



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA
DE MÉXICO**

**FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES
IZTACALA**

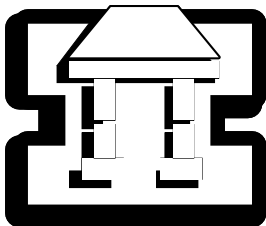
**“FORMACIÓN DE PROMOTORES COMUNITARIOS DE LA
NO-VIOLENCIA; UNA ALTERNATIVA PARA PREVENIR LA
VIOLENCIA DE GÉNERO EN LOS CENTROS DE
READAPTACIÓN SOCIAL”**

T E S I S

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A :
L I L I A N A M O N R O Y S Á N C H E Z**

**ASESORA:
LIC. MARÍA KENIA PORRAS OROPEZA**

**DICTAMINADORAS:
LIC. GISEL LÓPEZ HERNÁNDEZ
LIC. MARÍA ESTHER RODRÍGUEZ DE LA ROSA**



TLALNEPANTLA, EDO. DE MÉXICO

2007



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

*A mi familia y a todas las personas que me han acompañado,
mi más sincero agradecimiento.*

Los y las quiero.

ÍNDICE

RESUMEN

INTRODUCCIÓN

2

CAPÍTULO 1. ENFOQUE CENTRADO EN LA PERSONA (ECP)

8

1.1 Existencialismo y Fenomenología	9
1.2 Historia de la Psicología Humanística	11
1.2.1 Concepción del ser humano	12
1.2.2 Sensaciones, emociones y sentimientos	15
1.3 Teoría de la personalidad y la dinámica de la conducta	17
1.4 Teoría de las relaciones interpersonales	20
1.5 Actitudes básicas	22
1.5.1 Congruencia y autenticidad	22
1.5.2 Comprensión empática	24
1.5.3 Consideración positiva incondicional	25
1.6 Áreas de aplicación del ECP	27
1.6.1 Individual	27
1.6.2 Grupal	27
1.7 Facilitando grupos	29

CAPÍTULO 2. VIOLENCIA

32

2.1 El poder como posibilidad	32
2.2 Formas de violencia	34
2.2.1 Violencia Política	36
2.2.2 Violencia económica	39
2.2.3 Violencia de género	40
2.3 Derechos Humanos	44

CAPÍTULO 3. CENTROS DE READAPTACIÓN SOCIAL

48

3.1 Diagnóstico general	48
3.2 Situación de las mujeres privadas de su libertad	50
3.3 Técnicos penitenciarios	53
3.4 Personal de custodia	54
3.5 Centro Femenil de Readaptación Social Santa Marta Acatitla (CEFERESO S.M.A)	55
3.5.1 Diagnóstico Comunitario Participativo	57

CAPÍTULO 4. PROPUESTA METODOLÓGICA PARA FORMAR PROMOTORES COMUNITARIOS DE LA NO-VIOLENCIA EN LOS CENTROS DE READAPTACIÓN SOCIAL	61
4.1 Justificación	62
4.2 Modelo de Atención en Manejo de Emociones (AME)	65
4.3 Curso-taller “Promoviendo la no-violencia”	67
4.3.1 Objetivos	68
4.3.2 Metodología	69
4.3.3 Estructura de las sesiones y actividades	69
4.3.4 Evaluación e indicadores	91
DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	94
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	102
ANEXOS	

RESUMEN

La presente es una tesis teórica con propuesta empírica para obtener el grado de Licenciado en Psicología, se divide en cuatro capítulos: en el primero se hace una revisión teórica del *Enfoque Centrado en la Persona*, desde sus orígenes filosóficos, la concepción del ser humano y las condiciones suficientes y necesarias para poder llevar a cabo dicha forma de trabajo tanto individual como grupal; el segundo capítulo se nombra *Violencia* y es una exploración sobre dicho tema, el poder y tres formas específicas de ejercerla (política, económica y de género) para terminar con el tema de los derechos humanos; el tercer capítulo *Centros de Readaptación Social* presenta el panorama y las condiciones de los lugares destinados a la readaptación, poniendo principal interés en los centros femeniles y particularmente en el Centro Femenil de Readaptación Social Santa Marta Acatitla (CEFERESO S.M.A.). La revisión teórica de dichos temas permite presentar una propuesta de intervención comunitaria para formar promotores comunitarios de la no-violencia, objetivo de este material, esta alternativa empírica ocupa el cuarto capítulo titulado *Propuesta metodológica para formar promotores comunitarios de la no-violencia en los centros de readaptación social*.

INTRODUCCIÓN

La filosofía existencialista propone un análisis a la existencia individual del ser humano, haciendo una comprensión subjetiva de su propia experiencia centrando la atención en el presente, en el aquí y en el ahora; entiende al ser humano como una individualidad libre con la capacidad de decidir y elegir, lo que marca las características y variedad de su experiencia que es irrepetible a otra persona. La fenomenología es el método del existencialismo, la cual intenta rescatar la intención y perspectivas individuales.

De las bases ideológicas del existencialismo surge la Psicología Humanística que no se caracteriza por ser una técnica rígida de trabajo, pues reconoce las capacidades, sentimientos y potenciales humanos; lo que posibilita un trabajo diferente y específico. Reconoce a la persona con características individuales únicas, confía plenamente en su capacidad de aprovechar las situaciones adversas y positivas para su desarrollo integral, cree en su curiosidad innata por aprender, pretende que reconozca todos los aspectos de su existencia; sentimientos y emociones.

Por toda la riqueza de la naturaleza humana, resultan necesarios métodos adecuados y sensibles que atiendan las diferencias de las experiencias personales. Basándose en los postulados de la Psicología Humanística, Carl Rogers plantea el Enfoque Centrado en la Persona (ECP) como una forma de trabajo psicoterapéutico que atiende estas diferencias personales, enfocándose en el aquí y ahora. Lo que se busca con el ECP es que la persona identifique, ubique y adopte sus sentimientos y sus emociones y pueda simbolizarlos en su conciencia de la forma más exacta posible.

El ECP es una relación de desarrollo que requiere de actitudes básicas: *congruencia*, el estado de acuerdo entre la experiencia y su representación en la conciencia o entre lo que se dice y se expresa corporalmente; *empatía*, el grado de atención que se debe poner a la persona en proceso para poder entender completamente su vivencia; *aceptación positiva incondicional*, es una forma de respeto por el hecho hacia cualquier persona por el solo hecho de serlo.

Estas actitudes básicas facilitan el desarrollo en las relaciones interpersonales; tanto de dos personas (relación terapéutica), como grupales (relaciones que pueden o no ser terapéuticas). En el ECP se distinguen tres formas principales de trabajo grupal, diferenciadas por sus objetivos y su estructura, tenemos los *grupos de encuentro*: caracterizados por relaciones terapéuticas donde los asistentes comparten sus vivencias y sentimientos; los *grupos de crecimiento humano*: hay temas propuestos para trabajar por quien facilite y el grupo es quien decide cuales quiere abordar y aunque se comparten experiencias y sentimientos no es una relación terapéutica; y los *grupos de desarrollo humano*: donde hay un tema que es el eje de todo el trabajo con actividades prediseñadas, aunque su estructura es flexible. El facilitador(a) se encarga de servir como modelo para las actitudes básicas. Este tipo de grupos se enfoca principalmente a las relaciones interpersonales así como al cambio a partir del impulso del desarrollo del potencial humano.

Uno de los temas que se pueden abordar con esta forma de trabajo grupal es la violencia¹ en sus distintos tipos, además de las implicaciones para la experiencia de las personas que la misma tiene. Existen distintos modos de ejercer violencia, por ejemplo: la física, la psicológica; entre las más visibles,

¹ Violencia es todo aquello que pueda representar o significar perjuicio, producir, por efecto o por defecto, un mal a otro, a uno mismo o al entorno; ya sea realizando u omitiendo de manera consciente o inconsciente acciones agresivas (Vinyamata, 2001, p.17).

aunque hay otras formas de violencia: la política, económica y de género. A continuación se describen brevemente las anteriores:

- *Violencia política*: tenemos la *violencia represiva*, es decir la violencia que ejerce el Estado, destinada a impedir movimientos populares e intentos de organización social, y la *violencia seudorevolucionaria*, es aquella que se anula por sus formas de acción ajenas a las dinámicas del proceso histórico, justificada como respuesta directa a las acciones violentas del Estado y llevada a cabo por grupos sociales.
- *Violencia económica*: la capacidad de decisión y disposición sobre los recursos económicos, quien se encuentra en esta posición puede transformarlos en fuerza moral o física para lograr sus intereses particulares.
- *Violencia de género*: es la diferencia en los aspectos socialmente atribuidos a la identidad de un individuo, es una construcción histórica hecha a partir de un modelo hegemónico de masculinidad, esto da lugar a relaciones de dominación/subordinación, la violencia de género se da entonces cuando dichos roles culturales permiten el abuso de poder.

Las formas de violencia antes descritas llevan inevitablemente a una violación de los Derechos Humanos² de las personas, es por esto que la promoción de los mismos se vuelve un fundamento básico para el ejercicio de las relaciones interpersonales, grupales y comunitarias sanas.

Un grupo vulnerable a estas formas de violencia son las mujeres en situación de reclusión, quienes constantemente ven vulnerados sus Derechos Humanos con situaciones de violencia política, económica y de género. Viven

² Los Derechos Humanos son atributos y garantías que corresponden al ser humano por el solo hecho de serlo, al margen y por encima de las leyes, los cuales por lo menos deben ser reconocidos y protegidos (Concha, 2003).

violencia política, pues su condición le sirve al Estado para demostrar que cuenta con instituciones de control; violencia económica, diariamente en la estructura social de los propios centros de readaptación, donde las mujeres necesitan poseer recursos económicos para proveerse de sus insumos básicos y en muchos casos mantener a sus hijos y familiares que se encuentran en libertad, los trabajos son mal remunerados y los oficios que se aprenden no representan un verdadero beneficio económico ni dentro ni fuera del centro de reclusión; y violencia de género, al encontrarse con el estigma de ser contrarias al bien y a la docilidad asignadas a las mujeres culturalmente, el cual se mantiene dentro y fuera de las instituciones penitenciarias.

Hay otros varios actores de la readaptación social, quienes se encuentran en constante contacto con las mujeres privadas de su libertad y quienes se involucran de manera personal y laboral dentro del proceso; principalmente los técnicos penitenciarios y el personal de custodia o técnicos de seguridad. Los técnicos penitenciarios surgen en los reclusorios ante la necesidad de tener un enlace entre las personas en reclusión y la institución, son los encargados de mediar cualquier asunto que involucre concertaciones, peticiones y decisiones particulares sobre la situación específica de las personas en reclusión. El personal de custodia se encarga de mantener el orden, sus condiciones de trabajo no siempre son seguras y satisfactorias.

Precisamente al ser los técnicos penitenciarios y el personal de custodia quienes se encuentran en relación directa con las mujeres en situación de reclusión y sin dejar de lado que son personas con experiencias y concepciones propias, es importante que se atienda no solo la parte institucional y de funciones definidas, sino que ellos mismos puedan convertirse en actores de cambio, tanto personal como comunitario. Por estas razones el presente trabajo parte de una revisión teórica sobre los diferentes tipos de violencia y una descripción de las

condiciones de reclusión actuales en América Latina, México y el Distrito Federal. El objetivo de esta tesis es plantear una propuesta metodológica de grupo de desarrollo humano para la formación de promotores comunitarios de la no-violencia en los Centros de Readaptación Social, principalmente los destinados a las mujeres (aunque puede ser útil también en los centros para hombres), y lograr que las personas formadas en las temáticas de Derechos Humanos, Equidad de Género y Manejo de Emociones, actúen de forma benéfica para sí mismos y para su comunidad, es decir que asuman su propio poder y lo canalicen hacia el desarrollo.

Esta propuesta surge en la Organización Mexicana de Servicios y Atención Psicológica, A.C. (OMSAP, AC) dentro del proyecto “Vive y transmite tus derechos humanos” que se realizó en el programa de coinversión para el desarrollo social del Distrito Federal 2005, a través del Instituto de las Mujeres del Distrito Federal; que se llevó a cabo en el Centro Femenil de Readaptación Social Santa Marta Acatitla, ubicado en la Delegación Iztapalapa en el Distrito Federal.

La propuesta se basa en un trabajo de grupo de desarrollo humano con técnicos penitenciarios y personal de custodia³, para formarlos como promotores comunitarios de la no-violencia. Los ejes temáticos son Derechos Humanos, Equidad de Género y Manejo de Emociones; la metodología para las sesiones del curso-taller es vivencial, activa y analítica, buscando la participación libre desde la experiencia individual de los participantes, combina el aprendizaje experiencial y el cognoscitivo, además de la toma de conciencia de sus creencias, opiniones, sentimientos, actitudes y valores. La propuesta se inserta en el Modelo de Atención en Manejo de Emociones (AME) y su objetivo es sensibilizar los

³ Para el Enfoque Centrado en la Persona el ser humano es digno de confianza, por lo tanto no es necesario que los promotores a formar tengan algún nivel académico específico, lo que se trabajará es una formación en actitudes básicas de escucha y acompañamiento, sin embargo se requiere que las personas participantes deseen utilizar sus recursos para entenderse a sí mismas, para modificar su autoconcepto, sus actitudes y su conducta autodirigida (Rogers, 1980).

participantes en el Manejo de sus Emociones como un elemento que facilita el ejercicio individual y comunitario de los Derechos Humanos y la Equidad de Género, basándose en principios teóricos y las experiencias de los participantes.

Se plantea un trabajo de sensibilización y conocimientos sobre Derechos Humanos, Equidad de Género, Manejo de Emociones, habilidades y estrategias de intervención individual, laboral y comunitaria. Con una duración de 18 horas dividido en 6 sesiones de 3 horas cada una, atendiendo a los requerimientos de los asistentes y facilitando su participación constante.

CAPÍTULO 1

ENFOQUE CENTRADO EN LA PERSONA

El Enfoque Centrado en la Persona (ECP) es una forma de lograr el desarrollo de las personas, mostrando las actitudes básicas para dicho fin, pues considera al ser humano como digno de confianza y con una tendencia hacia el desarrollo individual y social.

Este primer capítulo es una recopilación teórica de los orígenes filosóficos e históricos del ECP, que se desprende de la Psicología Humanística, conocida en su inicio como la “tercera fuerza” de la Psicología surgida en los Estados Unidos de Norteamérica, novedosa desde su inicio por considerar subjetivamente al ser humano con capacidades y potencialidades únicos y por lo tanto proponer un rompimiento estructural con las tradicionales corrientes filosóficas y científicas, las cuales buscaban siempre la objetividad y la generalización de caos para proporcionar un diagnóstico. Estas ideas surgen con el existencialismo, desarrollando un método acorde a dichos postulados, la fenomenología.

Se presentan también los elementos básicos del ECP, como son: la teoría de la personalidad, teoría de las relaciones interpersonales, las actitudes básicas que facilitan el desarrollo, que son: la congruencia, la empatía y la consideración positiva incondicional; en sus distintas áreas de aplicación, tanto la individual como la grupal.

1.1 Existencialismo y Fenomenología

Lo que caracteriza a la filosofía existencialista es su contemplación y exploración del ser humano desde una perspectiva no tradicional, es decir, sin buscar interpretaciones científicas a lo que le ocurre, pues su experiencia es individual e irrepetible. Por lo tanto es necesario que se rompa con la tradición científica de generalizar los métodos de atención a sus necesidades. “Lo que caracteriza todo el existencialismo es la ruptura continua con todas las tradiciones filosóficas y su transmisión” (Quitmann, 1989, p. 45). Se trata de iniciar de nuevo.

Soeren Kierkegaard¹ fue el primero que planteó esta ruptura entre la filosofía tradicional y la filosofía existencialista. Contemporáneo de Karl Marx, ambos plantean un rompimiento con el orden social existente. Habla de un cambio activo de las estructuras sociales, donde el hombre entra en relación consigo mismo. Elección y decisión son elementos centrales de la existencia humana, es donde el hombre puede mostrarse libre. Sin embargo, no es una postura individualista porque plantea siempre una vinculación con el mundo que le rodea (Quitmann, 1989).

El principal representante del existencialismo fue Martín Heidegger², quien consideró al ser humano como arrojado al mundo y confrontado constantemente con el hecho de su muerte, a partir de esto puede decidir y elegir las modificaciones de su propia existencia.

¹ Sören Aabye Kierkegaard nació el 15 de mayo de 1813 en Copenhague, estudió Teología y Filosofía en la Universidad de Copenhague donde conoció la filosofía de Hegel, contra la que reaccionó apasionadamente. Su padre era un estricto luterano, sin embargo, Kierkegaard decidió abandonar el protestantismo luterano, experiencias que forman parte importante de su obra. Murió el 11 de noviembre de 1855 en su Ciudad natal (Blackham, 1967).

² Martín Heidegger nació el 26 de septiembre de 1889 en Messkirch (Baden, actual estado de Baden-Württemberg). Cursó estudios superiores de teología y de filosofía en la Universidad de Friburgo, donde fue alumno de Edmund Husserl. Falleció el 26 de mayo de 1976 en Messkirch (ibid, em).

La fenomenología es el método del existencialismo, se caracteriza por cambiar rotundamente el proceso metodológico de la ciencia, porque cuestiona la objetividad y rigidez del método científico. La “visión de la esencia” se encuentra en el centro del método, mirar la visión espiritual “...el hombre y el mundo, el sujeto y el objeto, el ser y la conciencia, el interior y el exterior, deben considerarse siempre como una unidad indivisible” (Quitmann, 1989, p. 47), su principal representante fue Edmund Husserl³.

En su artículo “investigaciones lógicas” (1900-1901) Husserl plantea la noción presente de la Fenomenología. Surge en una época conocida como “la era de la angustia” por su constante búsqueda de rigidez objetiva. Él rescata la creatividad y la esperanza, las intenciones y perspectivas individuales conforman el orden colectivo. El propósito del método fenomenológico es “volver a las cosas mismas” a “los datos inmediatos” para describirlos y analizarlos. Un investigador deberá permanecer como espectador, no deben intervenir sus juicios de valor, intereses particulares o deseos. La realidad existe desde la contribución de los individuos para la misma (González, 2003).

En esa época la búsqueda de la objetividad era estricta. La fenomenología plantea que no puede existir tal, si lo estudiado es subjetivo; precisamente desde las interpretaciones que pueden hacerse del mismo fenómeno e incluso al elegir algún campo de estudio intervienen los intereses y deseos de quien lo lleva a cabo, la conciencia crea el mundo que se experimenta. El mundo existe para mí, el sentido y la situación existencial surge de mí mismo. “La conciencia es la que, a través de las funciones intencionales productivas y los desempeños ocultos o

³ Considerado el fundador de la Fenomenología, nació el 8 de abril de 1859 en Prossnitz (actual Prostějov, que pertenece a la República Checa). Cursó sus estudios superiores (de física, matemáticas, astronomía y filosofía) en las universidades de Leipzig, Berlín y Viena. Murió en 1938 (Ibid, em).

inconscientes, transforma esta realidad de tal manera que se perciben las cosas como auténticas e interconectadas” (González, 2003, p. 17).

1.2 Historia de la Psicología Humanística

A mediados del siglo XX surge la llamada “tercera fuerza de la Psicología”, la Psicología Humanística, junto con el psicoanálisis y el conductismo. Sus conceptos fueron desarrollados principalmente por psicólogos alemanes radicados en Estados Unidos, debido al fascismo que gobernaba con Hitler al frente de Alemania. Psicólogos psiquiatras como Kurt Goldstein, Erich Fromm, Fritz Perls, Charlotte Butler, Ruth Cohn y varios más, traían consigo ideas de la Psicología existencialista y de la fenomenología (Quitmann, 1989).

En 1962 se forma la *American Association of Humanistic Psychology AAHP*, integrada por psicólogos tanto estadounidenses como alemanes. Se publica el primer número del “*Journal of Humanistic Psychology*”, en el cual se plantea claramente los fundamentos teóricos de la Psicología Humanística: el existencialismo y la fenomenología, poniendo el punto de análisis en la existencia individual del ser humano (Quitmann, 1989).

La impresión que generaron los principios fundamentales fue negativa, pues se pensaba que eran demasiado ingenuos y optimistas, tomando en cuenta que durante el surgimiento de esta Psicología había una tendencia muy fuerte hacia la rigidez objetiva de la ciencia, mientras que los nuevos planteamientos defendían formulaciones como realizar trabajo para la persona y con beneficios para la misma, atendiendo la naturaleza subjetiva de cada individuo, sin buscar instituir teorías rígidas de desempeño y aplicación de métodos y diagnósticos a todas las personas por igual.

Se integraron entonces términos como: creatividad, amor, sí mismo, crecimiento, organismo, necesidad básica de gratificación, actualización, emociones, motivación autónoma, libertad, psicología del ser, etc., que planteaban claramente la diferencia entre las otras dos corrientes psicológicas mencionadas, una diferencia política que fue alentada por el espíritu pragmático de la era de Roosevelt, en ese momento, presidente de los Estados Unidos.

En general la Psicología Humanística se plantea contra la objetividad científica, puesto que el ser humano es el centro de su atención y se ocupa del significado de la existencia humana, sus afirmaciones son basadas en criterios humanos, por lo tanto subjetivos y únicos (Quitmann, 1989).

1.2.1 Concepción del ser humano

Como ya se mencionó anteriormente, el existencialismo rompe con las tradicionales corrientes filosóficas, ya que plantea al ser humano con la capacidad de aprovechar sus diversas experiencias en beneficio de sí mismo, tanto las positivas como las negativas, porque el objetivo se inclina a desarrollar integralmente a la persona reconociendo sus sentimientos y emociones plenamente, por lo tanto requiere métodos sensibles y adecuados para su estudio.

En 1964, Bugental plantea cinco postulados de la concepción del ser humano para la Psicología Humanística, que son (Quitmann, 1989):

1. El ser humano es único y peculiar.
2. Su experiencia siempre esta ligada a relaciones interpersonales.
3. Comprende su experiencia a través de su conciencia.
4. El hombre juega un papel activo, decide y elige.
5. Se orienta hacia objetivos o valores que forman su identidad.

El ser humano es una unidad excepcional, relacionada con otras unidades igualmente excepcionales, que conforman su ambiente social, los hechos que le ocurren dentro de ésta son comprendidos por su conciencia. Las distintas experiencias que vive son establecidas por su capacidad de decidir y elegir y además esta encaminado a cumplir objetivos que caracterizan su experiencia.

