprendizaje o la fe. Estos resultados pueden relacionarse con lo señalado por Loinaz Ismael (2016), quien sostiene que la maternidad constituye un factor protector clave para la rehabilitación, ya que el amor y la preocupación por los hijos actúan como motor de resiliencia y cambio positivo, impulsando a las mujeres a desarrollar estrategias más adaptativas.

Por otro lado, entre las mujeres que no tienen hijos, los mecanismos más predominantes son la proyección (42,9%), la negación (28,6%) y la formación reactiva (23,8%), todos considerados mecanismos de defensa primarios o intermedios. Este patrón refleja una mayor tendencia a atribuir los problemas o conflictos a factores externos, negando o distorsionando la realidad como forma de afrontamiento. La ausencia de hijos puede estar asociada con menores responsabilidades emocionales y un menor grado de introspección, lo que favorece el uso de defensas menos elaboradas y menos adaptativas frente al entorno carcelario.

En conjunto, los resultados revelan que las mujeres con hijos tienden a emplear mecanismos de defensa más funcionales y racionales, mientras que aquellas sin hijos predominan en mecanismos primarios como la proyección y la negación. Esto evidencia una clara tendencia hacia mecanismos más maduros entre las madres, posiblemente influenciada por el vínculo afectivo y el sentido de responsabilidad hacia sus hijos, que actúa como motivador de autorregulación emocional y reflexión.

Estos hallazgos se alinean con lo planteado por Cervelló Donderis (2006) y Arenas y Durán (2018), quienes destacan que la maternidad y el apoyo familiar se relacionan con un mayor nivel de resiliencia y madurez emocional, facilitando la adopción de estrategias psicológicas más adaptativas. De este modo, la presencia de hijos parece favorecer el uso de defensas secundarias, como la racionalización o

la sublimación, que contribuyen al equilibrio emocional y a la posibilidad de rehabilitación psicológica dentro del contexto penitenciario.

5.6. ANÁLISIS DE LAS HIPÓTESIS

Hipótesis 1. El nivel de habilidades sociales es bajo de mujeres privadas de libertad en el penal de Morros Blancos de la ciudad de Tarija.

De acuerdo con los resultados obtenidos, la mayoría de las internas presentan un nivel medio de habilidades sociales (47.9%), seguido de un porcentaje considerable en nivel bajo (41.7%), mientras que solo un 10.4% alcanza un nivel alto. Por lo tanto, esta hipótesis **se rechaza**, ya que el nivel predominante no es bajo, aunque sí se evidencia una tendencia hacia niveles deficitarios. Estos resultados reflejan dificultades de socialización y adaptación interpersonal, propias del entorno penitenciario, donde las oportunidades de interacción y desarrollo de competencias sociales se encuentran limitadas.

Hipótesis 2. El nivel de resiliencia es alto de mujeres privadas de libertad en el penal de Morros Blancos de la ciudad de Tarija.

Según la Tabla N° 9, el 54.2% de las internas presenta un nivel medio de resiliencia, el 29.2% un nivel alto y el 16.7% un nivel bajo. Esto indica que, aunque predomina el nivel medio, existe una tendencia hacia la resiliencia alta, dado que la proporción de internas con resiliencia alta supera ampliamente a las de resiliencia baja. En este sentido, la hipótesis **se rechaza**, pues no se confirma que la resiliencia sea alta de manera predominante, sí se evidencia una inclinación positiva hacia dicho nivel. Estos resultados sugieren que, a pesar de las condiciones adversas del contexto carcelario, las internas muestran recursos personales y motivacionales, como la maternidad y el deseo de reintegración, que fortalecen su capacidad de afrontamiento.

Hipótesis 3. El nivel de expresión de la ira es alto de mujeres privadas de libertad en el penal de Morros Blancos de la ciudad de Tarija.

En la tabla 14 se observa que la mayoría de las mujeres privadas de libertad del penal de Morros Blancos presentan un nivel moderado de expresión de la ira (54,2 %), seguido por un 22,9 % que muestra un nivel alto. Esto significa que la emoción de ira está presente de manera significativa, aunque sin alcanzar niveles clínicamente preocupantes. Por lo tanto, la hipótesis **se rechaza**, ya que el nivel predominante es moderado, sin embargo, la inclinación hacia lo alto refleja un estado emocional tenso e inestable, característico de las condiciones restrictivas y el estrés diario en el entorno penitenciario.

Hipótesis 4. Los principales mecanismos de defensa son la negación y la regresión de mujeres privadas de libertad en el penal de Morros Blancos de la ciudad de Tarija.

De acuerdo con la Tabla N° 22, los mecanismos de defensa más utilizados por las internas son la proyección (29.2%) y la negación (22.9%), seguidos por la formación reactiva (18.8%), la racionalización (16.7%) y la sublimación (12.5%). La regresión no figura entre los mecanismos predominantes. Por lo tanto, la hipótesis **se acepta parcialmente**, dado que la negación coincide con lo planteado, pero la regresión es reemplazada por la proyección como mecanismo dominante. Este hallazgo sugiere que las internas tienden a atribuir a los demás sus propios impulsos o conflictos internos (proyección) y a negar aspectos dolorosos de su realidad (negación), lo cual constituye una forma de defensa frente a la culpa, el miedo o la angustia generados por su situación de encierro.

6.1. Conclusiones

En la parte final del trabajo de investigación se presentan las conclusiones derivadas del análisis de los objetivos específicos:

Objetivo 1. Identificar el nivel de habilidades sociales

Se entiende por habilidades sociales el conjunto de comportamientos y destrezas interpersonales que permiten establecer relaciones adecuadas, expresar sentimientos, defender los propios derechos y responder de manera asertiva en diferentes contextos sociales. En el presente estudio se evidenció que las internas se caracterizaron principalmente por un nivel medio de habilidades sociales, con tendencia hacia lo bajo, lo que refleja ciertas limitaciones en la comunicación y el asertividad. La habilidad más destacada fue la autoexpresión en situaciones sociales, mientras que la más débil correspondió a la defensa de los propios derechos. En relación con la edad, las mujeres más jóvenes mostraron una mayor dificultad en la expresión, comunicación y asertividad; respecto al nivel educativo, las de mayor instrucción evidenciaron un mejor desempeño social. En cuanto a la tenencia de hijos, se observó que las que no tienen hijos presentan mayor inseguridad en sus interacciones.

Objetivo 2. Evaluar el nivel de resiliencia

La resiliencia se concibe como la capacidad psicológica que permite enfrentar, superar y transformarse positivamente ante situaciones adversas o estresantes, conservando la estabilidad emocional y el sentido de propósito vital. Los resultados evidenciaron un nivel medio de resiliencia con tendencia baja, lo que indica recursos personales limitados para afrontar la adversidad. Las dimensiones más fortalecidas fueron el sentido de vida y la perseverancia, mientras que la ecuanimidad resultó más debilitada. Se observó que las internas con mayor nivel educativo presentan niveles más altos de resiliencia, mientras que aquellas con menor instrucción tienden a puntuar más bajo. En relación con la tenencia de hijos, las madres demostraron mayor perseverancia y motivación, interpretándose

que los hijos constituyen un factor protector y un estímulo significativo para la superación personal.

Objetivo 3. Conocer el nivel de expresión de la ira

La expresión de la ira se define como la manera en que las personas manifiestan, canalizan o regulan la emoción de enojo ante situaciones que generan frustración, injusticia o amenaza. En el estudio se encontró que la mayoría de las participantes presenta un nivel moderado de expresión de la ira, con tendencia hacia el alto, lo que confirma que esta emoción es frecuente en el contexto penitenciario. La dimensión más destacada fue la ira rasgo, dirigida hacia otras personas o factores externos, un nivel bajo de control de la ira. Las internas más jóvenes mostraron una mayor intensidad en la expresión de la ira, mientras que las de menor escolaridad evidenciaron tienen un nivel expresión de la ira alto. En cuanto a la tenencia de hijos, las reclusas sin hijos manifestaron una expresión más intensa de la ira.