La subjetividad es un sistema complejo constituido por elementos sociales, biológicos, ecológicos, económicos y otros, en constante proceso de desarrollo. La subjetividad individual es determinada por este proceso social que no es lineal y no es acabado, se integra simultáneamente la subjetividad individual y la social. “La subjetividad no es determinada por la cultura, pues ésta es en sí misma subjetiva” (González, 2000, p. 28). El individuo es entonces una singularidad subjetiva. Aunque la singularidad no se encuentra fuera del dominio de la subjetividad, pues ella constituye también parte de la misma.

El sistema subjetivo es un sistema procesal abierto, en constante desarrollo, que mediatiza las experiencias humanas en proceso de subjetivación. Las experiencias subjetivas aparecen en la conciencia subjetivamente organizada con otros estados dinámicos, es posible decir, que una misma situación subjetiva para varias personas, aparece en sus conciencias diferenciada debido a su singularidad subjetiva (González, 2000).

La existencia del hombre es subjetiva, pues toma conciencia del exterior a partir de su mundo interno. Cualquier individuo esta lleno de matices personales con los que describe su experiencia exterior, con una condición de adentro a afuera. Lo que el ser humano lleva dentro es un núcleo organizador de su necesidades, sentimientos, emociones, deseos, etc., es el *yo* o *sí mismo* que

busca conocer su propia naturaleza. El hombre posee una tendencia a la autorrealización, intenta llevar su organismo a la madurez estructural y funcional que organiza su experiencia adecuadamente, tanto racional como socialmente. Es un ser naturalmente creativo, aunque su intelecto es rebasado por reacciones espontáneas y vivencias que no siempre son representadas concientemente; sin embargo utiliza estas sensaciones y las representa como intuiciones. También posee la habilidad de autorepresentarse, es decir, puede proyectarse a sí mismo, posibilidad que le permite tener relaciones afectivas, auténticas y profundas con los otros, hacer planes, tener juicios de valor, etc.; desarrollarse como persona. A lo largo de toda su vida es un ser libre con la capacidad de decidir y elegir, razón por la cual se crea para él un proceso vital único y diferente con relación a los otros, nunca habrá alguien igual a otra persona (Martínez, 1996). No hay un estándar de ser humano, cualquier ejercicio científico que pretenda hacer un análisis e intervención generalizada pierde validez al dejar sin atención las particularidades individuales.

Se reconoce del ser humano no solo la parte positiva de su experiencia, sino que tienen el mismo peso las vivencias y conocimientos negativos. El entorno en que una persona se desarrolla contiene los elementos culturales, sociales, comunitarios, familiares, etc. que le enseñan una conducta amable y adecuada, y también lo que es un comportamiento negativo o despreciable. De esta forma reprime todas las expresiones de conducta no aceptada, trata de ignorar todos sus sentimientos que no se adecuan a los rasgos determinados de conducta aceptable (Zweig, C. y cols., 2000). Lo cual no significa que se lleguen a eliminar sus sentimientos y acciones negativas, sin embargo, se crean formas alternas de expresarlas tanto en el ámbito público como en el privado. Todas las características descritas diferencian a las personas, es entonces necesario que en cualquier acción donde se tenga por objetivo el desarrollo de la persona se integren todas las experiencias de su vida, tanto positivas como negativas.

Partiendo de lo anterior, Carl Rogers plantea que cualquier ser humano es básicamente digno de confianza, sus características tienden al desarrollo, la diferenciación, las relaciones cooperativas, cuya vida fundamentalmente se mueve de la dependencia a la independencia (Lafarga, 1988).

El ECP se basa en el impulso individual al crecimiento, a la salud y al buen funcionamiento psicológico, donde las actitudes básicas permiten y facilitan el desarrollo natural e integral de la persona, hacia una realización constructiva de sus potencialidades en base a la comprensión de sí mismo, evaluando las situaciones internas y externas en su contexto, haciendo elecciones constructivas y actuando a partir de éstas.

1.2.2 Sensaciones, emociones y sentimientos

El ser humano no es un observador pasivo de lo que ocurre a su alrededor, por el contrario conoce, transforma y modifica el mundo en el que vive; su accionar influye en la naturaleza, en los otros y en sí mismo y de la misma forma los demás en sus propios procesos influyen en él. Uno de esos procesos personales es el reconocimiento de sensaciones, emociones y sentimientos, que si bien es cierto ocurren en el mismo momento, resulta necesario separarlos para su descripción.

Las sensaciones son cambios fisiológicos que ocurren en el cuerpo de una persona, puede ser aceleración del pulso y ritmo respiratorio, ardor, sudoración, tensión muscular, incremento del tono muscular, de la motilidad intestinal, la dilatación de las pupilas y palidez del rostro. Sin embargo, estos mismos cambios corporales pueden producirse por cansancio o al finalizar una carrera de velocidad, o al pasar de un lugar iluminado a otro oscuro. Lo que convierte a estos cambios fisiológicos en un estado emocional resulta del modo en que una persona evalúa su

situación. Y aunque los mismos cambios fisiológicos y sensaciones corporales pueden asociarse con distintas emociones, la persona califica y evalúa esas sensaciones relacionadas con la apreciación de la situación (Lyons, 1993).

En este sentido, para Sartre las emociones son “transformaciones mágicas del mundo, formas voluntarias en que modificamos nuestra conciencia de los sucesos y cosas para tener una visión más agradable del mundo” (Calhom, 1989, p. 260). Una emoción es un impulso del ser humano a actuar, su raíz etimológica proviene del verbo latino *movere* que significa moverse, más el prefijo *e*, significando “movimiento hacia” (Goleman, 1996). Desde el ECP se dice que una emoción se encuentra relacionada con la situación experiencial de una persona y la representación de esta en la conciencia. Esta representación tiene, entonces, un significado para la persona que lo vive, un sentimiento.

Un sentimiento es una experiencia matizada emocionalmente junto con su significado personal, se incluye la emoción y un significado cognoscitivo de esa emoción en su contexto experiencial, ambos se experimentan en el mismo momento y de forma inseparable. Los individuos se comunican con todo su ser, una de las cosas que desaparece en el ECP es el intento de separar sentimiento y razón (Rogers, 1980).

Rogers pudo darse cuenta de todo lo anterior como terapeuta⁴ enfocado en la persona, es entonces que propone una teoría general del desarrollo de la personalidad y la dinámica de la conducta del ser humano, desde su propia experiencia.

⁴ En la actualidad no hay un acuerdo sobre el uso de los términos terapeuta, orientador y facilitador, por esta razón en la presente tesis se usarán de manera indistinta.

1.3 Teoría de la personalidad y la dinámica de la conducta

Carl Rogers estructura la “Teoría de la personalidad y la dinámica de la conducta⁵” a partir de sus observaciones en la terapia centrada en la persona, elaborando con éstas una serie de proposiciones, aunque aclara que no se pueden generalizar sirven en el sentido de entender el proceso de desarrollo del ser humano; menciona que las del inicio pueden ser un tanto inciertas, mientras que las del final se acercan más a la experiencia. A continuación se presentan los componentes de esta teoría.

Características del niño

En la infancia el niño cuenta cuando menos con los siguientes atributos:

1. Su *experiencia*⁶ es su realidad, puede tomar conciencia de lo que es para él la realidad.
2. Tiende a actualizar las potencialidades de su organismo.
3. Su conducta se orienta a satisfacer sus necesidades, para actualizarse en su realidad.
4. Es una totalidad organizada.
5. Inicia un proceso de *valoración organísmica*⁷ teniendo como referencia la *tendencia actualizante*⁸. Asigna valores positivos a las experiencias enriquecedoras y negativos a las que no lo son.
6. Busca experiencias positivas, rechaza las negativas.

El niño vive en un mundo creado por él, donde satisface sus necesidades motivacionales innatas.

⁵ Terapia, personalidad y relaciones interpersonales (Rogers, 1985).

⁶ Experiencia: Este concepto se refiere a todo lo que sucede dentro del organismo en cualquier momento, y que está potencialmente disponible en la conciencia (Rogers, 1985).

⁷ Valoración organísmica: Proceso en continua evolución, donde las experiencias se simbolizan adecuadamente y se valoran de manera constante y renovada en función de las satisfacciones organísmicamente experimentadas (Ibid em).

⁸ Tendencia actualizante: Todo organismo tiene la tendencia innata a desarrollar todas sus potencialidades para conservarlo o mejorarlo (Ibid em).

El desarrollo del yo

1. Una parte de la experiencia se simboliza en la *conciencia*⁹ del individuo, experiencia del yo.
2. La interacción entre el medio y la conciencia del ser, forman el concepto del yo.

Necesidad de consideración positiva

1. Se desarrolla una necesidad de consideración positiva, en la que: la satisfacción se logra mediante el campo experiencial de otra persona. El proceso es recíproco, cuando el individuo se da cuenta que satisface esa necesidad en el otro, satisface en si mismo su propia necesidad de consideración positiva.

El desarrollo de la necesidad de consideración positiva de sí mismo

1. Consideración positiva experienciada ó consideración positiva de sí mismo.
2. Es una necesidad adquirida relacionada con la satisfacción o frustración de la necesidad de consideración positiva.
3. La persona se convierte en su propio criterio significativo.
4. Cualquier experiencia del yo se comunica al complejo global del yo.

Desarrollo de la valoración condicional

1. Se hace selectiva la valoración de las experiencias del yo, juzgadas por ciertas personas-criterio¹⁰.
2. Se buscan o evitan experiencias, porque se consideran dignas o no de la consideración de sí mismo.

⁹ Conciencia: Representación simbólica de una parte de nuestra experiencia en diversos grados de agudeza e intensidad (Ibid em).

¹⁰ Personas-criterio: Quienes seleccionan las experiencias del yo del individuo y las juzgan como dignas (o no) de consideración positiva.

3. Debido a que el individuo no vive una consideración positiva incondicional, se desarrolla la valoración condicional.

Desarrollo de la incongruencia entre el yo y la experiencia

1. El individuo se somete a una valoración condicional, en la que percibe su experiencia de manera selectiva, es así que: las experiencias positivas para la valoración condicional son simbolizadas adecuadamente en la conciencia; mientras que las negativas se distorsionan para hacerlas concordar con la valoración condicional o bien se niegan total o parcialmente.
2. Por lo tanto, hay experiencias que no son reconocidas y simbolizadas por el yo.
3. A partir de que se establece la primera selección, se establece un grado de incongruencia entre el yo y la experiencia, aparece inadaptación psicológica y vulnerabilidad.

Desarrollo de las discrepancias en la conducta

1. Se produce una incongruencia similar en la conducta. Algunas conductas son coherentes con el concepto del yo, mientras que otras mantienen los aspectos no asimilados a la estructura del yo.

La experiencia de amenaza y el proceso de defensa

1. Las experiencias incongruentes con la estructura del yo son percibidas como amenazantes.
2. Si la experiencia amenazante no es adecuadamente simbolizada se crea un estado de angustia, lo que puede definirse como amenaza.
3. La defensa es una reacción a los hechos amenazantes, donde se hace una percepción selectiva o distorsionada de la experiencia.

4. Los anteriores procesos generan consecuencias como: rigidez perceptual, percepción inadecuada de la realidad, falta o ausencia de discriminación.

Esta teoría describe el desarrollo de la personalidad y la dinámica de la conducta, contemplando la experiencia individual de sí mismo y la relación con los otros en el ámbito social. Junto con la teoría de la terapia y teoría de las relaciones interpersonales forman la estructura del ECP.

Rogers tiene cuidado en plantear su teoría como incompleta y con la posibilidad de completarse, no la asume como una verdad acabada. "...si una teoría, derivada de cualquier campo de experiencia, fuera completa o exacta, podría elaborarse indefinidamente y explicar así otros campos cada vez más alejados de su fuente [...] el conocimiento científico no existe; solo hay percepciones individuales de lo que a cada persona le parece que es esa clase de conocimiento" (Rogers, 1985, p.16).

1.4 Teoría de las relaciones interpersonales

Lo que se conoce como relaciones interpersonales son todas las formas de convivencia entre las personas, en distintos ámbitos de la vida. La teoría de las relaciones interpersonales fue formulada por Carl Rogers, dividida para su análisis en, desarrollo de una relación en vías de deterioro y desarrollo de una relación en vías de mejora, aunque ambas sean elementos del mismo continuo. En cualquier contexto donde se encuentren dos personas se habla de relación interpersonal, puede ser en el la familia, la escuela, el trabajo, la comunidad, etc. A continuación se hará una descripción breve de los componentes de ambos tipos de relación.

La relación y la comunicación se deterioran cuando hay un estado de incongruencia entre la experiencia, la simbolización de esa experiencia y la expresión de esa experiencia en una de las personas, condiciones que percibe quien consiente entrar en contacto con esa primera persona. La comunicación es contradictoria, ninguno experimenta consideración positiva incondicional completa por el o la otra y tampoco comprensión empática, no hay expresión de sentimientos y se distorsionan sus percepciones y se ponen a la defensiva. Estas relaciones no son satisfactorias e incluso pueden ser violentas (Rogers, 1985).

En una relación enriquecedora, ambas partes tienen el deseo de entrar en contacto y en un proceso de comunicación, se convierten entonces en espacios para expresar sentimientos sin que las personas se sientan amenazadas, o con la necesidad de negar o distorsionar su propia experiencia, entonces: hay una tendencia a la comunicación recíproca de sentimientos, la comprensión es mutua desde el estado de congruencia interno de cada persona, lo que les permite sentir consideración positiva incondicional y empatía por la otra persona; así se favorece el mejor funcionamiento psicológico de quienes participan en la relación (Rogers, 1985).

Es importante mencionar que tanto las relaciones en vías de deterioro como las relaciones en vías de mejora, representan una posibilidad de crecimiento, madurez emocional y desarrollo personal, pues se presentan como oportunidades, todo depende de cómo se simbolicen en la conciencia dichas experiencias. Como puede verse en las relaciones interpersonales las actitudes que facilitan o deterioran la relación son: la congruencia y autenticidad, la comprensión empática y la aceptación positiva incondicional, que a continuación se describen.

1.5 Actitudes básicas

Son las actitudes básicas que se deben proporcionar en una relación de crecimiento: congruencia y autenticidad, comprensión empática y aceptación positiva incondicional. Todas las personas poseemos estas actitudes en mayor o menor medida y mediante una serie de ejercicios vivenciales dirigidos es posible adquirir una mayor sensibilidad y así facilitar el desarrollo de otras personas.

1.5.1 Congruencia y autenticidad

Fue considerada por Carl Rogers como la cualidad fundamental de la relación terapéutica (Lietaer, 1997), pues facilita el encuentro y, al mismo tiempo, hace posible que exista la comprensión empática y la aceptación incondicional (Delgado, 2003, p. 44). Pues la aceptación y la empatía solo son efectivas cuando se perciben de forma genuina (Lietaer, 1997). La congruencia y autenticidad es el estado de acuerdo entre la percepción de la experiencia y su representación en la conciencia (Delgado, 2003, p. 44). Es decir, las experiencias no son selectivas, se simboliza adecuadamente. Es la relación entre lo que se dice y lo que se hace. Un terapeuta es auténtico cuando se muestra tal y como es.

Para Rogers la congruencia presupone que no hay error en la percepción de la experiencia, o sea que la representación es auténtica, es decir la experiencia como aparece en la conciencia no necesariamente corresponde a lo realmente experimentado. Es necesario que la condición no sea actuada o forzada *como si* realmente existiera autenticidad en los sentimientos.

Hay dos condiciones involucradas, por un lado la facilidad del terapeuta de prestar atención a sus propios sentimientos y la segunda poder expresarlos a la otra persona de manera auténtica, sin asumirse desde una posición de poder o

con la facultad de guiar. Lietaer prefiere llamar a esta actitud básica “genuinidad” la cual tiene una cara interna y una cara externa, cuando “el terapeuta tiene acceso consciente, o se muestra receptivo, a todos los aspectos de su propio flujo de experiencia, se llamará *congruencia* [...], cuando hace referencia a la comunicación explícita del terapeuta, de sus percepciones conscientes, sus actitudes y sus sentimientos, se denomina *transparencia*” (1997, p. 26). Para reconocer esta condición tenemos el “referente corporal”, mediante la postura, el tono, volumen e intensidad de la voz, los gestos, los movimientos, etc. podemos darnos cuenta si una persona se encuentra tranquila y dispuesta a recibir o agresiva y sin disposición para mostrarse o expresar lo que necesita.

Aunque una persona desee ser congruente no quiere decir que lo sea, sin embargo un constante intento por lograrlo establece un proceso de identificación, introspección y reflexión crítica; entonces cuando una persona se vive congruente se da cuenta de sus sensaciones, emociones y sentimientos y asimila los valores que para ella representan la autenticidad y en otros momentos logra reconocer que se encuentra en estado de acuerdo interno o no. Desear no es lo mismo que poseer. Es necesario un entrenamiento en esta actitud y su continua puesta en práctica para lograr ser auténtico.

Para Egan (1975), la autenticidad tiene que ver con una comprensión genuina de la experiencia. Describe cinco conductas que constituyen la congruencia para los orientadores: la primera es el *papel profesional*, mientras que hay “profesionales con credenciales” adiestrados para realizar el trabajo con títulos y credenciales, hay otros los “profesionales funcionales” que no tienen reconocimientos pero poseen las destrezas a través de un programa vivencial de adiestramiento; en segundo *la espontaneidad*, es ser asertivo en el proceso sin agresividad, libres y activos, contar; sigue con *no a la defensiva*, percibe sus áreas de fuerza y también donde se encuentra débil, procurando vivir más

efectivamente; la *consistencia*, esto es, pocas discrepancias pues sus valores los aplica a cualquier circunstancia o persona; y finalmente, *compartirse*, es capaz de apertura profunda, de revelarse a sí mismo cuando sea útil y beneficioso al proceso y a la relación..

1.5.2 Comprensión empática

La empatía es la comprensión de los aspectos cognoscitivos y emocionales de la experiencia de los demás (Rogers y Kinget, 1967). Se refiere al grado de “atención” que el terapeuta, debe poner a lo comentado por la persona, es decir, cuidar la perspectiva del otro, mirar los acontecimientos como él los mira, sin dejar de lado el sentimiento propio para hacer una devolución lo más certera posible.

Una representación subjetiva del conocimiento, desde la subjetividad del otro, es una participación íntima con la experiencia del cliente, el terapeuta emocionalmente sigue siendo independiente. Es ponerse en el lugar del otro “como sí” fuera él mismo y desde ahí entender su propio marco de referencia interno. La empatía es la capacidad para sumergirse en el mundo subjetivo de los demás y participar en su experiencia en la medida en que la comunicación verbal y no verbal lo permita, consiste en captar y reflejar la significación personal, mucho más que responder al contenido intelectual (Rogers y Kinget, 1967). Sin distorsionar entre lo que pertenece a la persona y los aspectos cognoscitivos y emocionales del terapeuta.

Gerard Egan (1975) reconoce dos elementos de la empatía: *discriminar*, mirar el mundo a través del marco de referencia del otro; *comunicar*, que el orientador capte los sentimientos, la conducta y la experiencia del cliente, y lo exprese clara y concretamente.

Egan identifica dos niveles de empatía:

1. Empatía a nivel primario: El orientador expresa su entendimiento básico de las experiencias y sentimientos del cliente, a partir de lo que éste último comparte. Tiene como metas establecer armonía, confianza y apertura. En esta primera etapa se construye la relación y aumenta el nivel de auto-exploración.

2. Empatía adecuada avanzada: Además de expresar el orientador lo claramente dicho por el cliente, implica aclarar lo que no se declara explícitamente (1975).

La empatía no es esencialmente intelectual, se enraíza en la personalidad del que la practica (Rogers y Kinget, 1967) por esta razón no solo los terapeutas u orientadores son empáticos, cualquier persona que decida practicar y desarrollar la actitud empática lo puede hacer a través de un entrenamiento corto, pues es tanto una habilidad como un actitud. A medida que el terapeuta escucha los sentimientos de la persona, éste se vuelve capaz de escucharse a sí mismo y viceversa (Rogers, 1980).

1.5.3 Consideración positiva incondicional

Rogers definió a la consideración positiva incondicional así: “todas las experiencias de otra persona relativas a sí misma son percibidas por mí como igualmente dignas, sin que haya una considerada menos digna. Es valorar a la persona independientemente de los distintos valores que pueden aplicarse a sus conductas específicas” (Rogers, 1985, p. 42).

Es una forma de respeto hacia la persona, en donde no se crítica su conducta, en cambio se acepta; lo cual no implica que el terapeuta este de acuerdo con lo realizado por ella, razón por la que no se deben involucrar ideas personales en la relación terapéutica. Es una actitud de tolerancia y respeto que comúnmente recibe el nombre de aceptación, una actitud que se concibe como incondicional. Cuando el facilitador se centra en el marco de referencia de la persona no hay posibilidad de juzgarla, pues se acepta como una totalidad existencial. Sirve para lograr una atmósfera de seguridad psicológica, una relación cálida, respetuosa y segura que facilita el contacto con aspectos profundos y ocultos de la persona (Delgado, 2003).

Para Egan (1975) la Aceptación Positiva Incondicional (API) es una forma de respeto, donde el orientador es positivo y genuino y no contamina con sus evaluaciones las experiencias y sentimientos del cliente. Hace una diferencia entre comprender y aprobar, un orientador puede comprender lo que su cliente comparte y puede al mismo tiempo no aprobarlo desde su propio marco de referencia, sin embargo lo anterior no debe intervenir en la relación. El respeto es un valor que inicialmente consiste en apreciar a una persona por el hecho de serlo, el orientador debe ser para el cliente cariñoso aunque no sentimental, debe considerarlo como único, con los recursos para ayudarse a sí mismo que pueden estar abandonados o bloqueados, el trabajo del orientador es ayudar a liberar dichos recursos.

En el momento del trabajo terapéutico no deben realizarse intervenciones de consejo, el terapeuta no se encuentra en una situación de poder en la relación; sin embargo, puede utilizar la autorevelación, que es compartir alguna experiencia personal, diciendo por ejemplo: en alguna ocasión a mí me ocurrió algo parecido... y yo hice... sin aconsejar o sugerir algún tipo de solución, con la intención de ayudar a la persona en el entendimiento de si misma (Egan, 1975).

1.6 Áreas de aplicación del ECP

El ECP se inicia en la experiencia del propio Carl Rogers en terapia, dándose cuenta de las condiciones suficientes y necesarias que deben existir en la relación terapéutica, para que se de una relación de desarrollo; además de las concepciones humanistas donde el ser humano es básicamente digno de confianza y tiende al desarrollo. Con el paso del tiempo se ha planteado otra forma de trabajo desde el ECP, que es el realizado con grupos. A continuación se describen el trabajo individual y el grupal.

1.6.1 Individual

Como se ha mencionado anteriormente el ECP es usado en terapia, donde el facilitador es el encargado de generar las condiciones suficientes y necesarias para que en esta relación la persona en proceso se desarrolle a partir de su propia experiencia, sin embargo, cualquier persona que se forme en las actitudes básicas puede ser congruente, empática y aceptar a las personas sin que necesariamente tenga una formación profesional para ser terapeuta (psicólogo u orientador) lo que no implica que constantemente en la vida cotidiana se esté haciendo terapia, aunque si ayudando al desarrollo de otras personas, estableciendo relaciones interpersonales enriquecedoras.

1.6.2 Grupal

A diferencia de la psicoterapia individual donde el encuentro es de dos personas, en los grupos la persona puede interactuar simultáneamente con otras personas. Autenticidad y espontaneidad son la esencia de los grupos centrados en la persona (Rogers, 1980). Hay tres formas de trabajo grupal desde el Enfoque Centrado en la Persona: los *grupos de encuentro*, los *grupos de crecimiento*

humano y los grupos de *desarrollo humano*. Cada uno de ellos posee características distintas que definen su aplicabilidad y uso dependiendo de los objetivos y las condiciones para llevar a cabo el trabajo, a continuación se describen cada uno de ellos.

- *Grupos de encuentro*: En este tipo de grupos no hay un tema predeterminado, porque los temas que se abordan son sugeridos por los asistentes, no por el facilitador; quien se debe encargar de brindar un ambiente de seguridad psicológica donde haya confianza, respeto y libertad, mostrando las actitudes básicas: comprensión empática, congruencia y aceptación positiva incondicional. Son grupos que se reúnen por una vez, un tiempo determinado y donde las personas pueden compartir sus vivencias, sentimientos, deseos, etc. (Rogers, 1979).

- *Grupos de crecimiento humano*: Durante varias sesiones el grupo se reúne para abordar distintos temas, la decisión de abordar un tema y no otro depende de lo que el grupo elija. El facilitador debe enfatizar sus cualidades personales y así servir de modelo a las demás personas, lo que posibilita que se escuchen así mismos y a los otros: además de aprender a relacionarse de una forma sana, satisfactoria y creativa, donde puedan comunicar y compartir sus experiencias y sentimientos.

- *Grupos de desarrollo humano*: También llamados talleres de desarrollo humano en donde sí hay un tema que es el eje de todo el trabajo con técnicas y actividades prediseñadas, aunque no es una estructura rígida. El facilitador debe ubicarse dentro del grupo como un miembro más desde donde modela las actitudes básicas. Al inicio del trabajo se deben establecer normas y compromisos comunes, como: respeto, confidencialidad, participación, etc. para poder lograr los objetivos del taller. Este tipo de trabajo está enfocado principalmente a las relaciones interpersonales así como al cambio a partir del impulso del desarrollo del potencial humano. Y si bien es

cierto que el ECP sostiene la libertad y responsabilidad de los participantes, se pueden usar actividades diseñadas, siempre y cuando se mantengan las actitudes básicas (Porrás, 2001) y exista flexibilidad para cambiar la estructura en función de las necesidades del grupo.

1.7 Facilitando grupos

Un facilitador(a) de grupo enfocado en la persona requiere de un entrenamiento previo en actitudes básicas, pues dentro del trabajo grupal él funciona como un modelo donde los participantes observan la congruencia, la comprensión empática y la aceptación positiva incondicional. Las personas se mueven en la dirección de una mayor libertad, de ser ellas mismas y que a la vez les permite integrarse más como grupo al encontrar en los demás su misma humanidad (Rogers, 1970. En Bock, 1979, p. 407).

Para Rogers (1980) un facilitador(a) de grupo necesita:

- Facilitar las condiciones suficientes y necesarias.
- Encontrarse libre de un deseo de controlar los resultados.
- Respetar la capacidad del grupo para enfrentarse con sus problemas.
- Habilidades para liberar la expresión individual
- Escuchar respetuosamente todas las actitudes y sentimientos.

En la medida en que quien es percibido como líder en el grupo es capaz de crear las condiciones requeridas para una relación enriquecedora, se producen ciertos efectos en el grupo (Rogers, 1998). En un inicio el liderazgo se encuentra colocado en el facilitador(a), sin embargo, en la medida que el trabajo avanza éste

tiende a distribuirse en todos los miembros del grupo. El desarrollo de un grupo en estas condiciones se caracteriza por (Rogers, 1980):

- Surgen sentimientos negativos, hostiles y de amargura que se habían mantenido ocultos;
- Al encontrar aceptación y comprensión a estos sentimientos un mayor número de integrantes del grupo se sienten libres de expresar cualquier sentimiento que experimenten;
- Se desarrolla una confianza en si mismo y en los otros;
- Los sentimientos basados en experiencias comunes son clarificados y fortalecidos mediante una consideración colectiva más realista;
- El grupo es entonces realista e innovador;
- El liderazgo tiende a distribuirse entre los miembros del grupo;
- Es posible emprender acciones constructivas para modificar las condiciones en las que se encuentran;
- Los miembros se sienten apoyados para emprender acciones, aunque éstas impliquen riesgos.

Estas acciones representan un beneficio social en la medida que constituye una posibilidad de crecimiento individual y comunitario, al facilitar en el organismo, tanto individual como social, un espacio donde se actualice de manera armoniosa y solidaria hacia su desarrollo organísmico, reconociendo el valor de cada persona. “Una adecuada visión del ECP es aquella que le da importancia tanto a las potencialidades personales o grupales como a las influencias del medio” (Segrera y Mancillas, 1998, p. 7-8).

El medio social esta conformado por los seres humanos y sus múltiples interacciones. En estas interacciones se ha dejado de reconocer la dignidad humana (Segrera y Mancillas, 1998), gran parte de la población se siente ajena a

la dimensión social (Rogers, 1980). Viviendo entre un deseo de lograr lo que se considera valioso y la imposibilidad de obtenerlo (Segrera y Mancillas, 1998). Esto hace posible que desaparezca cualquier creencia en el valor y dignidad de las personas, en un medio social donde la violencia es el resultado de todas estas interacciones (Rogers, 1980).

CAPÍTULO 2

VIOLENCIA

Existen distintas formas de violencia, entre las más conocidas tenemos la física, la sexual y la emocional; sin embargo, son muchas las formas de violentar a los otros (individuos o grupos) por ejemplo, la violencia política, la violencia económica y la violencia de género. Cualquier tipo de violencia tiene su referente en el poder, entendido como la posibilidad de imponer la propia voluntad y los efectos que estas acciones conllevan. En este capítulo se describe el poder y la forma de utilizarlo tanto para beneficio como para perjuicio de quien lo tiene o de quien no y cuál es el papel de éste en las relaciones de violencia política, económica y de género. Específicamente se tratan las últimas tres, ya que en la realidad de los Centros de Readaptación Social para mujeres, viven continuamente situaciones de éstos tipos de violencia; una realidad que permite constantemente la violación de sus derechos humanos.

2.1 El poder como posibilidad

Para Max Weber el poder es la probabilidad de imponer la propia voluntad, dentro de una relación social aún contra toda resistencia y cualquiera que sea el fundamento de esa probabilidad (García, 1981, p.69). Es decir tener la capacidad de inducir y controlar conductas en los demás, el poder demuestra su eficacia a partir de la obediencia de los otros. Esta situación se vive en gran parte de las relaciones humanas, desde ámbitos políticos, económicos, sociales, culturales e individuales. El poder es el vehículo para generar cambios individuales, grupales y

sociales, éstos pueden ser tanto positivos como negativos. Quien se encuentra en el centro del poder y lo logra utilizar tiene la posibilidad de ejercer decisiones, movimientos o estrategias que afectan directamente a los otros o a si mismo.

Encontrarse en una posición de poder hace referencia a poseer y utilizar ciertos recursos sociales para ejercer las decisiones propias, pueden ser medios económicos, intelectuales, de comunicación, de género, físicos, culturales o muchos otros los que facilitan dichas relaciones de poder. Resulta importante mencionar que éstas no siempre se caracterizan por ser violentas, puesto que quienes tienen el poder deciden entre utilizarlo en beneficio o perjuicio de los que no se encuentran en dicha posición. Sin embargo, en la gran mayoría de situaciones de la vida pública y privada la violencia se ejerce como medio del poder para mantener y perdurar en un lugar de privilegio.

No resulta sencillo sostener el hecho de que las personas se mantengan siempre en situación de poder o fuera de ella, pues en la vida cotidiana en ciertas relaciones personales es posible imponer la propia voluntad y en otras no; esto es dado por condiciones socioculturales donde existen mecanismos para lograr colocarse en un lugar de poder, como el género, la economía o la política.

Como anteriormente se mencionó existen dos posibilidades de darle uso a la situación de poder: en una se busca el control que es impersonal y arbitrario y se enmascara con supuesta protección y cuidado; y por otro lado tenemos lo encaminado a beneficiar o facilitar el crecimiento de uno mismo o de los otros, pues no hay deseo de control o manipulación, al contrario existe confianza en la autoresponsabilidad y autodisciplina, en relaciones de confianza, apertura y cooperación, lo que genera acciones creativas (Rogers, 1980).

Un ejemplo comparativo de estas dos formas de poder lo encontramos en el modelo médico, en el que el profesional con una política de control y supresión emite un diagnóstico y un tratamiento para el paciente; en el caso del ECP se confía plenamente en el ser humano, no busca devolverles el poder a las personas, porque en realidad nunca se los quita. Se ha buscado a partir de este enfoque invertir los procedimientos usuales por una confianza básica en el potencial constructivo de las persona (Rogers, 1980).

2.2 Formas de violencia

Violencia es todo aquello que pueda representar o significar perjuicio, producir, por efecto o por defecto, un mal a otro, a uno mismo o al entorno; ya sea realizando u omitiendo de manera consciente o inconsciente acciones agresivas. No siempre se ejerce violencia a través de la fuerza ni desarrollando niveles significativos de tensión. La violencia surge como una deformación, una exageración de nuestra capacidad de reacción, de las capacidades vitales por superar las dificultades y desarrollar esfuerzos de sobrevivencia (Vinyamata, 2001, p. 17). La violencia tiene su origen en el pensamiento cultural, en el peso social que implica las ganancias o pérdidas a partir de los hechos violentos.

Hay una diferencia entre las acciones que se relacionan con la violencia, no es lo mismo agresividad y violencia. La *agresividad* es la capacidad humana para oponer resistencia a las influencias del medio, tiene diferentes vertientes fisiológicas, conductuales y vivenciales (Corsi, 1997). Es una energía positiva que genera en el organismo un impulso para satisfacer necesidades frustradas, la agresividad tiene como objetivo natural superar obstáculos, en la tendencia al crecimiento para funcionar de una manera efectiva. La *violencia* es la misma

energía pero impulsada en contra de quienes se consideran causantes de la frustración (Lafarga, 2004).

Ambas reacciones surgen en momentos de conflicto, los cuales se encuentran presentes en todas las manifestaciones de la vida. Puede haber dos grandes significantes para el conflicto, por un lado significan y representan oportunidad de crecimiento, posibilidad de innovación, descubrimiento, estímulo, es decir, una respuesta de agresividad ante las condiciones del medio; y por otro lado pueden significar destrucción, frustración, dolor, dominación, perjuicio a las partes implicadas, esto es violencia (Vinyamata, 2001). Una forma de atentar contra la dignidad de las personas.

Aunque actualmente se usan como sinónimos los términos agresión y violencia, para algunos autores como Pelcastre es necesario hacer una diferenciación de lo que motiva estas acciones; por un lado, la agresión proviene de la frustración de necesidades básicas de sobrevivencia, en el caso de la violencia tiene su origen en componentes sociales. Es decir, la agresión puede ser manejada y canalizada satisfaciendo las necesidades básicas, culturalmente hay varias formas de canalizar la agresión, por ejemplo: deportes, bailes, actividades religiosas, etc. (2004). Cuando verdaderamente se puede canalizar la agresión, entonces también se evita la violencia, pues la frustración no encuentra salida en uno mismo, en personas u organismos sociales. En caso contrario se crean distintas cualidades que permiten ejercer violencia.

Existen mecanismos o habilidades que posibilitan el ejercicio de la propia voluntad en los otros, distintas formas de violencia como el engaño, el uso de los medios económicos de manera corrupta o con la finalidad de influir en los procesos democráticos, lo que representa hacer uso de los medios para manipular el desarrollo de la sociedad con apoyo de la capacidad represora del

Estado, pues sus instituciones castigan las acciones de los organismos sociales que consideran necesario reivindicar su libertad y desarrollo personal (Vinyamata, 2001).

2.2.1 Violencia política

Para Carl Rogers *política* es el proceso de obtener, usar o abandonar el poder en las relaciones entre personas, para tomar decisiones y los efectos de control sobre los pensamientos, sentimientos y comportamiento de uno mismo o de otros (Rogers, 1980). “La política tiene que ver con el centro de poder, de control, de evaluación y de toma de decisiones, y tiene que ver con el efecto de estas decisiones, de estas estrategias” (Araiza, 2003, p. 4).

Weber distingue tres tipos distintos de política: 1) *política del poder*: que afirma su concepción y vigencia a partir de las relaciones de fuerza; 2) *política de convicciones*: donde los principios morales deberían ser el eje rector, las acciones, perseguir necesariamente lo bueno y cada uno asumir sus propias responsabilidades; 3) *política de responsabilidad*: se accede a utilizar como medios el poder y la violencia al servicio de una convivencia donde se articule la justicia (Etxeberria, 1999).

Cuando el sistema político y el Estado están dispuestos a satisfacer las necesidades de todos, la democracia es aceptada como el mejor sistema político existente pues facilitaría sociedades no violentas. Aunque es reconocida prácticamente como una utopía pues continuamente demuestra su insuficiencia. El concepto de democracia representativa tiene críticas importantes: el uso y abuso del poder son prácticas comunes a los representantes elegidos democráticamente, la desigualdad sigue existiendo e incluso es considerada como natural e

inevitable, la hipocresía de su discurso ocultador y falseador, no es representativa (Montero, 2003).

Existe actualmente una carencia de investigaciones en materia de violencia política, lo cual no representa que sea un fenómeno reconocido por todos, y sí, que hay una intención de negar su funcionalidad para los grupos dominantes; razones por las cuales se ha intentado reducir a un fenómeno marginal.

Hay dos modalidades principales de violencia política: a) la *violencia represiva* (gubernamental o paraoficial), destinada a impedir los movimientos populares de defensa y los intentos de organización independiente de las clases dominadas; b) la *violencia seudorevolucionaria* de grupos cuya participación en la vida política se ve anulada por su aislamiento de las luchas sociales y por sus formas de acción ajenas a las exigidas por la dinámica del proceso histórico (Pereyra, 1974). Por un lado la violencia ejercida desde los grupos con poder para disminuir o eliminar cualquier forma de organización social que afecte sus intereses particulares; y por el otro, la violencia que es llevada a cabo por grupos que buscan objetivos desfasados de la concordancia política del momento histórico.

Es importante mencionar que la violencia política no es introducida al ambiente social por grupos dominados, sino que la forma y acción de la misma es organizada y pertenece a la clase dominante. La cual tiene distintas formas de ejercerla mediante instituciones de represión física organizada como: el ejército, la policía, el sistema penitenciario, etc. y las acciones van desde asesinatos y torturas hasta encarcelamiento, pérdida de trabajo, censura y amenazas (Pereyra, 1974). Pensar en el mantenimiento del poder político supone de entrada el empleo de la violencia para mantener la autoridad de los poderes. La autoridad es el modo de producir obediencia en los otros ya sea por valía, por convencimiento o por

circunstancia. Para mantener las características mencionadas se requiere de la fuerza del poder del Estado, quien tiene el control militar económico y político para dirigir a quienes no tienen las mismas posibilidades.

Uno de los efectos que se ha alcanzado con la violencia institucionalizada y organizada es que la sociedad la perciba como inevitable e incluso necesaria y que no tenga capacidad de asombro y de indignación ante los hechos de violación a los derechos humanos, es decir, que la violencia política se acepte como un hecho común y cotidiano.

En esta situación, la única forma de violencia que se percibe es la que aparece como respuesta a la violencia institucionalizada por parte de organismos sociales. Por ejemplo: las mujeres que viven en situación de reclusión y el personal de custodia se acusan mutuamente de violentos y cada uno dice responder solo a la violencia del otro. Sin embargo, no solo se responde de manera violenta a las experiencias de violencia institucionalizada, sino que también las víctimas pasivas de los mecanismos políticos de control logran desarrollar mecanismos para enfrentar la situación de violencia institucionalizada. Las acciones de intervención comunitarias deben tomar en cuenta que las personas viven, interpretan y reaccionan ante tales acontecimientos. Aunque no siempre es posible hacer frente a la represión o sus consecuencias, la organización comunitaria para analizar los problemas y buscar sus propios mecanismos de solución es vista como eficaz y útil para mantener la dignidad personal y comunitaria, además de crear espacios políticos por la lucha de los derechos humanos. Las mismas condiciones existen para las personas que se encuentran en situación de cárcel, quienes desarrollan sus propios mecanismos de adaptación y defensa (Beristain, 1999).

2.2.2 Violencia económica

La fuerza económica es la capacidad de decisión y disposición sobre los recursos económicos (García, 1981), aunque lo anterior no implica necesariamente un hecho de violencia, ésta surge cuando esa misma fuerza es aplicada para producir un daño a otro, se convierte en violencia económica cuando se utiliza como medio de presión y represión al coartar y quebrantar la libertad y el poder de los organismos tanto individuales como sociales. Quien posee los recursos económicos puede transformarlos en fuerza moral o física para lograr sus intereses particulares y muchas veces violentar a los otros. Hay una tendencia estable al abandono de las libertades personales, lo que facilita que personas más fuertes tomen el poder (Rogers, 1980).

En la estructura de las sociedades actuales hay una clase económica y social que tiene el poder para ejercer los hechos antes mencionados, son quienes poseen la fuerza económica suficiente para realizar acciones que les permitan mantener la condición de poder en la que se encuentran y al mismo tiempo generar una condición de dependencia en los otros, quienes tienen mucha menor fuerza económica. Un ejemplo común es la fuerza que el patrón ejerce sobre sus obreros, los cuales necesitan trabajar para poder satisfacer sus necesidades básicas y las de su familia; aún realizando largas jornadas laborales con sueldos mínimos a su esfuerzo realizado.

Sin embargo, esta realidad no solo se vive en relaciones de patrón empleado. A nivel global existen naciones de primer mundo que manejan su poder económico y político como un impedimento para que otros países puedan alcanzar un nivel de desarrollo medio y así continuar con la dependencia que hay de países subdesarrollados para con los países desarrollados. La explotación de que son objeto las dos terceras partes de la humanidad, por una tercera parte

cada vez más privilegiada, no en cuanto a felicidad sino a consumo de bienes, es la raíz de todas las otras formas de violencia que estamos viviendo (Barreiro, 1978).

Un reflejo en el nivel micro de la violencia económica se da en el ámbito familiar donde, la persona poseedora de los bienes tiene el poder moral sobre los otros integrantes de su familia que no poseen recursos, solo que incluso se llegan a violar los derechos humanos de quienes no tienen poder adquisitivo, como el de libertad o libre expresión.

La “nueva clase” es por tanto quien tiene la posibilidad de manejar su poder (político, económico y moral) sobre el resto de la población y también ejercer coacción y violencia que le posibilita monopolizar la fuerza y el poder públicos. Para la mayoría de las mujeres que viven privadas de su libertad esta situación de violencia económica es algo cotidiano en su estancia en los Centros de Readaptación Social, porque solo una minoría cuenta con el apoyo económico de sus familiares para abastecerse de sus artículos necesarios, el resto tiene que trabajar dentro de los centros para obtener dinero para ellas y en muchos casos para sus hijos y familiares que se encuentran en libertad. Se enfrentan con empleos mal pagados, por ejemplo: maquila, limpieza o manualidades. En algunas ocasiones se ven orilladas, incluso, a traficar drogas dentro de los centros con los riesgos que esta actividad conlleva.

2.2.3 Violencia de género

Para entender el concepto de género resulta esencial asociarlo con su referente biológico, es decir, el sexo. El sexo es un hecho biológico que determina las características de ser hombre o mujer dentro del proceso de reproducción, éstas son permanentes pues están definidas anatómica y fisiológicamente.

Estos rasgos han servido para que a lo largo del tiempo las sociedades hayan creado toda una “forma” de ser mujer y hombre. “El género es entonces, una serie de ideas, atribuciones, representaciones, expectativas y creencias sociales aprendidas que conforman los roles femenino y masculino. Lo masculino se define como aquello que corresponde a la fuerza física, la inteligencia y el uso eficaz de la razón, mientras lo femenino es sinónimo de debilidad, intuición y sentimiento”¹. El género es la forma como aprendemos a comportarnos dependiendo de si somos hombres o mujeres. La palabra género diferencia los aspectos socialmente atribuidos de la identidad de un individuo, tiene también que ver con lo que pensamos, sentimos y creemos que podemos y no podemos hacer (Bala, 2000). Hay criterios establecidos desde la infancia, por ejemplo el color azul es “característico” de los hombres, mientras que para las mujeres se establece el color rosa como “propio”; hay juegos que implican cierto grado de fuerza y habilidad física para los niños y los hay para niñas también, donde se aprende el cuidado a los hijos, las labores domésticas, etc., así se prefigura el comportamiento y desarrollo para ser socialmente aceptados.

En sociedades como la nuestra, la identidad de género se ha construido históricamente a partir de un modelo hegemónico de masculinidad, en el cual, lo femenino se define en relación con lo masculino. Esto dio lugar a una asimetría entre ambas categorías de género, situándolos en una relación de dominación / subordinación, esto es, lo masculino sobre lo femenino².

La violencia juega aquí un papel importante en la diferenciación de los géneros. Las sociedades se han construido ideológicamente a partir de lo masculino, donde lo femenino es solo para servir, cuidar y atender. El uso de la violencia permite distinguir entre oposiciones centrales de la identidad de género.

¹ Manual de capacitación de la Campaña “Amor es sin violencia” para la prevención de noviazgos violentos (2002), p 17.

² Ibid em, P. 16

Pasivo / activo, visible / invisible, con poder / sin poder. “Ser hombre significa no ser mujer” (Bernal, 2004).