Objetivo 4. Identificar los principales mecanismos de defensa

Los mecanismos de defensa se definen como procesos psicológicos inconscientes que el individuo emplea para reducir la ansiedad, proteger su autoestima y manejar conflictos internos o externos que resultan emocionalmente perturbadores. Los resultados evidenciaron que los mecanismos más utilizados por las internas fueron la proyección y la negación, ambos considerados primarios y menos adaptativos, lo que refleja dificultades en la elaboración emocional y en la gestión constructiva del malestar. Mecanismos secundarios, como la sublimación, se presentaron en menor medida, limitando así el afrontamiento funcional de las experiencias adversas. En cuanto al nivel educativo, las internas con mayor instrucción tendieron a emplear mecanismos de defensa como la sublimación y formación reactiva y negación, mientras que aquellas con menor nivel escolar recurrieron principalmente a mecanismos de sublimación y formación activa. Respecto a la tenencia de hijos, se identificó que las madres utilizaron con mayor frecuencia racionalización la sublimación y negación como mecanismo de defensa, lo cual puede interpretarse como una forma de amortiguar la angustia derivada de la separación de sus hijos y la culpa asociada a su situación.

Conclusión general

De manera global, se concluye que las mujeres privadas de libertad en el penal de Morros Blancos se caracterizan por tener habilidades sociales limitadas, resiliencia media con tendencia alta, expresión de ira frecuente y predominio de mecanismos de defensa primarios.

6.2. RECOMENDACIONES

Para futuros investigadores

Se recomienda que futuras investigaciones amplíen el alcance del estudio incluyendo diversas cárceles y penitenciarías, También se sugiere explorar con mayor profundidad la influencia de factores como el abuso, la maternidad y las relaciones interpersonales dentro del entorno penitenciario. La incorporación de diseños longitudinales sería beneficiosa para observar la evolución de dichas variables a lo largo del tiempo, especialmente en el proceso de reintegración social de las internas una vez liberadas. Finalmente, se recomienda complementar los estudios cuantitativos con enfoques cualitativos, como entrevistas o grupos focales, que permitan acceder a una visión más profunda y enriquecida sobre las experiencias y perspectivas de las mujeres privadas de libertad.

Para psicólogos y profesionales del área penitenciaria

Se recomienda desarrollar e implementar intervenciones grupales o individuales centradas en el reconocimiento y manejo de emociones intensas, como la ira, utilizando técnicas de reestructuración cognitiva, entrenamiento en autocontrol y resolución de conflictos. Estas estrategias favorecen la disminución de conductas impulsivas y agresivas dentro del establecimiento penitenciario

Es fundamental que los psicólogos y demás profesionales implementen programas terapéuticos integrales que aborden no solo las habilidades sociales, sino también el manejo de emociones, la resiliencia y la expresión adecuada de la ira. Se sugiere incluir técnicas de manejo del estrés, control de impulsos y estrategias

orientadas a fortalecer la autoestima, promoviendo así la autonomía emocional de las internas. Asimismo, es necesario realizar evaluaciones psicológicas periódicas para identificar necesidades individuales y diseñar planes de intervención personalizados y adaptados a las características específicas de cada mujer y al contexto en que se encuentran. Crear espacios terapéuticos seguros que fomenten la expresión emocional y la reflexión en el proceso de rehabilitación es clave para el bienestar psicológico de las internas.

Para la carrera de Psicología

Se recomienda fortalecer la formación académica y práctica en áreas específicas de psicología forense y penitenciaria, con el fin de preparar a los futuros profesionales para intervenir eficazmente en contextos carcelarios. Los programas de estudio deben incluir asignaturas que aborden las particularidades psicológicas de las personas privadas de libertad, así como promover la investigación aplicada en este campo. Es esencial que los estudiantes reciban capacitación en técnicas de intervención adaptadas a las necesidades emocionales, cognitivas y sociales de esta población. Asimismo, se debe fomentar la colaboración interdisciplinaria con otros profesionales del ámbito penitenciario, como trabajadores sociales y educadores, para propiciar una atención integral que facilite la reintegración social. Además, es valioso incentivar la realización de tesis y proyectos de investigación centrados en la resiliencia y las dinámicas psicológicas en cárceles, con el objetivo de enriquecer el conocimiento y aportar soluciones innovadoras a los retos que enfrentan las personas privadas de libertad.