La violencia de género se da entonces en las ocasiones que los roles culturales, masculino y femenino, permiten y justifican la violencia contra alguna persona. Entiéndase que este tipo de violencia no solo existe de los hombres hacia las mujeres, también de mujeres hacia hombres, entre mujeres y entre hombres; cuando alguien se permite cambiar, modificar o criticar las ideas de “lo que debería” caracterizar a mujeres y hombres, se vuelve objeto de violencia. Por ejemplo: las mujeres en situación de reclusión se ven abandonadas por sus madres e hijas, precisamente porque resultaron contrarias a la bondad, debilidad y sentimiento esperadas de las mujeres en general.

Para Butler el género es el efecto de formaciones específicas de poder, de instituciones, prácticas y discursos que establecen y regulan su forma y significado (Cendoc-Cidhal, 2001). El poder que permite establecer relaciones reguladas donde se sigan manteniendo los mismos patrones sociales para lo masculino y lo femenino.

Al ser esta identidad construida desde la infancia, la violencia inherente en su construcción es percibida como natural. Por tanto, es difícil conceptualizarla, identificarla, nombrarla y reconocerla (Bernal, 2004). En la violencia de género se definen los espacios y los tiempos, la forma de relacionarse con los demás y las consecuencias de pretender el poder. En todas las fases de nuestra vida estamos sometidos a atribuciones de género, la mayor parte del tiempo la producción de género es una fuerza que orienta la diferencia humana.

Esta diferencia esta acomodada en el orden social y en distintas dimensiones de la desigualdad social, existen tres grandes estructuras sociales que mantienen estas relaciones. Estas son (Incháustegui, 2004):

- *La familia:* donde se organizan relaciones simbólicas, emocionales, domésticas, sexuales y reproductivas a partir de la transmisión cultural de ideas y expectativas de género, con roles y comportamientos típicos para cada sexo. Estas identidades facilitan conflictos domésticos al dividir las responsabilidades a partir de lo que se espera de hombres y lo que se espera de mujeres.
- *El mercado:* valores, instituciones y organizaciones que integran económicamente tanto a hombres como a mujeres, aunque hay diferencias sexuales en los tipos de inserción laboral, mientras que el trabajo masculino es extradoméstico, el trabajo femenino es doméstico. Y aunque en los últimos años se ha dado una inserción en el trabajo fuera de casa por parte de las mujeres, siguen siendo ellas las únicas responsables de las laborales domésticas, es decir, se incrementan las responsabilidades adquiridas.
- *El Estado:* donde las normas y valores regulan el ejercicio de los derechos ciudadanos y existe una jerarquía entre hombres y mujeres en cuanto al acceso y disfrute de los derechos humanos, civiles, políticos y sociales.

En la actualidad se están llevando a cabo *políticas de equidad* que buscan como objetivo principal lograr políticas de responsabilidad entre las esferas de familia, de mercado y de Estado, que posibiliten el empoderamiento de las mujeres, procurando que los cambios en algún dominio sean compensados con cambios en los otros dominios, es decir, que exista balance entre las responsabilidades en las distintas estructuras sociales (Incháustegui, 2004).

Para Carl Rogers el movimiento de liberación feminista busca acabar la discriminación de las mujeres en oportunidades de trabajo, salario, derechos civiles y en situaciones más sutiles como el lenguaje. Este movimiento es en esencia centrado en la persona, pues lleva una profunda confianza en la capacidad de las mujeres como personas para vivir una vida de su elección. Los roles masculino y femenino son contradichos en relaciones centradas en la persona, pues hombres y mujeres luchan por ser su propia experiencia (Rogers, 1980).

2.3 Derechos Humanos

Los Derechos Humanos (DH) son atributos y garantías que corresponden al ser humano por el solo hecho de serlo, al margen y por encima de las leyes, los cuales por lo menos deben ser reconocidos y protegidos, se han establecido universalmente es decir todos los Estados están obligados a procurarlos, protegerlos y materializarlos. Los DH tienen carácter de universalidad, son indivisibles, ya que el ejercicio pleno de estos derechos sólo pueden tener lugar en contextos que aseguren condiciones de vida dignas y humanas (Concha, 2003).

Hay cinco características principales de los DH³:

- *Necesarios*: porque sin ellos las personas no pueden vivir dignamente como seres humanos.
- *Generales o universales*: pues pertenecen a todas las personas, independientemente de su sexo, edad, posición social, partido político, creencia religiosa, origen familiar o condición económica.

³ Comisión Nacional de los Derechos Humanos. (2005) *Aspectos básicos sobre los derechos humanos*. México, DF. CNDH

- *Preexistentes*: porque han surgido con anterioridad a la ley: aparecen con la persona y no son creados por actos de autoridad.
- *Limitados*: pues su ejercicio solamente puede llegar hasta donde comienza los derechos de los demás o los justos intereses de la comunidad.
- *Inviolables*: porque si alguien los vulnera o amenaza comete un acto injusto.

Los DH tienen las siguientes funciones:

- *Contribuyen* al desarrollo integral de la persona.
- *Delimitan* para todas las personas una esfera de autonomía dentro de la cual pueden actuar libremente, protegidas contra los abusos de autoridades, servidores públicos y de particulares.
- *Establecen límites* a las actuaciones de todos los servidores públicos, sin importar su nivel jerárquico o institución gubernamental, sea Federal, Estatal o Municipal, siempre con el fin de prevenir los abusos de poder, negligencia o simple desconocimiento de la función.
- *Crean* canales y mecanismos de participación que les facilitan a todas las personas tomar parte activa en el manejo de los asuntos públicos y en la adopción de las decisiones comunitarias.

“La promoción de los Derechos Humanos se presenta como un referente ético-práctico para el ejercicio de competencias interpersonales, grupales y comunitarias basadas en la celebración de la diversidad, la autonomía, la expresión de emociones, la equidad de género, así como en la construcción de nuevas formas sociales” (Pichardo, 2003, p. 8).

En México existen instituciones publicas encargadas de velar por el cumplimiento de dichos derechos, en el ámbito nacional tenemos a la Comisión Nacional de los Derechos Humanos, quienes promueven y protegen los derechos humanos y las libertades fundamentales; en el ámbito local tenemos a la Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal. Ambas encargadas de cuidar el cumplimiento íntegro de los DH. Además personas y organizaciones no gubernamentales que buscan informar, prevenir, atender, distintos asuntos relacionados con la violación a los derechos humanos y las libertades fundamentales.

Como se mencionó anteriormente la violencia es el uso del poder de manera que cause daño o lesión, resulta de suma importancia reconocer que en situaciones donde se cumple con los DH no puede haber violencia, de ahí la trascendencia de llevar a cabo intervención comunitaria de información, sensibilización y promoción de dicha temática.

La Declaración de los DH es decididamente centrada en la persona, pues corresponden a los seres humanos por el solo hecho de serlo, la condición humana no puede ser concedida por ley, ni por acuerdo de voluntades. El ECP confía plenamente en el ser humano por el solo hecho de serlo, la persona es básicamente digna de confianza. Sin embargo, como anteriormente se mencionó, para que exista violencia es suficiente que se pierda cualquier creencia en el valor y dignidad de cada una de las personas (Rogers, 1980). Cualquier forma de violencia representa una violación directa a los DH y a la dignidad de las personas.

La Psicología se ha expandido a ámbitos sociales y ahora no incluye sólo la promoción de la salud mental, sino también programas que contribuyan al desarrollo integral de la persona y su comunidad. “Desarrollando aspectos como la autoestima, la responsabilidad en la persona, el respeto, la conciencia tanto

personal como comunitaria y el reconocimiento de la posibilidad personal de influir y contribuir en procesos de cambio” (Gómez del Campo, 1999, p. 58). Se propicia que las personas usen su propio poder hacia su desarrollo personal y el de su comunidad.

CAPÍTULO 3

CENTROS DE READAPTACIÓN SOCIAL

En este tercer capítulo se presenta una descripción del proceso de readaptación social, iniciando con un diagnóstico general de los sistemas penitenciarios en América Latina, seguido de la realidad mexicana y el contexto de reclusión en el Distrito Federal. Posteriormente el análisis enfocado exclusivamente a las mujeres privadas de su libertad y la situación de violencia (política, económica y de género) que viven en los Centros de Readaptación Social. Finalmente se presenta un reconocimiento del Centro Femenil de Readaptación Social Santa Martha Acatitla que incluye un Diagnóstico Comunitario Participativo y la descripción de la realidad de las Mujeres en situación de reclusión, así como de los Técnicos penitenciarios y el Personal de custodia.

3.1 Diagnóstico general

“El hombre etiquetado como delincuente es un enfermo que debe ser tratado, curado y resocializado, [...] pues es considerado como *malo*, en contraposición de la generalidad de la sociedad que es buena y *sana*” (Roldán y Hernández, 1999, p. 109). En esta premisa se basa el sistema penitenciario en América Latina, es decir los Centros de Readaptación Social, según Sánchez Galindo¹, sirven como lugares donde el delincuente puede reestructurar su personalidad dañada y volverse productivo. Bajo esta concepción se da la readaptación en un conjunto de medidas institucionales que toman a la persona como una unidad bio-psicosocial.

¹ Exponente de la llamada Escuela Penitenciaria Mexicana (Roldán Y Hernández, 1999)

Sin embargo, en la vida diaria las personas privadas de su libertad sufren distintas condiciones (violencia y discriminación) que no favorecen su verdadera readaptación y por el contrario propician e incentivan hechos delictivos al interior de los penales.

María Noel en su ponencia "Mujer y cárcel en América Latina" dentro del seminario-taller *Violencia contra las mujeres privadas de su libertad en América Latina*, menciona una serie de situaciones que se están viviendo en la mayoría de los Centros de Readaptación Social de América Latina, entre ellos los mexicanos donde se utiliza de forma excesiva la detención preventiva, es decir, retener por meses o incluso años a personas antes de ser sentenciadas o declaradas inocentes, lo que provoca hacinamiento carcelario, que es el exceso de personas sobre la capacidad de alojamiento de los centros.

Otra característica de los sistemas penitenciarios es la infraestructura física, que en general son construcciones antiguas y que a lo largo del tiempo no han recibido el mantenimiento adecuado y que en un inicio fueron creadas con un fin distinto. En la actualidad se encuentran sobrepobladas con problemas de iluminación, ventilación y condiciones sanitarias inadecuadas, donde la atención médica es deficiente pues carece de medicamentos y especialistas.

En un ambiente donde conviven funcionarios económicamente mal retribuidos económicamente con reclusos económicamente más poderosos se propician distintas formas de corrupción. "En relación con el personal penitenciario, la escasa capacitación del personal, los magros salarios, la nula motivación y el bajo número de funcionarios respecto del número de personas privadas de libertad son características comunes de nuestros sistemas penitenciarios" (Noel, 2003,p. 63).

Para el año 2000 del total de población penitenciaria de la República Mexicana, el 96% eran hombres y el 4% mujeres²; este porcentaje tan bajo tiene como consecuencia que los reclusorios específicos para mujeres sean pocos y que los centros para hombres sean adaptados en su estructura para recluir en anexos a las mujeres que delinquen.

Al año 2003 en la República Mexicana había un total de población penitenciaria de 212,744 personas en reclusión; 75.78% por fuero común y 24.22% por delitos de fuero federal, el 43.37% de la población estaban siendo procesados y el 56.63% eran sentenciados³. Lo anterior nos indica que en México al igual que en otros países de América Latina se usa de manera excesiva la detención preventiva, es decir, durante todo el proceso para definir si una persona es culpable o inocente de los delitos que se le imputan debe establecerse ya en los centros de readaptación, cuando alguien resulta sentenciado dicho tiempo cuenta para el cumplimiento de su sentencia, en el caso contrario, una persona que al final del proceso es declarada inocente sale en libertad, después de que la mantienen en reclusión por delitos que no se le pueden comprobar.

El Distrito Federal es la entidad federativa que tiene mayor cantidad de población penitenciaria. Según la Dirección General de Prevención y Readaptación Social al mes de agosto de 2006 la población total es de 32,721, de los cuales 30,969 son hombres y 1,752 son mujeres.

3.2 Situación de las mujeres privadas de su libertad

El papel asignado socialmente para la mujer es el mismo para las que se encuentran privadas de su libertad y quienes se encuentran en libertad. En un

²Datos obtenidos de la Dirección General de Prevención y Readaptación Social de la Secretaría de Gobernación (Noel, 2003).

³ Información disponible en red: <http://www.ssp.gob.mx>

sistema penitenciario creado por hombres para hombres privados de su libertad y con una organización que pretende rehabilitar a los mismos, la mujer se encuentra con un estigma social al ser catalogada como contraria al bien y al mismo tiempo romper con la docilidad y sumisión que culturalmente debería caracterizarla.

Con respecto a los delitos es necesario mencionar que anteriormente los más cometidos por las mujeres eran el infanticidio, parricidio o aborto y actualmente la participación se ha incrementado en delitos contra la salud, venta y tráfico de estupefacientes y robo. Las mujeres están desempeñando la última actividad de la cadena del narcotráfico, que es la entrega de sustancias a los consumidores y por esta razón se encuentran en mayor riesgo de ser detenidas (Noel, 2003). Del total de la población de mujeres privadas de su libertad la mayoría cometió delitos contra la salud pública, le siguen delitos a la propiedad y finalmente a la vida e integridad física.

En el Distrito Federal hay nueve centros penitenciarios, el del Norte y el del Oriente cuentan con un anexo para recibir a mujeres, además de la penitenciaría Tepepan y el Centro de Readaptación Femenil Santa Marta Acatitla, éste inaugurado en marzo del 2003. El porcentaje de mujeres en reclusión no rebasa el 5% del total de la población penitenciaria en México⁴, y aunque son minoría no se justifica la falta de establecimientos especializados para ellas.

Según el Diagnóstico Interinstitucional del Sistema Penitenciario en el Distrito Federal, del total de la población femenil en los centros de readaptación, el 34% es ocupado por mujeres jóvenes de entre 21 y 30 años, en el intervalo 31-40 años el porcentaje es de 35%, mientras que entre 41 y 50 años es del 15%, así parece ser que el involucramiento de las mujeres en actos delictivos ocurre en etapas de plena madurez.

⁴ *Diagnóstico Interinstitucional del Sistema Penitenciario en el Distrito Federal* (2002). Comisión de derechos humanos del Distrito Federal.

Como ya se mencionó en el Capítulo anterior de este trabajo, las mujeres en reclusión se enfrentan además de su condena, con todo el reproche social por permitirse romper con su rol de género asignado culturalmente de sumisión y bondad. La mayoría de las mujeres privadas de su libertad realizan actividades delictivas, pues éstas les permiten continuar con sus roles asignados de madre, esposa y ama de casa.

Durante el tiempo que cumplen su condena o se encuentran en proceso, las mujeres privadas de su libertad pueden acceder a distintos cursos de capacitación, sin embargo, “Al igual que las actividades productivas, los cursos de capacitación que se programan para mujeres en prisión reproducen estereotipos reduccionistas que vinculan a la mujer con actividades de tipo manual o de servicios que marcan diferencias de género, minimizando los alcances de la mujer” (Briseño, 2002, p. 103).

Para lograr el objetivo de la readaptación social de las mujeres, resulta necesario por un lado cuestionar todos los “vicios de género” que se acarrean como los cursos de capacitación que se mencionan y, por otro lado, generar propuestas que involucren a todos los actores de la readaptación en el mismo proceso, para generar las condiciones necesarias; sociales, psicológicas, educativas, laborales, de salud, familiares, institucionales y económicas, donde las mujeres privadas de su libertad desarrollen nuevas habilidades para su vida personal y comunitaria, tanto dentro como fuera del reclusorio. Por esto, en el *Foro Nacional sobre Hijas e Hijos de Mujeres Reclusas*, llevado a cabo en el Palacio Legislativo de San Lázaro en julio del 2001 en la mesa de *Respeto de garantías constitucionales*, se obtuvieron varias propuestas que facilitarían el objetivo de la readaptación, en el texto resultado de dicho evento se lee lo siguiente:

Los planes y programas de readaptación no están logrando sus fines declarados. En el caso de las mujeres, al ser un número muy reducido respecto de los hombres y compartir en numerosas ocasiones es espacio

carcelario, la prioridad se centra en los hombres. Por ello, las mujeres no tienen acceso a una formación educativa [...] se propone que en los planes de readaptación no sólo se incluya, sino que también se garantice, la existencia de lo siguiente:

- a) talleres de autoestima, aspectos psicológicos del encierro, relación con la familia, etc.
- b) formación educativa y laboral.
- c) *Sensibilización a funcionarios, familias de las reclusas, comunidad*
- d) Medidas que garanticen el mayor contacto posible con los hijos e hijas

Por un lado hacer trabajo en la parte afectiva, emocional y social de las mujeres privadas de su libertad, es decir atención en el manejo de sus emociones y una formación educativa y laboral que no reproduzcan estereotipos reduccionistas que copien actividades de servicios, marcando diferencias de género. Para lograr lo anterior es necesario principalmente involucrar a las personas que se encuentran trabajando de forma directa con las mujeres en reclusión, como los técnicos penitenciarios y el personal de custodia en temas de salud emocional y equidad de género, pues estas personas forman parte de los ambientes y llevan a cabo los procedimientos institucionales a los que acceden las mujeres y esto facilitaría una reproducción en el diario desempeño de sus labores en los Centros de readaptación y en su vida personal y familiar. Sin olvidar que por el hecho de ser personas, estos funcionarios, desde su experiencia laboral tienen sentimientos tanto positivos como negativos hacia las mujeres en reclusión, sus compañeros de trabajo y la institución de la que forman parte; situaciones que pueden generar ambientes violentos o cargados de preferencias hacia ciertas personas y tomando en cuenta sus horarios de trabajo, resulta también importante generar procesos para establecer límites y normas de respeto y comunicación.

3.3 Técnicos penitenciarios

Los técnicos penitenciarios surgen en los Centros de Readaptación Social ante la necesidad de tener un enlace entre las personas privadas de su libertad y la

institución, son los encargados de mediar cualquier asunto que involucre concertaciones, peticiones y decisiones particulares sobre la situación específica de las personas en reclusión. En su mayoría son trabajadores sociales, pedagogos o psicólogos quienes ocupan dicho puesto de técnico penitenciario. Esta figura fue creada para favorecer el tratamiento y readaptación. Sin embargo, se percibe que su función esta gravemente deteriorada porque algunos han incumplido con su misión y han procurado desatenciones y maltratos a las personas que viven en situación de reclusión⁵.

3.4 Personal de custodia

En los Centros de Readaptación Social la seguridad se encuentra en manos del personal de custodia, que son las personas encargadas de mantener el orden. En los centros para mujeres hay tanto hombres custodios como mujeres custodias, quienes comparten actividades como vigilar los accesos y las aduanas, las torres de vigilancia y los traslados a otros centros o a servicios de salud. Hay una actividad específica para mujeres custodias que consiste en la vigilancia de los dormitorios de las mujeres en reclusión. Cada reclusorio tiene tres turnos de custodia, los horarios de trabajo son de 24 X 48, es decir, trabajan 24 horas y descansan 48 horas.

Las condiciones de trabajo del personal de custodia son deficientes, insatisfactorias e inseguras, pues según los estándares internacionales debe haber una persona encargada de la custodia por cada 10 personas reclusas, sin embargo, la realidad es que los centros de readaptación social de México y América Latina se encuentran rebasados en su capacidad. Tan solo en el Distrito

⁵ *Diagnóstico Interinstitucional del Sistema Penitenciario en el Distrito Federal* (2002). Comisión de derechos humanos del Distrito Federal. p. 66

Federal, el personal de custodia para todos los reclusorios se compone de aproximadamente 2900 personas para los tres turnos, hay casi 1000 elementos por turno, si tomamos en cuenta que la población penitenciaria es de alrededor de 23 000 personas en reclusión, cada persona de custodia tiene a su cargo a 24 personas.

Esto significa que el personal de custodia no tiene las condiciones laborales adecuadas para realizar su trabajo de manera segura y eficiente, lo que favorece que en muchas ocasiones se vean rebasados por circunstancias de agresividad organizada y muchas veces de violencia por parte de las personas en reclusión, en situaciones así el personal de seguridad se encarga solo de la contención de dichos problemas, aunque en ese intento vean constantemente omitidos sus derechos humanos, pues dentro de los reclusorios hay instancias en las que las personas privadas de su libertad pueden presentar quejas por la violación de sus derechos humanos, a las mismas se les debe dar seguimiento, el personal de custodia y seguridad no cuenta con este recurso, al menos dentro de la institución. Y, por otro lado, al estar en contacto directo con la población algunos de ellos se convierten en cómplices y encubridores de delitos que ocurren dentro de los centros.

3.5 Centro Femenil de Readaptación Social Santa Marta Acatitla (CEFERESO S.M.A.)

El CEFERESO Santa Marta Acatitla⁶ se encuentra localizado en la calzada Ermita Iztapalapa S/N, colonia Santa Marta Acatitla, en el Distrito Federal. Fue inaugurado el día 29 de marzo del 2004, cuenta con un área de 7.7 hectáreas y 34 000 metros cuadrados de construcción, Y su tipo de arquitectura es octagonal.

⁶ Información disponible en red: www.reclusorios.df.gob.mx

- Las *actividades educativas* iniciaron el 15 de julio del 2004 y cuenta con: 10 aulas, 1 biblioteca, 1 salón de belleza, 1 bodega, 2 oficinas administrativas, 1 salón de proyecciones. El 12 de octubre del mismo año fue inaugurado el centro escolar que lleva por nombre “Rosario Ibarra de Piedra”, donde actualmente hay 48 mujeres cursando alfabetización, 235 primaria, 152 en secundaria, 197 en preparatoria y 28 en universidad; hay 33 cursos para el trabajo y 5 cursos extraescolares.
- En las *actividades laborales* se encuentran comisionadas para laborar en las diferentes áreas y talleres del Centro 939 mujeres reclusas: 4 en tortillería, 8 en panadería, 43 en cocina, 45 estafetas, 695 en limpieza y 54 asesoras de educación.
- En las *actividades deportivas* participan más de 500 internas en fútbol rápido, voleibol, básquetbol, aeróbics y acondicionamiento físico.

Según la Dirección General de Prevención y Readaptación Social la población en este centro al mes de agosto de 2006 es de 1,577 internas y los delitos más frecuentes cometidos y/o imputados son: fuero federal: contra la salud y violación a la ley federal contra la delincuencia organizada; fuero común: robo, privación ilegal de la libertad, lesiones, homicidio y daño en propiedad ajena.

En este CEFERESO de reciente creación se pretende crear un ambiente que posibilite verdaderamente la readaptación de las mujeres en reclusión que ahí se encuentran, donde los derechos humanos y la equidad de género sean una constante en el trabajo, buscando relaciones libres de discriminación y violencia. Es por esto que se han establecido módulos que se encuentran a cargo de la Secretaría Técnica de Derechos Humanos, con el objetivo de captar las quejas de la población interna y sus familiares y darle el seguimiento debido para su resolución⁷.

⁷ Dirección General de Prevención y Readaptación Social.

Desde su inicio de actividades en el Centro femenino de readaptación social Santa Marta Acatitla se ha facilitado el trabajo de varias Asociaciones Civiles, en el año 2006 Ronda Ciudadana A.C., Fundación Unidas para ayudar A.C., el Centro de Estudios de Género para la Prevención y Atención a las Adicciones y la Violencia A.C., y la Organización Mexicana de Servicios y Atención Psicológica A.C. (OMSAP A.C.) han impartido talleres en materia de derechos humanos⁸, derechos civiles, equidad de género y manejo de emociones. A continuación se presenta un Diagnóstico comunitario participativo realizado por OMSAP A.C. en el CEFERESO S.M.A. en el año 2004.

3.5.1 Diagnóstico Comunitario Participativo

Un Diagnóstico Comunitario Participativo (DCP) permite tener el primer contacto con la comunidad donde se pretende iniciar un trabajo, de una manera respetuosa y realista. Tiene como objetivo detectar y evaluar las necesidades, intereses, conocimientos, actitudes, problemáticas, condiciones laborales, etc., de dicha comunidad. Hay distintas formas para realizarlo, se pueden utilizar entrevistas o cuestionarios individuales, usar datos estadísticos, registros, archivos o crónicas, reuniones con personas clave que representen a la comunidad (Gómez del Campo, 1999). Se pueden obtener datos cuantitativos y cualitativos que permiten desarrollar la propuesta de trabajo y acción comunitaria.

Este *DCP* fue realizado por la Organización Mexicana de Servicios y Atención Psicológica A.C. (OMSAP, A.C.)⁹ en el CEFERESO S.M.A., con técnicos penitenciarios y personal de custodia; el objetivo fue explorar sus necesidades, conocimientos, intereses y percepciones sobre Derechos Humanos (DH), Equidad de Género (EG) y Manejo de Emociones (ME), el total de asistentes fue de 20

⁸ Ibid em.

⁹ Carreño, Porras y Rodríguez de OMSAP A.C. en el proyecto "*Mujeres a través de las rejas*" durante el periodo de marzo a noviembre de 2004.

personas (técnicos penitenciarios y personal de custodia), 12 mujeres y 8 hombres de entre 24 y 39 años. Los datos obtenidos a través de un cuestionario auto-administrado fueron los siguientes:

En respuesta a las preguntas ¿Qué entiendes por derechos humanos? Y ¿Qué es la discriminación? El 100% de las personas respondieron correctamente. El 50% de las personas respondieron que si existe discriminación en su lugar de trabajo, mientras que el 27.7% lo negó y el 22.3% respondió que no sabía. La Tabla 1 muestra la frecuencia y los porcentajes de las formas de discriminación que perciben en su lugar de trabajo.

Formas de discriminación	Frecuencia	Porcentaje %
Por ser mujer	1	5
Por ser hombre	1	5
Por nivel socioeconómico	3	15
Por orientación sexual	2	10
Por situación legal	1	5
Por edad	2	10
Por vivir con VIH/SIDA	3	15
Por antecedentes penales	4	20
Otra	1	5
No respondieron a la pregunta	2	10
Totales	20	100

Tabla 1. Frecuencia y porcentaje de las formas de discriminación que perciben los participantes en el DCP.

Frente a la discriminación el 55.5% anotó que la combaten, el 16.6 % que piensan hacer algo pero no lo hacen y el 27.7% no respondió la pregunta.

El 23 % de los y las participantes marcaron que pueden construir una cultura de derechos humanos para combatir la discriminación, mientras que el 23% respondió que puede combatirla expresando actitudes basadas en el respeto en la vida cotidiana. El 50% consideran que pueden hacer ambas cosas para combatir la discriminación, el resto no respondió la pregunta.

En perspectiva de género en el ámbito laboral el 27.7% de los y las participantes definieron adecuadamente al género, mientras que el 72.3% no contestó satisfactoriamente. El 88.8% respondió que es verdadera la frase “las mujeres no merecen tratos especiales, sino el mismo que todas las personas” esto significa que si tienen concepciones de equidad para las personas; mientras que para la frase “detrás de todo gran hombre hay una gran mujer” el 22.2 % respondió que es verdadera la frase, aunque esta sea una frase que demuestra inequidad de género.

El 44.5% de los y las participantes respondieron que nunca utilizan palabras como “nena”, “mamacita”, “chaparrita”, “preciosa”, “reina”, etc. para referirse a las mujeres. Mientras que el 38.8% respondió que algunas veces las utilizan, el 11.1% respondió que casi nunca y el 5.6% casi siempre. Ningún participante marco la opción siempre.

En manejo de emociones en el ámbito laboral, el 38.8% contestó que nunca han tenido problemas con la expresión de emociones en presencia de hombres o mujeres dentro de su lugar de trabajo; el 33.3% respondió casi nunca a esta pregunta. Finalmente el 27.7 % respondió que algunas veces. El 77.7% contestó que puede manejar sus sentimientos y emociones, discrepando de los resultados de la pregunta anterior, el 16.8% señala que los contiene y controla, el 5.5% no sabe que hacer con ellos.

Estos resultados demuestran que la mayoría de personas perciben que existe discriminación en su centro de trabajo, principalmente por antecedentes penales; por otro lado, se tiene poca información acerca de la perspectiva de género y esto hace que no se identifiquen las situaciones en que violentan a las mujeres privadas de su libertad o cuando ellas violentan al personal, finalmente en el manejo de emociones, solo una tercera parte menciona no tener problema con la expresión de sus emociones. En general, encontramos que en aspectos teóricos tienen información, aunque distorsionada o incompleta y en manejo de emociones encuentran gran dificultad para reconocerlas y expresarlas. Por lo anterior, es importante hacer trabajo de sensibilización en las temáticas de Derechos Humanos, Equidad de Género y Manejo de Emociones desde su propia experiencia personal, laboral y comunitaria, pues al reconocer en ellos mismos procesos de identificación y desarrollo personal, podrán facilitar en otras personas sus propios procesos de crecimiento, en climas favorecedores de respeto y responsabilidad, facilitando el crecimiento personal y comunitario.

CAPÍTULO 4

PROPUESTA METODOLÓGICA PARA FORMAR PROMOTORES COMUNITARIOS DE LA NO-VIOLENCIA EN LOS CENTROS DE READAPTACIÓN SOCIAL

Este capítulo corresponde a la propuesta práctica de acción e intervención. En un primer momento se plantea el modelo de Atención en Manejo de Emociones¹ (AME) donde se inserta dicha propuesta de trabajo para los Centros de Readaptación Social para mujeres y su uso posible en los de hombres. Posteriormente se presenta el curso-taller “*Promoviendo la no-violencia*” que corresponde a la parte de sensibilización y conocimientos sobre Derechos Humanos (DH), Equidad de Género (EG) y Manejo de Emociones (ME).

La propuesta incluye la distribución general del curso-taller, los objetivos, la justificación, la metodología de las sesiones de trabajo, la evaluación pre-post, los indicadores y, finalmente las actividades dirigidas a conocimientos, habilidades y actitudes sobre DH, EG y ME en los ámbitos personal, laboral y comunitario.

En la propuesta se incluyen también actividades que llevan como objetivo desarrollar habilidades de comunicación, escucha activa, empatía y aceptación positiva incondicional así como desarrollar estrategias de intervención que los promotores puedan llevar a cabo en su ámbito laboral y comunitario.

¹ Elaborado por la Organización Mexicana de Servicios y Atención Psicológica, A.C.

4.1 Justificación

El Enfoque Centrado en la Persona (ECP) centra su atención en el individuo y no en su problema, pues el objetivo es ayudar al individuo a que desarrolle habilidades para hacer frente a sus problemas tanto actuales como futuros de una forma más integrada, responsable y organizada (Rogers, 1980). Puede funcionar así un organismo individual como uno social, ambos funcionan integradamente, en contacto con su realidad y sus circunstancias, las positivas como las contradictorias, en busca de una existencia satisfactoria y productiva (Segrera y Mancillas, 1998). Esto se puede lograr en procesos de comunidades temporales, donde se proporciona un lugar para aprender acerca de las relaciones interpersonales sanas y la responsabilidad en el mundo (Gómez del Campo, 1999), en relaciones separadas pero interdependientes (Rogers, 1980).

Lo anterior en relaciones humanas que se basen en una concepción del ser humano como básicamente digno de confianza y de su tendencia a la actualización de sus potencialidades. Se espera una creciente comprensión de la propia responsabilidad en el mundo y como actuar en ese sentido.

Para Rogers esta responsabilidad en el mundo llevada a las relaciones interpersonales permite un deseo mutuo de entrar en contacto y comunicación, se vuelve entonces una fuerza de cambio social caracterizada por un alto grado de congruencia en la percepción de la experiencia. Esta relación se basa principalmente en la comunicación, la cual se vuelve recíproca y con una comprensión más adecuada del objeto de la misma, favoreciendo así un mejor funcionamiento psicológico de las partes relacionadas (Rogers, 1985), desde la expresión de sentimientos y emociones.

En los casos contrarios, cuando se pierde cualquier creencia en el valor y la dignidad de las personas es posible que exista la violencia, aunado a que hay una tendencia a abandonar la propia responsabilidad en quienes se consideran personas con poder (Rogers, 1980), resulta necesario favorecer ideologías políticas como la del ECP que facilitan que la gente se sienta incluida en su ámbito social. Es importante iniciar con la recuperación y aplicación de los Derechos humanos (DH) para todas las personas.

En la Declaración Universal de los Derechos Humanos se reafirma el principio de la no discriminación y proclama que todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos y que toda persona puede invocar todos los derechos y libertades proclamadas en esa Declaración, sin distinción alguna y, sin distinción de sexo². Es sabido que ninguna mujer puede ser maltratada o limitada en sus derechos por el hecho de ser mujer. Sin embargo, la realidad que viven las mujeres en México demuestra que falta camino para que las propias mujeres, el Estado y las sociedades hagan valer sus derechos y los puedan disfrutar³. En el caso de las mujeres privadas de su libertad el ejercicio de sus derechos humanos se ve constantemente obstaculizado al encontrarse en dicha situación, al considerarse que han perdido sus derechos por cometer un delito y al mismo tiempo haber rebasado las ideas y expectativas asignadas culturalmente a las mujeres. En la medida que la violencia contra la mujer es una manifestación de las relaciones de poder históricamente desiguales entre hombres y mujeres, esta situación se reproduce en el medio carcelario, máxime cuando éste es un espacio de opresión, discriminación y vulnerabilidad para la mujer⁴. Las personas que conviven con ellas (técnicos penitenciarios, personal de custodia, personal administrativo, autoridades, personal de intendencia, otras mujeres en situación de

² *Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer*, 18 de diciembre de 1979. Organización de las Naciones Unidas (ONU).

³ *Protección de derechos humanos*. (2003). Módulo 1. Instituto Interamericano de Derechos Humanos. Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal.

⁴ Noel, M. (2003) *Mujer y cárcel en América Latina* p.70.

reclusión, familiares y la comunidad en general) muchas veces comparten dichas concepciones que la mujer debe ser castigada por ser delincuente, lo que se vuelve un punto de partida para que las mujeres privadas de su libertad vivan distintas formas de violencia y discriminación, con maltrato, abusos, discriminación por condición económica, negación de servicios; situaciones que no facilitan su estabilidad emocional y proceso de readaptación.

Por todo lo anterior es necesario formar servidores públicos sensibles que favorezcan la readaptación social de las mujeres privadas de su libertad, en ambientes de respeto, libres de discriminación y estigmatización donde se privilegie el reconocimiento de sus DH y la EG a través del Manejo de Emociones, para que los Centros de Readaptación Social sean en verdad lugares de readaptación, donde se facilite el proceso de reintegración de las mujeres que han cometido algún delito.

La lucha contra la violencia es un asunto de justicia y democracia, es por esto, que el trabajo propuesto involucra a los servidores públicos que se encuentran relacionados laboralmente de forma directa con las mujeres privadas de su libertad (Técnicos penitenciarios y Personal de custodia), pues esto posibilita que ellos faciliten situaciones positivas que favorezcan directamente a la población de mujeres de los Centros de Readaptación Social en los que trabajan; y por otro lado prestar atención a éstas personas pues se ha realizado poco trabajo informativo y formativo con ellas, olvidando que dentro de su ambiente laboral también sufren violencia de distintos tipos.

El manejo y expresión de sentimientos y emociones permite atender y prevenir la violencia de género. Las actitudes básicas útiles para dicho fin son: comprensión empática, aceptación positiva incondicional y congruencia, que anteriormente fueron desarrolladas en este trabajo. Se habla de desarrollar todas

estas habilidades pues las personas contamos con ellas, en mayor o menor medida (Porrás, 2005). Se confía en que las personas puedan facilitar procesos de respeto y no discriminación, favoreciendo relaciones interpersonales sanas y justas.

Cuando un ser humano se reconoce como básicamente digno de confianza se encuentra en un estado de libertad y responsabilidad con el mundo y una vez experimentado este estado continuará luchando por eso (Rogers, 1980) para si mismo y para los otros, pues a partir de que modifica la percepción de su experiencia puede facilitar el mismo proceso en otras personas.

La presente es una propuesta desprofesionalizante, que le permite a la comunidad desarrollar sus propios recursos, en este caso la comunidad de la readaptación, para detectar, atender y resolver sus propios problemas, ya que todas las personas que se pretenden formar como promotores de la no-violencia tienen la ventaja de encontrarse psicológicamente más cerca de ella. Un enfoque centrado en la comunidad es concientizador y politizante pues facilita la conciencia, interés, participación y responsabilidad, individual y comunitaria (Gómez del Campo, 1999).

4.2 Modelo de Atención en Manejo de Emociones (AME)

El modelo de Atención en Manejo de Emociones (AME) es un modelo metodológico de intervención comunitaria propuesto por la Organización Mexicana de Servicios y Atención Psicológica A.C., (OMSAP A.C.). La implementación del AME es posible ya que en el CEFERESO S.M.A., hay que reconocerlo y abogar por ello, como en otros de América Latina de reciente creación, busca crear un ambiente que posibilite soluciones a los problemas añejos que acarrear los

centros de readaptación social⁵. Por ello este centro pretende adoptar distintas formas de trato para las mujeres en situación de reclusión en donde el cumplimiento de los DH y la EG sean una constante.

Se busca que las mujeres en situación de reclusión y quienes las rodean en los diversos ámbitos de su vida (laboral, social, personal, etc.) puedan reconocer, a través de su propia experiencia las relaciones en las que conviven, las implicaciones que los DH, la EG y el ME tienen en el desarrollo de la salud biopsicosocial de las personas, independientemente de su situación legal o jurídica. Todo ello para lograr modificaciones en las relaciones de las mujeres en reclusión y quienes conviven con ellas. Modificaciones que tengan el sentido de relaciones libres de discriminación, violencia y estigmatización, donde se favorezca el desarrollo humano.

Sin embargo, se pretende que este modelo pueda ponerse en práctica en cualquier otro Centro de Readaptación Social, tanto para mujeres como para hombres, pues el proceso de readaptación implica relaciones que no son neutras sino que están ya atravesadas por las prácticas sociales de discriminación y violencia. Lo que, paradójicamente, puede verse traducido en una situación contraria al proceso mismo con el que fueron creados estos centros.

⁵ Algunos problemas reportados en *Violencia contra las mujeres privadas de libertad en América Latina* (2003) son: violencia de género sufrida por las mujeres privadas de su libertad pues al cometer algún delito rompen también con lo que en el imaginario y en la práctica social se les permite, entonces sufren abandono por la mayor parte de los integrantes de su familia, sus parejas y por sus mismas compañeras del Centro e incluso por sí mismas (abandono emocional); falta de servicios médicos, educativos o laborales que aseguren su bienestar físico y emocional, factores que representan una violación a sus derechos humanos; falta de apoyos en orientación, información y representación legal que posibiliten denunciar las condiciones de violencia que viven y de la manera en que pueden hacer valer sus derechos.

4.3 Curso-taller “Promoviendo la no-violencia”

La Tabla 2 describe la estructura del curso-taller:

Unidad	Áreas de atención	Temática	Duración
1	<ul style="list-style-type: none">• Introducción• Personal / Laboral	Sensibilización en manejo de emociones (ME)	6 hrs.
2	<ul style="list-style-type: none">• Introducción• Personal / Laboral	Sensibilización en equidad de género (EG)	3 hrs.
3	<ul style="list-style-type: none">• Introducción• Personal / Laboral	Sensibilización en Derechos Humanos (DH) y No Discriminación	3 hrs.
4	<ul style="list-style-type: none">• Desarrollo de habilidades de intervención individual y comunitaria.	<ul style="list-style-type: none">• Comunicación• Escucha• Empatía• Aceptación incondicional. positiva	3 hrs.
5	<ul style="list-style-type: none">• Estrategias de intervención individual y comunitaria	<ul style="list-style-type: none">• Recursos grupales• Acciones a realizar• Requerimientos.	3 hrs.

Tabla 2. Áreas de atención, temática y duración del curso-taller “promoviendo la no-violencia”

Descripción de las áreas de atención

- **Introducción:** Los conocimientos teóricos representan una de las herramientas fundamentales de un promotor comunitario de derechos humanos, por lo tanto en el curso-taller habrá actividades que abarquen específicamente conocimientos sobre manejo de emociones, género, derechos humanos y discriminación
- **Personal/Laboral:** Las actividades se encuentran destinadas a sensibilizar a los promotores sobre las temáticas de DH, EG y ME en su vida personal y laboral, donde puedan reconocer las formas de violencia y discriminación en ellos mismos para posteriormente facilitar procesos de desarrollo en otras personas.
- **Desarrollo de habilidades:** Para realizar acciones individuales y comunitarias los promotores deben tener actitudes y habilidades que

les permitan hacer el trabajo requerido, por lo mismo en esta área se realizarán actividades para desarrollar y/o crear las mismas.

- Desarrollo de estrategias de intervención: Al final del curso-taller se pretende que los promotores desarrollen propuestas y estrategias de intervención para prevenir la discriminación y la violencia de género, que puedan llevar a cabo en su vida personal y dentro en su centro de trabajo.

4.3.1 Objetivos del curso-taller

Objetivo general

Sensibilizar a los asistentes en el Manejo de sus Emociones como un elemento que facilita el ejercicio individual y comunitario de los Derechos Humanos y la Equidad de Género, basándose en principios teóricos del Enfoque Centrado en la Persona y las experiencias de las y los participantes.

Objetivos particulares

- Al finalizar el curso-taller, se logrará sensibilizar a los promotores en las temáticas de Derechos Humanos, Equidad de Género y Manejo de Emociones, desde su propia experiencia personal, laboral y comunitaria.
- Al finalizar el curso-taller, los promotores reconocerán los principios teóricos de los Derechos Humanos, Equidad de Género y el Manejo de Emociones, y la relación de éstos con la readaptación social.
- Los participantes incrementarán su capacidad de reconocer situaciones y formas de discriminación, en sus ámbitos individual y comunitario.
- Los participantes generarán propuestas de intervención a nivel individual y comunitario para disminuir las prácticas discriminatorias.

4.3.2 Metodología

Metodología activa-analítica: El trabajo grupal requiere de la participación constante de sus integrantes, la capacidad del grupo no se limita solo a la abstracción de conocimientos duros; el facilitador hace las propuestas de las actividades que desde su punto de vista favorecen los valores, actitudes y la reflexión individual y profunda donde se fomenta el análisis, además de ayudar en la toma de conciencia de creencias, opiniones, sentimientos, actitudes y valores contrastándolos con los otros. Se busca un análisis a los contenidos y el proceso, de manera personal, grupal y social (Gil, 2001).

Metodología vivencial y experiencial: Se requiere de la integración de las experiencias individuales de los participantes en el proceso grupal, donde se da la expresión y el análisis de las mismas de forma libre, democrática y solidaria, por la persona, el grupo y el facilitador.

El desarrollo de esta metodología es propuesto para un curso-taller de desarrollo humano, pues en una condición así de trabajo, es posible que se combinen el aprendizaje experiencial de las personas participantes con el aprendizaje cognoscitivo, en una constante elaboración de definiciones útiles y aplicables a su ámbito personal, laboral y comunitario, con elementos vinculados de su propia experiencia dentro del curso-taller y en su vida cotidiana que compartan con el grupo (Rogers, 1980).

4.3.3 Estructura de las sesiones y actividades

Dentro del curso-taller hay cinco unidades, diferenciadas entre sí por las áreas de atención que abarcan y las temáticas propuestas. La estructura general de las sesiones es:

- *Bienvenida / Presentación / Evaluación PRE:* Los facilitadores(as) se encargarán de agradecer la presencia de los y las participantes y presentar los objetivos y la agenda del día. Aplicar el cuestionario que servirá para evaluar los conocimientos, habilidades y actitudes con las que inician los promotores.
- *Lineamientos:* Durante la primera unidad se acordarán las condiciones que se requieren en el grupo para realizar un trabajo en un clima de respeto; en las unidades siguientes se recordarán estos lineamientos.
- *Trabajo temático:* Es la parte que más importancia tiene, puesto que durante este tiempo se realizarán los ejercicios para sensibilizar sobre las temáticas de Manejo de Emociones, Derechos Humanos y Equidad de Género, en el ámbito personal y laboral, además de las actividades de trabajo teórico, desarrollo de habilidades y estrategias de intervención individual y comunitaria.
- *Receso:* Tiempo que se permite a la mitad de la sesión para descansar y consumir algunos alimentos ligeros, el tiempo asignado será de 10 minutos en cada una de las seis sesiones. Durante este tiempo los asistentes pueden aprovechar para atender algunos asuntos importantes de su trabajo y así regresar al curso-taller más tranquilos.
- *Trabajo temático:* Hay dos momentos de trabajo en conocimientos, habilidades y actitudes, éste es el segundo de la sesión y su estructura es igual que la anterior.
- *Cierre / Evaluación POST:* Se agradecerá la presencia de los promotores al final de cada unidad y se les pedirá puntualidad a la siguiente sesión; en la última unidad se aplicará el mismo cuestionario que al inicio con el fin de conocer el aprovechamiento del curso-taller.

A continuación se presentan las cartas descriptivas para cada una de las sesiones.

Actividades

UNIDAD 1. MANEJO DE EMOCIONES Sesión 1

Nombre del ejercicio	Objetivo	Actividades del facilitador(a)	Materiales	Duración
Bienvenida	Generar un ambiente cálido y presentar la estructura del taller.	Recibir y agradecer la asistencia. Presentación del modelo.	Ninguno	10 min.
Aplicación de la PRE evaluación	Explorar los conocimientos, actitudes y habilidades de los participantes sobre Manejo de Emociones, Género y Derechos Humanos.	Aplicación del cuestionario de PRE-Evaluación (ANEXO 1). A cada asistente se le entregará un cuestionario, el cual deberá contestar de manera individual.	Cuestionarios impresos, bolígrafos	15 min.
Presentación del grupo Gangas	Crear un ambiente favorable para el trabajo.	Se proporciona una hoja y un plumón por persona. Se les pide que escriban a manera de anuncio publicitario por un lado sus características positivas y del otro sus características negativas y abajo lo que piden para poder ser comprados. Se forman dos círculos concéntricos que giren, donde todos observen a todos. Finalmente, los miembros de uno de los grupos se ponen en venta y cada integrante del otro equipo se encarga de comprar a alguno de sus compañeros. Todos deben tener comprador. Se intercambian posteriormente los roles de los equipos. Al final de cada venta se pide a los compradores que expliquen las razones de adquirir a su compañero(a).	Hojas, plumones	25 min.

Compromisos comunes Dentro y fuera	Establecer de manera colectiva las reglas y lineamientos para un ambiente armonioso de trabajo.	Se delinea una mancha sobre una hoja de papel suficientemente grande para que todos los y las participantes puedan verla. Se dice al grupo que escriban dentro de la mancha lo que desean que ocurra y lo que están dispuestos a dar dentro del grupo y afuera lo que no desean que ocurra. Se trata de generar el compromiso de respeto entre los participantes.	Papelógrafos, plumones	10 min.
Presentación de objetivos	Dar a conocer los objetivos y la metodología participativa e interactiva del trabajo.	Presentación de los objetivos general y específico del módulo.	Papelógrafo con los objetivos	10 min.
Presentación de la agenda	Dar a conocer los temas y actividades de la sesión.	Sentados en círculo se mencionan las actividades a realizar a lo largo de esa sesión.	Papelógrafo con las actividades	5 min.
RECESO 10 minutos				
El baile de las pañoletas	Mostrar referentes corporales como medio para expresar emociones. Continuar con la sensibilización en manejo de emociones.	Al centro del salón se colocarán varias pañoletas de distintos colores y estampados, por lo menos una por cada participante y se les pedirá que tomen una, la que represente como se sienten en ese momento. Se utilizará música para animar movimientos corporales y de la pañoleta que representen lo que sientan en ese momento. La música debe cambiarse por lo menos en cinco ocasiones, procurando que las melodías elegidas faciliten las cinco emociones básicas. En la plenaria conviene hacer las preguntas ¿Cómo se sintieron?, ¿Qué pañoleta eligieron?, ¿Qué emoción representa?, ¿Cómo se encuentra su cuerpo en este momento?, ¿Qué hacen con las emociones que identifican?, etc.	Pañoletas, reproductor de discos compactos, discos compactos	40 min.

<p>Silueta de las emociones</p>	<p>Identificar y reconocer cómo viven corporalmente sus emociones. Comenzar la sensibilización en manejo de emociones.</p>	<p>Se da a cada asistente un pliego de papel del tamaño de una persona. Cada participante tiene que delinear, ayudado por algún compañero, la silueta de su cuerpo de tamaño natural. Tiene 5 minutos para ello. Posteriormente, se les pide que en hojas separadas dibujen y caractericen las cinco emociones básicas ayudados por el facilitador(a). Éste deberá inducir recuerdos individuales para cada emoción, con el fin que sean lo más reales posibles las emociones. Finalmente, se les pide que ubiquen en su cuerpo las emociones donde las sintieron al momento de dibujarlas. La reflexión girará en torno al reconocimiento del papel del cuerpo en la expresión de las emociones, para, finalmente, centrarse en la manera en que las experimenta cada persona.</p>	<p>Papelógrafos, hojas de colores, pegamento, lápices de colores, plumones, gises</p>	<p>45 min.</p>
<p>Cierre</p>	<p>Concluir las actividades del día.</p>	<p>Se les pide la participación libre a tres personas para que compartan qué se llevan y cómo se van de la sesión de trabajo (Estas participaciones servirán como indicadores de sentimientos e impresiones). El facilitador recuerda e invita la siguiente cita.</p>	<p>Ninguno</p>	<p>10 min.</p>

UNIDAD 1. MANEJO DE EMOCIONES Y SENTIMIENTOS
Sesión 2

Nombre del ejercicio	Objetivo	Actividades del facilitador(a)	Materiales	Duración
Bienvenida	Agradecer la asistencia	Dar la bienvenida a los asistentes.	Ninguno	5 min.
Lineamientos	Recordar las reglas acordadas la sesión anterior.	Usando una pelota se asignará la participación. Quien tenga la pelota en su mano, después de haber hecho su participación, la aventará a quien elija para continuar con las intervenciones. Cada persona deberá hablar sobre los lineamientos acordados la sesión anterior.	Papelógrafo con lineamientos	10 min.
Presentación de la agenda	Dar a conocer la distribución de las actividades durante la sesión.	Describir brevemente las actividades a realizar durante ese día.	Papelógrafo con agenda	5 min.
Reconocimiento de emociones y sentimientos	Reconocer a los otros como personas que constantemente expresan sentimientos de distintas maneras.	Se pide que el grupo se divida por parejas, una persona se nombrará "A" y "B" respectivamente. "A" saldrá del lugar donde se lleve a cabo el taller para recibir instrucciones y "B" se quedará para recibir otras. Las personas "A" harán una representación de 2 sentimientos que ellos mismos eligen de entre los cinco sentimientos básicos enojo, miedo, tristeza, afecto y alegría; en dos tiempos de 5 minutos cada una, los tiempos serán indicados por quien facilite, esta representación será solo con mímica, sin usar lenguaje verbal, al mismo tiempo las personas "B" tratarán de adivinar el sentimiento que "A" está representando, "B" puede utilizar la mímica, el habla u otra forma de expresión para adivinar lo que hace su pareja, mientras que	Papelógrafos, plumón	45 min.

		<p>“A” representará como quiera y pueda los sentimientos elegidos.</p> <p>Posteriormente, cambian de roles, ahora las personas “B” salen del espacio, se les indica que realizarán representación con mímica de dos sentimientos diferentes a los que representaron sus compañeros de pareja, en dos tiempos de 5 minutos cada una, mientras que sus parejas respectivas “A” intentarán adivinar que sentimiento es el que hace “B”.</p> <p>Plenaria. Se facilitará la discusión en torno a las siguientes preguntas para los y las participantes ¿A alguien se le dificultó la representación?, ¿Se les facilitó detectar el sentimiento que expresaba su pareja?, ¿Cómo expresan diferentes emociones en lo cotidiano?, ¿Y en el trabajo?, ¿Cómo les hubiera gustado expresarse?, ¿Cómo les hubiera gustado reaccionar o hacer ante lo que su pareja expresaba?, ¿Por qué no lo hicieron?, ¿Qué sucede con ustedes cuando observan estos sentimientos en las mujeres en reclusión?, ¿Cómo reaccionan?, ¿Qué les gustaría hacer y que no?. Explorar si creen que el trabajo es para los psicólogos, o si quieren reaccionar de alguna otra forma pero no saben cómo...etc.</p> <p>La persona que co-facilite anotará en papelógrafo aquellas habilidades básicas clave que detecte en la plenaria, por parte de los participantes, por ejemplo si alguien menciona la parte de la comunicación, la escucha, la observación, etc.</p>		
--	--	---	--	--

RECESO 10 minutos				
Personificando al otro	Identificar la percepción de los otros(as) en su ámbito laboral.	<p>La actividad se desarrolla principalmente en tres momentos (ANEXO 3):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. relajación: Una actividad de relajación donde los participantes se identificarán como alguno de sus compañeros de trabajo que se encuentre en otra área de desempeño (técnico penitenciario con personal de custodia y personal de custodia con técnico penitenciario); 2. Representación: Posteriormente se les pide que representen a la persona que se imaginaron y de la que están ocupando su cuerpo; y 3. Desensibilización: Se les indican nuevamente las instrucciones de relajación para que dejen de lado a la persona que representaron, después de identificar los sentimientos y la postura los(as) otros(as) <p>La reflexión gira en torno a identificar como nos comportamos con el otro, dependiendo si es hombre o mujer y/o técnico penitenciario y personal de custodia, además de reconocer cuales son los sentimientos de los compañeros de trabajo y como influye el género en las relaciones laborales.</p>	Reproductor de discos compactos y música para relajación (de chelos)	70 min.
Emociones y sentimientos	Revisar teóricamente el manejo de emociones y sentimientos.	Dar una pequeña conferencia acerca del manejo de emociones y sentimientos desde el Enfoque Centrado en la Persona y su importancia en el ámbito personal y laboral.	Ninguno	25 min.
Cierre	Finalizar la sesión de trabajo.	Pedir a los asistentes que digan que se llevan de esta sesión de trabajo y con esto tendremos los indicadores de la sesión.	Ninguno	10 min.

UNIDAD 2. GÉNERO
Sesión 3

Nombre del ejercicio	Objetivo	Actividades del facilitador(a)	Materiales	Duración
Bienvenida	Agradecer la presencia de los asistentes y recordar la sesión anterior.	Agradecer la asistencia de las personas y pedirles que hagan un recuento de la sesión anterior, quien decida hablará de su experiencia, solo tres personas intervendrán.	Ninguno	10 min.
Presentación de la agenda	Presentar las actividades para esa sesión.	Mencionar y describir las actividades a realizar durante el día.	Papelógrafo con la agenda	5 min.
Juan y María⁶	<ul style="list-style-type: none"> a) Diferenciar sexo y género. b) Reflexionar sobre las historias de vida de hombres y mujeres. c) Identificar formas de violencia de género. 	<p>Se divide al grupo en dos subgrupos. Cada uno de ellos estará encargado de hacer una personificación –con los materiales y recursos disponibles- de la historia de vida de Juan y María. Para ello se guiarán de una serie de tarjetas con frases que al completarlas forman la historia de vida de los personajes (Ver ANEXO 4).</p> <p>La reflexión gira en torno a las asignaciones, oportunidades, ideas y expectativas que se le atribuyen a una persona dependiendo de su sexo y cómo esto guía su historia vital. Proporcionando breves definiciones de género a partir de los elementos proporcionados por el grupo. Reconociendo distintas formas de violencia que se faciliten desde la construcción de género.</p>	Papel de china (rosa, azul, amarillo) tijeras, cinta adhesiva, estambre, juguetes para niña y niño (muñeca, carro, pelota, cuerda para saltar, cuentos).	40 min.

⁶ JUAN Y MARÍA. Roles sociales y reflexión sobre el concepto de género. Investigación y Desarrollo Educativo para la Acción Social, A.C.

Préstame tus zapatos	<p>a) Generar la reflexión sobre las experiencias que viven personas considerando su sexo y género.</p> <p>b) Sensibilizar a los asistentes en la perspectiva de género.</p> <p>c) Reconocer formas de violencia desde las concepciones de género.</p>	<p>Se dividirá al grupo en parejas procurando que estén conformadas por un hombre y una mujer, se les entregará una copia del ANEXO 5, con preguntas que deberán contestar.</p> <p>Se pide a los participantes que compartan como se sintieron al contestar las preguntas con su pareja y posteriormente con el resto del grupo. Se reflexiona sobre su experiencia en el ejercicio considerando sus sentimientos y emociones al sentirse como la persona del otro género y cómo es lo que viven desde su propia experiencia personal y laboral.</p>	Hojas impresas, bolígrafos.	40 min.
RECESO 10 minutos				
Vivan los novios	Generar la distensión entre los y las participantes.	<p>Se sientan todos en círculo y se asigna a cada uno de los y las participantes un personaje asistente a una boda. Siempre cuidando de asignar el mismo personaje a más de dos personas por lo menos. Por ejemplo: papá, mamá, tío, amigo, amiga, padrino, madrina. Siempre debe haber una persona sin silla, de pie, ya que ésta intentará ganar una cuando los demás se cambien de lugar.</p> <p>El juego inicia cuando la persona de pie comienza a contar la historia de una boda, y siempre que diga el nombre de alguno de los asistentes a la boda éstos deberán cambiar de lugar y la persona que está en el centro de pie intentará ocupar el lugar de alguno de ellos. Quien se queda sin asiento continúa con el relato. Cuando los relatores dicen la frase "vivan los novios" todos deberán cambiar de lugar, quien queda de pie continúa con la historia.</p>	Ninguno	15 min.

CO-CO	<p>a) Concretar los conocimientos teóricos sobre el género; y</p> <p>b) Utilizar formas de comunicación diferentes a la verbal.</p>	<p>Se divide al grupo en dos subgrupos. Se sienta a cada uno en una mesa y se les da la indicación que no pueden hablar durante el transcurso de la actividad. Se reparte a los integrantes del equipo los cartoncillos revueltos del ANEXO 6 con las frases que forman el significado de emociones y equidad de género. Lo que deben hacer es armar los significados sin mover los cartoncillos a los otros(as), pues cada persona tiene que mover el suyo solamente.</p> <p>La reflexión gira en torno a la importancia de conocer éstos términos para un promotor comunitario, mostrándolos como básicos e indispensables para el ámbito laboral y la intervención comunitaria. Además de reconocer algunas formas de comunicación no verbal en los grupos.</p>	Conceptos en cartoncillo cortados en partes, al modo de rompecabezas.	40 min.
Cierre	Concluir la unidad.	<p>Sentados en círculo se pide que terminen el día contestando la pregunta ¿Qué aprendiste en esta sesión? ¿Reconoces en tu vida haber ejercido o vivido violencia de género? ¿Qué te gustaría hacer con eso? La respuesta debe ser corta, la participación se le pedirá solo a cinco promotores. Facilitando que sean personas que no hayan participado al cierre de las sesiones. Las intervenciones deberán anotarse en la bitácora, pues nos servirán como indicadores.</p>	Ninguno	20 min.

UNIDAD 3. DERECHOS HUMANOS Y NO-DISCRIMINACIÓN
Sesión 1

Nombre del ejercicio	Objetivo	Actividades del facilitador(a)	Materiales	Duración
Bienvenida	a) Agradecer la asistencia; y b) Generar un ambiente cálido.	Agradecer la asistencia y pedir un breve resumen de lo trabajado en la sesión anterior a un voluntario.	Ninguno	10 min.
Presentación de la agenda	Presentar las actividades para esa sesión.	Mencionar y describir brevemente las actividades organizadas para la sesión.	Papelógrafo con la agenda	5 min.
¿Cómo viven los(as) otros(as)? Primera parte	Identificar las condiciones de las personas que viven discriminación.	Debajo de las sillas que ocupan los promotores(as) se coloca un papel donde lleve escrito alguna de las siguientes condiciones: mujer, mujer en situación de reclusión, autoridad, homosexual, hombre, indígena, sacerdote, niño, niña, indocumentado o adulto mayor. Se pide que personifiquen su condición asignada al azar, ahora ellos serán, vivirán, pensarán como dice el papel, durante toda la sesión. Los y las participantes no revelarán su rol hasta terminada la segunda parte del ejercicio. En esta primer parte no hay reflexión. Se les recuerda si es necesario en el transcurso de la sesión.	Hoja blanca, bolígrafos, cinta adhesiva, papeles escritos	10 min.
Cadena de derechos	Reconocer los derechos humanos.	Se divide al grupo en dos equipos. A cada uno se le proporciona el material necesario para hacer un cartel entre todos acerca de lo que saben de los derechos humanos representándolos con dibujos. La instrucción será hacerlo a manera de cadena, la cual deberá iniciar por el derecho a la vida. Tienen 20 minutos para hacerlo. Por ejemplo: vida – salud – alimentación – educación – diversión, etc.	Papelógrafos, plumones, hojas de colores, pinturas, gises de colores, revistas, etc.	40 min.

		La reflexión gira en torno a reconocer los Derechos Humanos en nuestra vida y en la de las y los demás, marcando que no existen condiciones para privar de alguno de ellos, solo bajo situaciones específicas. Se retomará el caso de las mujeres en situación de reclusión preguntando ¿Cómo cambia la cadena para esta situación?		
Cadáver exquisito	Reconocer las principales características de los Derechos Humanos.	Se divide al grupo en dos equipos. Se colocan dos papelógrafos pegados en una pared y se proporciona un plumón a cada participante, se les pide que escriban todo lo que consideren son los Derechos Humanos y las distintas formas de discriminación que conocen o que hayan vivido. Se pide que presenten al resto del grupo lo que encontraron, en quince minutos para cada equipo. Después el facilitador(a) y co-facilitador(a) harán una retroalimentación donde señalarán algunas características básicas de los Derechos humanos: generales o universales, preexistentes, limitados e inviolables.	Papelógrafos, plumones.	40 min.
RECESO 10 minutos				
Pozos petroleros	Identificar algunas formas de violencia económica y política, como formas de discriminación.	Se divide al grupo en dos equipos. Cada equipo es un país (deberán inventar o asignarse un nombre). Y se les plantea la siguiente situación: “El país A es una nación de primer mundo, con muy buena economía, no tiene pobres, solo que en su territorio no hay pozos petroleros. El país B es una nación de tercer mundo, con muchas carencias económicas y con un gran número de personas que viven en la pobreza. Tienen pozos petroleros, pero no infraestructura para explotarlos.	Ninguno	40 min.

		<p>Entonces A y B hacen negociaciones y convenios para extraer el petróleo. A colocará todo lo materialmente necesario para la explotación y se llevará un 70% de las ganancias; por otro lado B pondrá la mano de obra y el petróleo de su tierra y ganará el 30% restante.</p> <p>El país B se da cuenta que no es un buen negocio, por lo tanto necesitarán hacer las negociaciones pertinentes para hacer un acuerdo más justo”</p> <p>La instrucción es que cada país debe organizarse para resolver el conflicto. Negociarán durante 20 minutos.</p> <p>Se hace plenaria, la cual girará en torno a saber: ¿Cómo se sintieron los del país pobre? ¿Cómo se sintieron los del país rico? ¿Lograron un acuerdo equitativo? ¿Cuál fue? ¿Se sintieron discriminados en algún momento? ¿Su condición (asignada al inicio) les ayudó o perjudicó? Aterrizando en los ámbitos personal y laboral. Finalmente se busca facilitar un proceso de reflexión en el que el grupo identifique formas de violencia política y económica en la que se encuentran inmersos.</p>		
<p>¿Cómo viven los otros(as)? Segunda parte</p>	<p>Hacer un análisis de las personas que viven discriminación.</p>	<p>Sentados en círculo se comienza una plenaria sobre la discriminación que viven algunas personas. Y retomando la condición que se les asignó al principio se pide que hablen de ¿Cómo vivieron las actividades? ¿Cómo se sintieron? ¿En algún momento sintieron discriminación? ¿De qué tipo fue? ¿Qué hicieron personalmente con eso? ¿Se sintieron limitados? ¿Se vieron favorecidos? En ese momento las y los participantes deberán adivinar la condición que</p>	<p>Ninguno</p>	<p>20 min.</p>

		personifican sus compañeros. La reflexión va en torno al trato que damos a los otros(as) a partir de como los percibimos. Aquí deberá entrar la definición y explicación de la discriminación.		
Cierre	Finalizar la sesión	Se les pide a algunas personas participantes que digan brevemente cómo se van de la sesión, qué aprendieron y cómo se sienten con el trabajo realizado. Intentando escuchar a todos en el transcurso del curso-taller. El facilitador escucha y al final hace una síntesis del trabajo realizado y la participación del grupo, que deberá anotarse en la bitácora.	Ninguno	5 min.

UNIDAD 4. DESARROLLO DE ACTITUDES Y HABILIDADES
Sesión 5

Nombre del ejercicio	Objetivo	Actividades del facilitador(a)	Materiales	Duración
Bienvenida	Agradecer la presencia.	Hacer una invitación al trabajo participativo, recordando los lineamientos iniciales.	Ninguno	5 min.
Presentación de la agenda	Hacer mención de las actividades para esa sesión.	Describir las actividades propuestas para trabajar durante la sesión.	Papelógrafo con la agenda	5 min.
Comunicación incompleta	Vivenciar diferentes modos de comunicación incompleta.	<p>Se forman parejas. Los integrantes de las parejas serán designados con las letras A y B. La consigna es comenzar a hablar de su situación laboral. Se cambiaran las condiciones del diálogo como sigue:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sentados de frente - Sentados de espaldas - Con 2 metros de separación - Con los ojos cerrados - En silencio. <p>A y B realizarán los mismos modos de comunicación de manera alternada. Quien facilite se encargará de tomar el tiempo para cambiar de condición (2 minutos por cada una)</p> <p>La reflexión se centra en la importancia de la comunicación adecuada, además de reconocer sus obstáculos y reconociendo las actitudes prácticas que facilitarían el proceso de la comunicación, como: la escucha activa y la aceptación positiva incondicional. Finalmente, cuáles son sus implicaciones en el ámbito personal y laboral.</p>	Cronómetro	40 min.

Escuchando	Identificar y desarrollar atención y escucha.	<p>Se formarán parejas entre personas que sientan confianza. Una persona será A y la otra B.</p> <p>Los A saldrán del salón para recibir la siguiente instrucción: “Deberán ir con su pareja y contarles una experiencia importante para ustedes durante 5 minutos, hasta que les indiquen cambio. Posteriormente escucharán a sus compañeros”.</p> <p>Los B se quedarán dentro del salón para recibir la siguiente instrucción: “escucharán lo que sus compañeros les digan y posteriormente les devolverán a sus compañeros lo que escucharon.”</p> <p>Después se les pide a los B que repitan lo que los A les contaron. Los A dirán si es eso lo que contaron. Si no es así, los A contarán de nuevo la experiencia. Preguntando de nuevo a los B cuál es la experiencia de los A. Así, hasta que los A digan que esa es su experiencia.</p> <p>La reflexión se centrará en reconocer si los promotores escuchan y atienden a las personas, cómo lo hacen y cómo devuelven lo que escuchan, qué recursos tienen para escuchar y escucharse a sí mismos, en su vida personal y laboral.</p>	Ninguno	40 min.
RECESO 10 minutos				
Empatía y aceptación positiva incondicional	Trabajar empatía y aceptación positiva incondicional.	Se sientan todos en círculo. Se les pide que cierren los ojos. Al mismo tiempo se reproduce música suave. Se les pide que pongan atención en su respiración, que se acomoden. Se les proporciona entonces una porción de plastilina, y se les pide que sin abrir sus ojos reconozcan la textura del material que se les entregó, su olor, su temperatura (5 minutos). Luego se les solicita	Plastilina, grabadora y discos compactos (música instrumental de chelos).	40 min.

		<p>que se representen con esa masa, dándole una forma que los identifique (10 minutos). Posteriormente, aún con los ojos cerrados se pide que compartan su figura al compañero de su derecha. Él debe recibirla y palpar las características de la representación de su compañero (a) (5 minutos).</p> <p>Entonces, lentamente se les pide que abran sus ojos y se preparen a compartir su experiencia en plenaria.</p> <p>En la reflexión deberán ir las preguntas ¿cómo te sentiste en el ejercicio? ¿Cómo te formaste? ¿Cómo te sientes con tu representación? ¿Te aceptas a ti mismo como eres? ¿Cómo te sentiste de compartirte con otra persona? ¿Cómo te sentiste de recibir a otra persona? ¿Qué encontraste en la representación de tu compañero (a)? ¿Aceptas a los demás?</p> <p>Entonces el facilitador(a) explicará el concepto de empatía y de aceptación positiva incondicional retomando elementos expresados por el grupo.</p>		
El cartero	Generar la distensión entre las personas asistentes.	<p>Continúan sentados en círculo. Con el número exacto de sillas para los y las participantes, el facilitador(a) se queda de pie en el lugar del cartero, sin silla. La consigna es escuchar la frase y quien tenga las características pedidas deberá cambiarse de lugar, quien esté de pie intentará ocupar algún lugar libre. Quien quede nuevamente de pie (cartero) repite la frase con otra característica, por ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Llegaron cartas para las personas que... tengan calcetines. - Llegaron cartas para... las mujeres. - Llegaron cartas para... los hombres. - Etc. 	Una silla para cada participante	10 min.

El nudo ⁷	Que los y las participantes sientan la proximidad física y psicológica de sus compañeros para generar un objetivo común.	Los participantes forman un círculo tomándose de las manos. Una persona sale del grupo y permanece algunos minutos fuera donde no pueda observar al resto del grupo. Mientras los demás, sin soltarse de las manos, se entrelazan lentamente hasta formar un nudo complicado. Una vez terminado, la persona de fuera, regresa con la consigna de deshacer el nudo, sin que los participantes se suelten y formen nuevamente en círculo inicial. La reflexión gira en torno a la experiencia de lograr un objetivo común (hacer y deshacer el nudo) y el papel necesario de todos los integrantes para lograrlo.	Ninguno	20 min.
Cierre	Finalizar la sesión	Se les solicitará que contesten la pregunta “¿Cómo me voy?” Los y las participantes deben ser breves en su respuesta. El facilitador devolverá a cada uno(a) lo que escuchó de cada participación. Si hay personas que se han mantenido calladas al cierre, animarlas para escuchar sus sentimientos e impresiones. Y como al cierre de cada sesión todo debe ir en la bitácora.	Ninguno	10 min.

⁷ Pichardo, M. (2003) *educación para la paz y los derechos humanos*. México: Asociación para el Desarrollo Integral de Personas Violadas, A.C.

UNIDAD 5. DESARROLLO DE ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN
Sesión 6

Nombre del ejercicio	Objetivo	Actividades del facilitador(a)	Materiales	Duración
Bienvenida	Agradecer la asistencia	Agradece la asistencia e invita a trabajar en la última sesión.	Ninguno	10 min.
Presentación de la agenda	Mencionar las actividades a realizar durante la sesión.	Describir brevemente las actividades a realizar durante la última sesión de trabajo.	Papelógrafo con agenda	10 min.
Trácate	Demostrar los recursos grupales.	Todos sentados en círculo, se designa a un(a) participante para que pase al centro donde hay un papelógrafo y comience el dibujo, después de 3 o 4 Trazos grita: ¡TRÁCATE!, el jugador siguiente continúa el dibujo de acuerdo con lo que cree adivinar por los primeros trazos. Tiene derecho a añadir 3 o 4 trazos más, luego exclama: ¡TRÁCATE! y así sucesivamente hasta que todos los jugadores hayan pasado a dibujar. La reflexión gira en torno a las posibilidades grupales de realizar tareas encaminadas a un mismo fin, además de preguntar ¿Cómo se sienten con el producto grupal de la actividad?	Papelógrafo	25 min.
Tríadas	Recoger las posibles acciones a realizar.	Se divide al grupo en tríadas. Se les solicita que en un papelógrafo escriban las posibles estrategias de intervención que pueden realizar dentro de su ámbito laboral para disminuir las prácticas discriminatorias y la violencia de género y donde se integre el manejo de emociones como recurso facilitador de relaciones personales sanas. Posteriormente, se pide que de forma breve expongan al resto del grupo sus resultados, haciendo mención de las acciones más aplicables y en las que estén dispuestos a participar.	Papelógrafos y plumones	30 min.

Organizando	Identificar los requerimientos de una propuesta.	Trabajando con los mismos grupos se les pide que identifiquen de la propuesta más viable los siguientes puntos: <ul style="list-style-type: none"> - Temática de la propuesta - Objetivo - Justificación (beneficio) - Población - Metodología - Necesidades (recursos humanos, recursos materiales, recursos económicos, tiempo, negociaciones, etc.) - Resultados esperados. Posteriormente se les pedirá que los escriban en un papelógrafo para exponerlos y sustentarlos ante el resto del grupo.	Papelógrafos y plumones	30 min.
Hoy puedo	Hacer compromisos de trabajo.	Se pedirá a los promotores que de manera individual en un papelógrafo realicen tres listas: por un lado de la hoja las cualidades/habilidades con las que cuentan, del otro lo que sí pueden realizar pensando en las propuestas y, finalmente, a qué se comprometen como promotores. Tres personas compartirán sus respuestas. La reflexión gira en torno a reconocer las acciones que si pueden realizar y el compromiso de ser promotores de los DH, el ME y la EG en un Centro de Readaptación.	Papelógrafos y plumones.	25 min.
Cierre	Finalizar el módulo.	A cada participante se le dará una fotocopia con frases incompletas del ANEXO 7 que deberán completar. Deberán después compartir con sus compañeros las respuestas, procurando que todos compartan alguna de las frases por lo menos. El facilitador(a) dirigirá algunas palabras de agradecimiento y despedida.	Fotocopias y bolígrafos	20 min.

Aplicación de la POST evaluación	Aplicar el cuestionario para evaluar el éxito del curso-taller.	Se pide a los promotores que respondan al cuestionario de POST Evaluación (ANEXO 1). Se le entregará a cada promotor un cuestionario para que lo conteste de manera individual.	Cuestionarios y bolígrafos	15 min.
Caracol	Finalizar el taller.	Se pide que los y las participantes del curso-taller se tomen de las manos (incluyendo facilitador(a), co-facilitador(a) y apoyo logístico) y con una frase se despidan de sus compañeros. Para finalizar un extremo de la fila comienza a envolverse como espiral, hasta terminar en un abrazo grupal.	Ninguno	10 min.

4.3.4 Evaluación

Para conocer los resultados del curso-taller es necesario realizar una evaluación y observar si fueron alcanzados los objetivos al final del mismo, para tener un referente de los conocimientos, actitudes y habilidades de los participantes al inicio de la intervención resulta necesario la aplicación de una pre-evaluación; en este caso se llevará a cabo con un cuestionario autodirigido (ANEXO 1) el cual se encuentra dividido para evaluar 3 aspectos: *conocimientos*, donde se elige alguna de las opciones de respuesta, *actitudes*, con una escala ordinal tipo Likert de 10 items y finalmente *habilidades*. Los resultados de esta primera evaluación deberán ser analizados y presentados de forma cuantitativa y cualitativa.

Concluidas las 5 unidades y después de haber trabajado conocimientos, actitudes, habilidades y estrategias de intervención comunitaria; al finalizar la última sesión de trabajo se aplicará el mismo cuestionario, es decir, la post-evaluación, lo que nos servirá para conocer los resultados y el alcance de objetivos. Igualmente es necesario hacer un análisis cuantitativo y cualitativo y posteriormente compararlo con el resultado de la pre-evaluación.

Los resultados para ambas aplicaciones del cuestionario se presentarán con porcentaje numérico, en las primeras 6 preguntas se tomará solo dos opciones, respuesta correcta o incorrecta, sacando el porcentaje y la media de ambas. Para el inciso 7 se obtendrá la puntuación con los valores establecidos en el ANEXO 2 y para los últimos tres puntos se hará una escala ordinal de las respuestas obtenidas.

A mayores puntajes mayor conocimiento en las temáticas, del 1 al 6. En el inciso 7 con puntaje mayor se cuenta con las actitudes necesarias a puntajes menores disminución de las actitudes; finalmente los últimos tres incisos evalúan las habilidades de los asistentes, se organizarán de mayor a menor número de respuestas y de ahí la importancia que se confiere a cada una de las habilidades.

Indicadores

Los indicadores son elementos que nos ayudarán a monitorear el desarrollo del curso-taller y nos permitirán detectar “focos rojos” a tiempo y poder llevar a cabo acciones que rescaten y posibiliten el cumplimiento de los objetivos establecidos.

Para esta formación de promotores comunitarios de la no-violencia en los Centros de Readaptación Social contaremos con dos indicadores principalmente para monitorear el cumplimiento de las sesiones: la *asistencia /puntualidad*, se recomienda que al inicio de cada sesión se tome asistencia, el trabajo se realizará siempre y cuando haya por lo menos el 80% de las personas que se encuentra en formación; *participación*: que deberá ser libre y constante durante todas las sesiones, pues permite dar cuenta de las actitudes de reflexión individual y grupal.

Para monitorear el cumplimiento del objetivo de sensibilizar se hará a través de que en la participación de los promotores se escuche una vinculación de las temáticas con su propia experiencia; para la parte de conocimientos igualmente en su participación con frases como: aprendí el concepto de género, no recordaba las características de los DH, etc., al final de las sesiones es un buen momento para tomar este indicador; finalmente para monitorear las actitudes y habilidades se hará durante los ejercicios, observando la empatía, la aceptación positiva incondicional y la escucha activa. A lo largo de todo el trabajo pueden

servir como indicadores los sentimientos e impresiones del grupo de facilitadores(as) hacia el trabajo. Se recomienda que durante todas las sesiones haya una persona de apoyo que se encargue de hacer una bitácora del día, la cual debe incluir las participaciones de los y las promotoras a lo largo de toda la sesión.

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Para el Enfoque Centrado en la Persona (ECP), todos los seres humanos son básicamente dignos de confianza, que se encuentran en movimiento subyacente y los lleva hacia la realización de sus potencialidades con una tendencia natural al desarrollo integral, movimiento conocido como tendencia actualizante. Cualquier individuo posee matices personales internos con los que describe su experiencia exterior, se habla de una existencia subjetiva, es decir, nunca habrá alguien igual a otra persona.

El objetivo de las acciones centradas en la persona es ayudar al individuo a reconocer sus potencialidades y con ellas hacer frente a distintas experiencias que pueden ser problemáticas, de una forma más integrada, independiente y responsable. Para lograr dicho objetivo se requiere que se encuentre en un ambiente donde se privilegie el contacto persona-persona, donde la congruencia, la comprensión empática y la aceptación positiva incondicional, conocidas como actitudes básicas, sean condiciones constantes por parte de una de las personas en dicho contacto. En una situación así se favorece el crecimiento personal interno y una comprensión de la responsabilidad del individuo en el mundo.

Este enfoque fue desarrollado principalmente en experiencias de psicoterapia, sin embargo, la atención centrada en la persona puede ser llevada a cabo en cualquier situación donde el objetivo sea el desarrollo humano. Por esta razón se consideran a las acciones centradas en la persona como postura política social, pues cuestiona fuertemente el modelo médico donde el profesional posee los conocimientos suficientes para diagnosticar y medicar a partir de los síntomas del paciente; así, el poder y control lo tienen los otros. En este sentido el ECP no

pretende devolver el poder a las personas, pues en realidad nunca se lo quita (Rogers, 1980).

En relación a lo anterior, se confía en que cualquier persona puede facilitar el desarrollo de otra persona en una relación auténtica, donde actitudes básicas prevalezcan. Para realizar esto no resulta indispensable que se tenga una formación profesional como psicólogo, orientador o terapeuta; lo que si es básico es una formación y entrenamiento en habilidades de autoconocimiento y actitudes básicas, además de una práctica constante a lo largo de las experiencias de la persona.

Después del entrenamiento descrito la persona es capaz de facilitar un ambiente donde se favorezca el desarrollo humano, en el ámbito personal, laboral, comunitario, terapéutico o grupal. Incluso sin la necesidad de realizar una acción comunitaria específica, pues, al ser una persona que funciona adecuadamente puede facilitar relaciones en vías de mejora, es decir de crecimiento. Lo anterior permite que se puedan vivir, reconocer y aceptar los sentimientos propios y los de otras personas sin negarlos o distorsionarlos.

La persona que recibe el entrenamiento de autoconocimiento y actitudes básicas y además reconoce estos elementos como beneficiosos para su propio crecimiento y para el desarrollo de su comunidad, los pone en práctica en su ámbito social, es decir, asume su propio poder y lo canaliza en beneficio propio y de su comunidad, asume su capacidad y responsabilidad como actor de cambio social. Es lo que se pretende lograr con los promotores de la no-violencia en los Centros de Readaptación Social

La declaración de los Derechos humanos es centrada en la persona, pues al igual que el ECP confía plenamente en el ser humano, independientemente de su nombre, edad, nivel socioeconómico, estado civil, sexo, nacionalidad o preferencia sexual, al igual que los derechos humanos son atributos y garantías que

corresponden al ser humano por el solo hecho de serlo y son de carácter universal.

El hecho que desaparezca cualquier creencia en el valor y dignidad de las personas facilita la existencia de la violencia (Rogers, 1980). La violencia es todo aquello que pueda representar o significar perjuicio, producir, por efecto o por defecto, un mal a otro, a uno mismo o al entorno; ya sea realizando u omitiendo de manera consciente o inconsciente acciones agresivas (Vinyamata, 2001, 17). En la actualidad hay una tendencia continua y estable al abandono de las libertades personales y en el mismo sentido permitir que manos más fuertes tomen el poder. El poder para Max Weber es la probabilidad de imponer la propia voluntad dentro de una relación social (García, 1981).

Desde el ECP el poder se encuentra en la persona por lo tanto no existe ningún deseo de control o manipulación, se confía en la autoresponsabilidad y en la autodisciplina del ser humano, en situaciones de apertura y cooperación. El caso contrario es impersonal y arbitrario, el control se ejerce por supuesta protección y cuidados, donde se utilizan recursos sociales para ejercer las decisiones propias, como medios económicos, intelectuales, de comunicación, de género, físicos o culturales.

Así como existen recursos para ejercer el poder violentamente, hay también distintas formas de violencia: la sexual, emocional, física, política, económica, de género, entre otras mucho más sutiles. En este trabajo se abordaron principalmente las que viven las mujeres en situación de reclusión, la económica, política y de género enfrentadas a la privación de la libertad, que en su conjunto son las condiciones de los Centros para mujeres de Readaptación Social, dentro del sistema penitenciario.

Roldán y Hernández (1999), escriben sobre un sistema penitenciario que carece de las condiciones indispensables para que pueda darse una verdadera readaptación social; los centros penitenciarios serían convertidos en lugares donde las personas tienen la posibilidad de aprender y reproducir conductas delictivas, los que logran su libertad tienen oportunidad de seguir cometiendo delitos. Aunado a que muchas de las personas que delinquen provienen de hogares desintegrados y de comunidades con relaciones ásperas, violentas y competitivas, a donde regresan después de cumplir su condena. Esto a veces constituye una explicación de doble filo, ya que si bien, lo anterior, marca o dificulta la tendencia actualizante de una persona, no la hace responsable y libre pues se convierte en una justificación.

En México existen muchos problemas y carencias en el sistema penitenciario que no posibilitan el propósito que tienen, que es el de la readaptación social, sin embargo, es importante rescatar que en los nuevos centros del Distrito Federal buscan cambiar los vicios añejos que acarrea todo el sistema, con los lugares creados recientemente para el sistema penitenciario se inició también una preocupación por parte de los funcionarios para que en dichos lugares las personas reflexionen y adquieran habilidades distintas con las que entraron. Prueba de ello es el trabajo de distintas Asociaciones Civiles que actualmente se está llevando a cabo, con diferentes temáticas como: derechos humanos, derechos civiles, sexualidad, salud, salud emocional, equidad de género, asuntos penitenciarios, y pruebas psicométricas. Es por esto que se ha puesto particular atención al trabajo sobre Derechos Humanos.

La propuesta de este curso-taller se desarrolla para el CEFERESO S.M.A. y se caracteriza por no ser del tipo asistencialista, sino más bien, se trata de crear “células del crecimiento personal y comunitario” que sean parte de la misma comunidad y por lo mismo permanezcan mucho más tiempo en acción. Lo anterior ayudará a favorecer relaciones interpersonales enriquecedoras, donde la

expresión y manejo de emociones y sentimientos sean respetados, lo que favorecerá la prevención de la violencia política, económica y de género.

En el caso particular de las mujeres privadas de su libertad, al ser un número mucho menor que el de hombres privados de su libertad deben enfrentar además del reproche social al permitirse romper con su rol establecido culturalmente, que supondría bondad, calma y apego a las actividades manuales o de servicios, restricciones, como espacios improvisados en los Centros de Readaptación Social para hombres, en estos mismos lugares viven condiciones de hacinamiento y diferentes violaciones a sus derechos humanos generadas por la supuesta implementación de la disciplina, en otras palabras, la readaptación social no es centrada en las personas en reclusión, pues no favorecen el crecimiento personal.

De hecho la propuesta que ocupa este trabajo surge dentro del proyecto "Vive y transmite los derechos humanos" llevada a cabo de marzo a noviembre de 2005, por la Organización Mexicana de Servicios y Atención Psicológica, A.C. apoyada por el programa de coinversión para el desarrollo social del Distrito Federal a través del Instituto de las mujeres, en colaboración con los funcionarios de estructura del Centro Femenil de Readaptación Santa Martha Acatitla, lugar que fue inaugurado en marzo de 2003.

Resulta importante mencionar que la propuesta metodológica que se plantea en el presente documento pretende realizar un trabajo que beneficie a las mujeres privadas de su libertad o a cualquier persona que se encuentre en situación de reclusión. El curso-taller se ha preparado para que lo realicen técnicos penitenciarios y personal de custodia, por dos razones principales: la primera de ellas es porque trabajan directamente con las mujeres en reclusión y la segunda porque la mayoría del trabajo comunitario se lleva a las mujeres privadas de su libertad y se dejan de lado a las personas que no se encuentran en reclusión, pero

que pasan gran parte de su tiempo en los Centros de Readaptación Social. Los participantes que al final de la formación se llamarán promotores comunitarios de la no-violencia, pueden obtener beneficios tanto personales, laborales y comunitarios, pues al transformar su vida laboral, es decir una esfera de su vida, accionan un cambio en el resto de sus relaciones interpersonales. Las actitudes básicas que el promotor puede desarrollar tienen aplicación en su vida de pareja, con su familia, sus amigos, sus padres, etc.

Tomando en cuenta la población que es objetivo de este curso-taller, resulta necesario poner particular atención en sus necesidades, intereses y tiempos, buscando asegurar su asistencia y participación activa, respetando sus actividades y obligaciones laborales; para lograr esto a continuación se presentan una serie de sugerencias que facilitarán la realización y aprovechamiento de esta propuesta metodológica:

- Entrar en contacto directo con los funcionarios de estructura (autoridades) del Centro de Readaptación Social donde se pretenda llevar a cabo el curso-taller, para darles a conocer los objetivos y los beneficios para los participantes y la comunidad, la población beneficiada directa e indirectamente, finalmente las necesidades de tiempo y espacio para que se asigne un lugar adecuado para llevar a cabo las actividades.
- Realizar un sondeo con las personas a quienes se pretenda invitar a formar parte del curso-taller, para conocer que días y a que hora les será factible detener sus funciones y asistir al trabajo. Además de identificar su interés y disposición para las temáticas que se abordarán. Posteriormente identificar los días y horarios que aseguren asistencia.
- Hacer invitaciones tamaño cartulina con el nombre del curso-taller, la hora y días de actividad, el lugar donde se llevará a cabo, población beneficiada, además de teléfonos y correos electrónicos para dudas; colocarlas en

lugares que permitan su rápida y fácil lectura con previo consentimiento de las autoridades del Centro.

- Crear una lista de asistencia de las personas que posiblemente participarán al curso-taller, apoyados por funcionarios y coordinadores cercanos a las personas participantes, del propio centro, además de realizar una visita personal a los técnicos penitenciarios y al personal de custodia preferentemente por quien facilitará el curso taller.
- Ser flexible con los tiempos y actividades, es decir, se pueden modificar, siempre y cuando se cumplan los objetivos planteados en la propuesta.
- Hacer una lista de todos los materiales, tanto electrónicos como de papelería que serán necesarios para la adecuada realización del curso-taller, solicitar que dicha lista se anexe a un memorando de acceso al centro y llevar todos los materiales en una sola ocasión.

Aunque se hace una propuesta de seis sesiones con una duración de tres horas cada una, la aplicación de esta propuesta metodológica permite hacer los ajustes necesarios para su aplicabilidad, dependiendo de las condiciones y necesidades del centro de readaptación donde se pretenda llevar a cabo esta acción comunitaria. Incluso, si existe mayor tiempo, éste puede utilizarse en los procesos reflexivos al final de las actividades, pues se facilitaría que fueran éstos más profundos.

Lo importante es iniciar y mantener una cultura que favorezca los derechos humanos y la no discriminación de las personas en situación de reclusión. En lugares de reciente creación el trabajo puede llegar de manera preventiva en el sentido de no acarrear los viejos problemas de la readaptación; en centros que se hayan dado espacios ya para el trabajo de estos temas continuar con los esfuerzos, pues aunque parezca que se tienen los conocimientos las mismas condiciones de trabajo y estancia favorecen situaciones de discriminación,

además de situaciones afectivas, tanto positivas como negativas, entre todos los actores directos en la readaptación social. Razón por la cual es necesario realizar acciones comunitarias que impacten en materia de salud emocional en la comunidad.

ANEXOS

ANEXO 1 CURSO-TALLER EVALUACIÓN

INSTRUCCIONES: Lee atentamente cada pregunta y responde.

Marca con una **X** tu respuesta

1. ¿Qué son las emociones?

- Modelo de respuestas que incluye solo respuestas cognitivas.
- Expresiones motoras, químicas y nerviosas, de lenguaje verbal o corporal.
- Cosas que sientes, que obstaculizan el crecimiento personal.

2. ¿Qué es el manejo de emociones?

- Reconocimiento, identificación, aceptación y expresión congruente y no violenta de las propias emociones.
- Tomar la rienda de las emociones, para controlarlas y no expresarlas.
- Son un manual de conducta buena y correcta.

3. ¿Qué es el género?

- El estilo y forma de los filmes.
- Una serie de expectativas y creencias sociales sobre los roles masculino y femenino.
- Violencia contra las mujeres.

4. ¿Qué es la equidad de género?

- Es la igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres en el ámbito laboral.
- Es un discurso feminista.
- Relaciones de convivencia entre hombres y mujeres equitativas, solidarias y justas, que permiten el propio desarrollo individual y social.

5. ¿Qué son los derechos humanos?

- Atributos y garantías que corresponden al ser humano por el solo hecho de serlo.
- Garantías que favorecen el desarrollo solo de los más desprotegidos.
- Una comisión que existe en México.

6. ¿Qué es la discriminación?

- ___ Asignarles a las mujeres lo que solo le corresponde a hombres.
 ___ Distinción, exclusión o restricción en cualquier ámbito y hacia cualquier persona.
 ___ Reconocer que todas las personas son diferentes, por eso unas valen más que otras.

7. Marca con una **X** tu respuesta, las opciones son las siguientes:

- a) Totalmente de acuerdo.**
b) De acuerdo
c) Indiferente
d) En desacuerdo
e) Totalmente en desacuerdo

FRASES	a	b	c	d	e
1. Me serviría en mi ámbito laboral aprender a manejar mis emociones...					
2. Reconocer las emociones limita el cumplimiento de los objetivos laborales...					
3. Mujeres y hombres tenemos derecho a un trato equitativo y justo...					
4. Detrás de cada gran hombre, hay una gran mujer...					
5. Los derechos humanos entorpecen mi actividad laboral...					
6. Resulta necesario eliminar cualquier forma de discriminación...					
7. Las mujeres en situación de reclusión merecen ser tratadas mal...					
8. Debemos buscar la verdadera readaptación social desde el marco de los derechos humanos...					
9. Si me la haces me la pagas...					
10. No hay ninguna justificación válida para ejercer violencia sobre las personas...					

8. Ordena del 1 al 5 la importancia de estas habilidades para favorecer relaciones sin discriminación en tu ámbito laboral.

___ Confidencialidad

___ Empatía

___ Comunicación

___ Respeto

___ Escucha

9. Marca con una **X** tus habilidades para relacionarte con otras personas

___ Comunicación

___ Atención física

___ Atención psicológica

___ Escuchar al otro

___ Escucharte a ti mismo

___ Expresión verbal

___ Empatía

___ Respeto

___ Concretar

___ Congruencia

___ Autenticidad

___ Confidencialidad

___ Confrontación

___ Proximidad

___ Aceptación positiva
incondicional

10. ¿Qué tipo de recursos consideras necesarios, para hacer acciones públicas que promuevan la no discriminación en tu lugar de trabajo?

___ Recursos humanos

___ Recursos materiales

___ Espacios adecuados

___ Recursos económicos

___ Organización grupal

___ Tiempo

___ Otros ¿Cuál / es?

Comentarios:

GRACIAS POR COLABORAR CON NOSOTROS

ANEXO 2
VALORES DE RESPUESTAS PARA EL INCISO 7

- a) Totalmente de acuerdo.**
- b) De acuerdo**
- c) Indiferente**
- d) En desacuerdo**
- e) Totalmente en desacuerdo**

FRASES	a	b	c	d	e
1. Me serviría en mi ámbito laboral el aprender a manejar mis emociones...	4	3	2	1	0
2. Reconocer las emociones limita el cumplimiento de los objetivos laborales...	0	1	2	3	4
3. Mujeres y hombres tenemos derecho a un trato equitativo y justo...	4	3	2	1	0
4. Detrás de cada gran hombre, hay una gran mujer...	0	1	2	3	4
5. Los derechos humanos entorpecen mi actividad laboral...	0	1	2	3	4
6. Resulta necesario eliminar cualquier forma de discriminación...	4	3	2	1	0
7. Las mujeres en situación de reclusión merecen ser tratadas mal...	0	1	2	3	4
8. Debemos buscar la verdadera readaptación social desde el marco de los derechos humanos...	4	3	2	1	0
9. Si me la haces me la pagas...	0	1	2	3	4
10. No hay ninguna justificación válida para ejercer violencia sobre las personas...	4	3	2	1	0
TOTALES					
	TOTALES SUMADOS				

Interpretación:

Puntaje 40

La persona que obtenga esta puntuación, cuenta con las actitudes adecuadas para manejo de emociones, género, derechos humanos, reclusión y violencia; necesarias para realizar trabajo en prevención de la discriminación y violencia.

Puntaje 0

La persona que obtenga esta puntuación, no cuenta con las actitudes adecuadas para manejo de emociones, género, derechos humanos, reclusión y violencia; necesarias para realizar trabajo en prevención de la discriminación y violencia.

Puntajes intermedios

El puntaje máximo es 40 y el mínimo 0, el resto de los puntajes se deben interpretar de acuerdo a su proximidad o lejanía con estos parámetros.

ANEXO 3 PERSONIFICANDO AL OTRO

Relajación

Cierra los ojos, date cuenta de tu posición, ¿es cómoda o deseas acomodarte?, puedes hacerlo...

Ahora entra en contacto con tu respiración...

Deja que el aire entre por tu nariz... mantén el aire por cinco segundos...

Déjalo salir por la boca... inhala... cuenta hasta cinco... exhala... trata de no cambiar tu respiración...date cuenta como es tu respiración, profunda, entrecortada...

Siente el aire mientras entra y llena tus pulmones... fluyendo y llenando tu cuerpo... y sale por la boca... nota el ritmo de tu respiración... trata de respirar sin esfuerzo...

Identifica si ahora estas pensando algo... si hay algo que te preocupa... si hay ruidos a tu alrededor... sólo identifícalos... Deja que tus pensamientos floten por tu mente... como si fueran ecos... y se alejan poco a poco...se van... continúa respirando por la nariz... saca el aire por la boca...

Deja que la música fluya en tu mente... en tu cuerpo... escucha...

Frente a ti se acerca una persona, puedes verla a lo lejos... aún no sabes quién es, y continúa acercándose...

Ahora puedes verla claramente si tú eres personal de custodia, puedes ver a un técnico penitenciario frente a ti; si eres técnico penitenciario puedes ver a una persona de custodia al frente tuyo. ¿Cómo te sientes al tenerlo enfrente? Obsérvalo, ¿Cómo es? ¿Qué expresión tiene?

Ahora te voy a pedir que te visualices extendiendo tu mano para tocarlo, ¿Cómo estás? ¿Qué te pasa al hacer contacto con él o ella? Imagínate que te incorporas en su cuerpo, te conviertes en él (ella). ¿Qué expresión tienes ahora? ¿Qué sensaciones experimentas? ¿Cómo te sientes? Platica un instante contigo mismo, respóndete todo aquello que quieras saber de esa persona. ¿Eres hombre o mujer? ¿Cómo te vistes? ¿Cómo hablas?...

Representación

Ahora te voy a pedir que te quedes con esas características que ahora estás sintiendo en tu cuerpo y que poco a poco a tu propio ritmo abras los ojos y regreses a éste momento trayendo tu experiencia y te comiences a comportar como lo hace la persona a quien visualizaste. Ponte de pie y muévete por todo el salón, todo el espacio es para ti, ocúpalo como lo necesites. Haz lo que esa persona haría justo en éste momento. ¿Cómo te acercas a los otros? ¿Cómo ves a los otros? ¿Te son conocidos? ¿Cómo te sientes? ¿Qué hacen ellos, que no son tú? ¿De qué te das cuenta?

Sigue haciendo las cosas que debes hacer... ¿Cómo te relacionas con los otros? ¿Los ves distintos? ¿Cómo se porta el grupo? Síguete moviendo y acercándote a los otros...

Desensibilización

Después de haber observado como son los otros, ubícate en algún lugar donde estés cómodo, puede ser sentado, acostado, recargado de la pared, de pie, como te sientas mejor; identifica como es tu posición ¿necesitas acomodarte de otra manera? Hazlo...Ahora cierra los ojos y pon atención a tu respiración, no intentes cambiarla, solo identifícala, date cuenta como el aire entra y sale de tus pulmones...Ahora te voy a pedir que recuerdes lo que acabas de hacer y lo que acabas de observar ¿Cómo te sentiste? ¿Habías imaginado a tus compañeros así?...

Ahora poco a poco despréndete de la personalidad que adoptaste, ve como se va alejando la persona... déjala a un lado y retoma tu forma de ser, ¿Cómo te sientes? ¿De qué te das cuenta? ¿Cómo se siente tu cuerpo? ¿Estás cansado(a)?, ¿necesitas algo?, ¿Cómo es tu respiración? Date cuenta si es igual o diferente que al principio... poco a poco date cuenta en que posición esta tu cuerpo... de los sonidos que están alrededor tuyo... los olores...el clima...

Y ahora a tu propio ritmo te voy a pedir que regreses a éste momento, abre tus ojos lentamente, observa ahora a tus compañeros y ahora prepárate para compartir tu experiencia con todos tus compañeros.

**ANEXO 4
JUAN Y MARIA**

JUAN	MARIA
1. Juan recuerda que cuando tenía tres años de edad vio por primera vez que su papá...	1. María Recuerda que cuando tenía tres años de edad, veía que su madre siempre... y su padre...
2. Cuando Juan iba en cuarto de primaria, sus compañeros le decían que él era muy..., porque...	2. Cuando iba en cuarto año de primaria sus compañeras le decían que ella era muy... porque...
3. Cuando tenía once años, jugando con amigos de la colonia, tuvo un problema con uno de ellos, porque... y entonces los demás intentaron obligarlo a..., hasta que...	3. Cuando tenía once años, jugaba con sus amigas en casa porque... y su juego favorito era...
4. En una ocasión por no haber hecho la tarea, la maestra...	4. En una ocasión por no saber resolver el ejercicio de matemáticas, su maestra...
5. Su mamá le decía que su hermanita menor tenía que..., y que él como su hermano mayor debía...	5. Su mamá le decía que su hermano mayor tenía que... y que ella, como hermana menor, debía...
6. Siendo adolescente tuvo un breve noviazgo que terminó porque...	6. Siendo adolescente ella se cuidaba mucho de...

<p>7. Cuando jugaba con sus amigos, hablaban mucho de... porque para ellos...</p>	<p>7. Cuando se juntaba con sus amigas, hablaban mucho de... mientras que sus amigos se dedicaban a...</p>
<p>8. Cuando comenzó a trabajar le dijo a su mamá que con su primer sueldo...</p>	<p>8. Le costo mucho comenzar a trabajar porque...</p>
<p>9. Cuando cobró su primer sueldo lo utilizó para...</p>	<p>9. Cuando comenzó a trabajar uso su primer sueldo en...</p>
<p>10. Juan pensaba que su trabajo era... porque...</p>	<p>10. Ella pensaba que las mujeres que trabajan... y eso a ella...</p>
<p>11. Los domingos en la mañana tenía la costumbre de ...</p>	<p>11. Los fines de semana ella tenía la costumbre de...</p>
<p>12. Mientras era novio de la que hoy es su esposa, los sábados en la tarde él...</p>	<p>12. Mientras era novia del que hoy es su esposo, los sábados en la tarde ella...</p>
<p>13. Después cuando se casó, la cosa cambió porque...</p>	<p>13. Después, cuando se casó ella puso su máximo interés en...</p>

<p>14. Cuando nació su primer bebé, una niña, le dijo a su mujer que...</p>	<p>14. Cuando esperaba su primer bebé, ella deseaba que fuera..., porque...</p>
<p>15. Mientras tuvo trabajo cada vez que recibía su sueldo, él...</p>	<p>15. Ella piensa que el trabajo de su esposo es...</p>
<p>16. Las compras de la casa y el manejo del dinero era...</p>	<p>16. Las compras de la casa y el manejo del dinero era...</p>
<p>17. Cuando perdió su trabajo y su esposa tuvo que trabajar, él...</p>	<p>17. Cuando su esposo estuvo desempleado y ella trabajó, sabía que su marido... entonces ella...</p>
<p>18. Cuando su esposa fue al hospital a tener su cuarto hijo, él se quedó en casa con los otros niños y entonces...</p>	<p>18. Cuando tuvo a su cuarto hijo, ella se sintió...</p>
<p>19. Mientras su esposa cocina, cuida de los niños y hace el aseo de la casa, él...</p>	<p>19. Mientras ella cocina, cuida de los niños y hace el aseo de la casa, su esposo...</p>
<p>20. Cuando su esposa comenzó a asistir a reuniones con el grupo de gente de su comunidad, él...</p>	<p>20. Cuando su esposo llega del trabajo, ella... sus hijos... y entonces...</p>

21. Cuando su esposa no desea tener relaciones sexuales, Juan...	21. Cuando su esposo siente una pena muy grande, María...
22. Cuando el profesor de su hijo los citó en la escuela y les informó que el niño había golpeado a un compañero, él...	22. En las oportunidades en que él la ayuda haciendo el aseo o las camas, ella...

ANEXO 5
PRESTAME TUS ZAPATOS

1. ¿Qué pasaría sí fuera del sexo opuesto?

2. ¿Cómo me siento?

3. ¿Cuáles son las actividades que hago?

4. ¿En qué pienso?

5. ¿Qué quiero hacer?

6. ¿Qué me gusta hacer?

7. ¿Qué no me gusta que me hagan?

8. ¿Qué tan valioso me siento?

9. ¿Cómo me tratan los demás?

ANEXO 6
CO - CO

EMOCIONES: Una expresión motora/ hecha a través de la conducta,/ ya sea lenguaje verbal o corporal.

EQUIDAD DE GÉNERO: Son relaciones/ de convivencia entre hombres y mujeres /equitativas, solidarias y justas, /que permitan el propio/ desarrollo individual y social.

ANEXO 7
CIERRE DEL CURSO-TALLER

Yo soy...

Me doy cuenta de...

Tengo ganas de...

Ahora me puedo comprometer a...

Lo bueno que encontré aquí fue...

Necesito decir...

Me siento...

De mis compañeros...

Lo que cambiaría es...

Lo último que deseo decir es...

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Amor es sin violencia, (2002). Manual de capacitación: para la prevención de noviazgos violentos. México: Gobierno del Distrito Federal.
- Araiza, M. (2003). El poder la persona. Prometeo. Fuego para el propio conocimiento. Núm. 35, 4-8.
- Bala, M. (2000). Género, VIH/Sida y Derechos humanos. Estados Unidos: UNIFEM.
- Barreiro, J. (1978). Violencia y política en América Latina. México: Siglo XXI Editores. p.p. 117-131.
- Beristain, C. (1999). Afirmación y Resistencia. La comunidad de apoyo. En Pérez, P. Actuaciones psicosociales en guerra y violencia política. España: Exlibris Ediciones, p.p. 95-112.
- Bernal, M. (2004). Mujeres y jóvenes activistas: situación de auto cuidado y autodefensa frente a la violencia de género. México: Elige.
- Blackham, H. (1967). Seis pensadores existencialistas. España: Oikos-tau, S.A. p.p. 9-29, 91-112, 151-166.
- Bock, A. (1979). El método centrado en la persona y su aplicación en la resolución de problemas sociales: una aportación de la psicología humanista. Enseñanza e investigación en psicología. 5(1), 405-409.

- Briseño M. (2002). ¿Y cómo viven las mujeres reclusas con sus hijos e hijas? Niños y niñas invisibles. Hijos e hijas de mujeres en reclusión. México: Inmujeres-UNICEF p.p.89-136.
- Calhom, C. (1989). ¿Qué es una emoción?. Lecturas clásicas de psicología filosófica. México: Fondo de cultura económica. p.p. 260- 266.
- Carreño, S., Porras, K., Rodríguez, M., (2004). Diagnóstico comunitario participativo. México: Organización Mexicana de Servicios y Atención Psicológica A.C., Inédito.
- Cendoc-Cidhal. (2001). Mapeo del terreno conceptual. (en red) Disponible en: [http:// www.laneta.apc.org / cidhal / lectura / género / texto1bhtm.](http://www.laneta.apc.org/cidhal/lectura/género/texto1bhtm)
- CNDH, (2005). Aspectos básicos sobre derechos humanos. México: Comisión Nacional de los Derechos Humanos.
- Concha, M. (2003). Informe sobre la situación de los derechos económicos, sociales y culturales. México: Centro de derechos humanos “Fray Francisco de Vitoria” A.C., p.p. 11-16.
- Corsi, J. (1997). Una mirada abarcativa sobre el problema de la violencia familiar. Violencia Familiar. Argentina: Paidós, p.p. 15-63.
- Delgado G., Maldonado L. y Martínez M., (2003). Formación de actitudes básicas en promotores del desarrollo humano desde el Enfoque Centrado en la Persona. Prometeo. Fuego para el propio conocimiento. Núm. 36, 43-47.

- Egan, G. (1975). El orientador experto. México: Grupo Editorial Iberoamericana, p.p. 69-163.
- Etxeberria, X. (1999). Perspectiva política del perdón. En: VV. AA. (Ed) El perdón en la vida pública. España: Universidad de Deusto, p.p. 53-106.
- García, M. (1981). Violencia y política. En: A. Dou (Ed.) Sobre la violencia. España: Mensajero, p.p. 67-113.
- Gil, R. (2001). Manual para tutorías y departamento de orientación. Educar la autoestima y a prender a convivir. Barcelona: Cisspraxis, p.p. 3-8.
- Goleman, D. (1996). ¿Para qué sirven las emociones? Inteligencia emocional. España: Editorial Kairos. p.p. 21-34.
- Gómez del Campo, J. (1999). Visión humanista de la intervención comunitaria. El Enfoque Centrado en la Persona. Psicología de la comunidad. México: Plaza y Valdés, p.p. 53-67.
- González, A. (2003). Fenomenología y hermenéutica: propuestas para la fundamentación metodológica del Desarrollo Humano. Prometeo. Fuego para el propio conocimiento. Núm.36 15-19.
- González, F. (2000). Investigación cualitativa en psicología. Rumbos y desafíos. México: International Thomson Editores. p.p. 24-61.
- Incháustegui, T. (2004). Materiales y herramientas conceptuales para la transversalidad de género. México: Observatorio ciudadano de políticas de niñez, adolescencia y familias, A.C.

- Lafarga, J. (2004). Alternativa vital: desarrollo o violencia. Prometeo. Fuego para el propio conocimiento. Núm. 38 4-9.
- Lafarga, J. y Gómez, del C. (1988). La naturaleza del hombre. Desarrollo del potencial humano. Aportaciones de una Psicología humanista. Trillas, p.p. 29-34.
- Lietaer, (1997). Autenticidad, congruencia y transparencia. En Brazier, D. Más allá de Carl Rogers. España: Descleé De Brouwer. Biblioteca de psicología, p.p. 25-45.
- Lyons, W. (1993). Los cambios fisiológicos y las emociones. Emoción. España: Anthropos. p.p. 151-169.
- Martínez, M. (1996). Una concepción humanista del hombre. La Psicología Humanista. Fundamentación epistemológica, estructura y método. México: Trillas, p.p. 65-81.
- Montero, M. (2003). La comunidad como ámbito de ciudadanía: carácter político del trabajo psicosocial comunitario. Teoría y práctica de la Psicología comunitaria. Argentina: Paidós, p.p.143-171.
- Noel, M. (2003) "Mujer y cárcel en América Latina" Violencia contra las mujeres privadas de su libertad en América Latina. Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal, la Comisión Mexicana de Defensa y Promoción de los Derechos Humanos, A.C. y la Fundación para el Debido Proceso Legal, p.p. 57-74.

- Pelcastre, B. (2004). Agresión-violencia: elementos para su estudio. Prometeo. Fuego para el propio conocimiento. Núm. 38. 15-21.
- Pereyra, C. (1974). Política y violencia. México: Fondo de cultura económica. p.p. 9-30.
- Pichardo, M., (2003). Educación para la Paz y los Derechos Humanos. México: Asociación para el Desarrollo Integral de personas Violadas A.C.
- Porras, K. (2001). Naturaleza humana en psicoterapia gestalt y enfoque centrado en la persona. Tesis de Licenciatura. FES Iztacala. UNAM.
- Porras, K. (2005). Expresión de emociones y sentimientos. Prevenir la violencia de género. Inédito.
- Quitmann, H. (1989). Psicología Humanística. España: Herder, p.p. 17 – 73.
- Rogers, C. (1979). Grupos de encuentro. Argentina: Amorrortu Editores. p.p. 9-94.
- Rogers, C. (1980). El poder de la persona. México: Manual Moderno. p. 205.
- Rogers, C. (1985). Terapia, personalidad y relaciones interpersonales. Argentina: Nueva visión. P117.
- Rogers, C, y Kinget (1971). Teoría de la personalidad y de la dinámica de la conducta. Psicoterapia y relaciones humanas. Alfaguara, p.p. 237.

- Roldán Y Hernández (1999). Reforma penitenciaria Integral. México: Porrúa. p.p. 107-113.
- Romo, S., Papadimitriou, G. (2004). Sistema sexo-género. México: Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal.
- Segrera, A. y Mancillas, C. (1998). Desarrollo humano y social centrado en la persona. Psicología Iberoamericana. Núm. 1, 3-13.
- Vinyamata, E. (2001). La importancia del conflicto. Conflictología. Teoría y práctica en resolución de conflictos. España: Ariel, p.p. 11-66.
- Zweig, C. y Abrams, J., Comps., (2000). Introducción: el lado oscuro de la vida cotidiana. En: Encuentro con la sombra. España: Kairós, pp.14-30